

vhs

mülheim

VHS MÜLHEIM AN DER RUHR
PROGRAMM
JANUAR – JULI 2023

Bildung
macht

glücklich

Weitere Informationen
finden Sie auf unserer Website
vhs.muelheim-ruhr.de



2 VORWORT

Liebe VHS-Interessierte,
liebe Leser*innen,

regelmäßig werde ich gefragt, was in der Volkshochschule aktuell angeboten wird. Dann antworte ich meist: „Freude am Lernen“. Das meine ich durchaus ernst und finde dafür täglich Bestätigung:

Teilnehmende, die sich lebhaft miteinander austauschen, lachend den Kursraum verlassen oder noch angeregt mit der Dozentin oder dem Dozenten diskutieren. Die erleben, wie inspirierend und erfolgreich gemeinsames Lernen sein kann... Situationen eben, in denen der Funke der Begeisterung überspringt.

Und so lade ich auch Sie ein, in die VHS zu kommen und Menschen zu treffen, die ihr Wissen und ihre Leidenschaft mit Ihnen teilen möchten. Ich bin überzeugt, dass in diesen schwierigen Zeiten das gemeinsame Lernen und das Reisen in neue Gedankenwelten hilfreich und wichtig sind. Auch das digitale Lernen bieten wir weiterhin an, für alle, denen es besser passt, von zuhause oder unterwegs dabei zu sein.

In dieser Zeitungsbeilage erhalten Sie einen Überblick über unsere Kursangebote für das erste Halbjahr 2023. Die ausführlichen Kursbeschreibungen und weitere aktuelle Informationen finden Sie auf unserer Website vhs.muelheim-ruhr.de

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Durchsehen und Entdecken – und freue mich auf Ihren Besuch in unserer VHS!

Herzliche Grüße

Ihre



Annette Sommerhoff
Leiterin der Volkshochschule

Online Angebote Ihrer VHS

Weitere Infos finden Sie auf den folgenden Seiten
und unter vhs.muelheim-ruhr.de

ONLINE

FREMDSPRACHEN

English Conversation B2

Dienstag, 24.01. – 06.06.2023

ONLINE: News and Views C1

Donnerstag, 26.01. – 01.06.2023

Spanisch Grundstufe A1.1

Montag, 23.01. – 12.06.2023

Spanisch Grundstufe I – A2.2

Donnerstag, 26.01. – 15.06.2023

Spanisch

Grundstufe II – A2.2

Freitag, 27.01. – 09.06.2023

Spanisch Mittelstufe B1.1

Mittwoch, 25.01. – 07.06.2023

Französisch

Einstiegskurs A1.1

Dienstag, 24.01. – 13.06.2023

Französisch Grundstufe A1.2

Dienstag, 24.01. – 13.06.2023

Französisch Mittelstufe B1.1

Donnerstag, 26.01. – 01.06.2023

Französisch Mittelstufe B1.2

Donnerstag, 26.01. – 01.06.2023

Les Rendez-Vous du

Mercredi B2

Mittwoch, 25.01. – 07.06.2023

Intensivkurs Italienisch für

die Reise A1.1

Montag bis Freitag,

19.06. – 23.06.2023

Italienisch

Einstiegskurs A1.1

Donnerstag, 26.01. – 01.06.2023

Italienisch für „Early Birds“

Grundstufe A1.1

Donnerstag, 26.01. – 01.06.2023

Italienisch Mittelstufe B1.1

Donnerstag, 26.01. – 15.06.2023

Europäisches Portugiesisch

zum Kennenlernen

Samstag, 14.01.2023

Portugiesisch für die Reise

Samstag bis Sonntag,

20.05. – 21.05.2023

Intensivkurs Europäisches

Portugiesisch A1.1

Montag bis Freitag,

27.02. – 03.03.2023

Intensivkurs Europäisches

Portugiesisch A1.2

Montag bis Freitag,

06.03. – 10.03.2023

Europäisches Portugiesisch

für „Early Birds“

Einstiegskurs A1.1

Freitag, 10.02. – 19.05.2023

Europäisches Portugiesisch

Grundstufe A2.1

Freitag, 20.01. – 12.05.2023

Arabisch Grundstufe A1.1

Freitag, 27.01. – 09.06.2023

Bulgarisch Grundstufe A1.1

Mittwoch, 25.01. – 07.06.2023

Hebräisch Einstiegskurs A1.1

Mittwoch, 25.01. – 07.06.2023

Vortrag: Zwischen

Reisstrohmatten und

Hightech-WC: Wohnen in

Japan

Freitag, 20.01.2023

Japanische Sprache und

Kultur A2.2

Dienstag, 24.01. – 06.06.2023

Polnisch Mittelstufe B1.1

Montag, 23.01. – 12.06.2023

Schwedisch für „Early Birds“

Grundstufe A1.1

Dienstag, 24.01. – 06.06.2023

Schwedisch Mittelstufe I –

A2.2

Dienstag, 24.01. – 06.06.2023

Schwedisch

Mittelstufe II – A2.2

Freitag, 20.01. – 09.06.2023

Schwedisch

Mittelstufe B1/B2

Freitag, 20.01. – 09.06.2023

Ungarisch zum Kennenlernen

Samstag, 14.01.2023

Ungarisch

Einstiegskurs A1.1

Montag, 23.01. – 12.06.2023

Ungarisch

Einstiegskurs A1.1

Dienstag, 24.01. – 06.06.2023

Deutsche Gebärdensprache

– DGS 1

Dienstag und Donnerstag,

17.01. – 23.02.2023

Deutsche Gebärdensprache

– DGS 2

Dienstag und Donnerstag,

14.03. – 04.05.2023

Deutsche Gebärdensprache

– DGS 3

09.05. – 20.06.2023

KUNST, KULTUR &

KREATIVITÄT

One Line – Kunstwerke aus

einem Strich: Flower Edition

Samstag, 03.06.2023

GESUNDHEIT,

NATUR & UMWELT

Pilates im Sommer

Mittwoch, 28.06. – 02.08.2023

Qi Gong im Sitzen

auf dem Stuhl

Montag, 23.01. – 27.03.2023

Qi Gong im Sitzen

auf dem Stuhl

Montag, 17.04. – 05.06.2023

Vortrag: Genesen ist noch

nicht gesund – Effizienz

der Rehabilitation bei Post-

und Long-Covid

Donnerstag, 02.03.2023

Vortrag:

Ernährung bei Krebs

Donnerstag, 20.04.2023

Vortrag: Adipositas –

Die Psyche isst mit

Donnerstag, 26.01.2023

Pflegekurs Telemedizin

– Qualifizierung zur

Nachbarschaftshilfe

Samstag, 11.03.2023

Pflegekurs Telemedizin

– Qualifizierung zur

Nachbarschaftshilfe

Samstag, 13.05.2023

Energie-Vortrag: Fördermittel

für die energetische

Sanierung

Montag, 30.01.2023

Vortrag: Photovoltaik und

Batteriespeicher/Sonnenklar

– Solarstrom nutzen

Montag, 17.04.2023

Energie-Vortrag: Das

klimarobuste Haus

Montag, 15.05.2023

Vortrag: Nachhaltige

Fassaden- und

Dachbegrünung

Mittwoch, 26.04.2023

POLITIK &

GESELLSCHAFT

Vortrag:

Das Vereinigte Königreich

im 20. Jahrhundert

Donnerstag, 11.05. – 25.05.2023

Anerkennung einer

Schwerbehinderung – GdB

leicht gemacht

Donnerstag, 09.03.2023

DIGITAL IN

ALLTAG & BERUF

Umstieg auf Windows 11

Montag und Mittwoch,

09.01. – 11.01.2023

Vortrag:

Hacking – Wie digitale

Angriffe ablaufen

Montag, 03.04.2023

Vortrag: Einführung in

Quantensensorik und

Quantencomputer

Dienstag, 07.03.2023

Vortrag: Gesund Arbeiten

im Homeoffice

Montag, 13.03.2023

Vortrag: Trends und

Herausforderungen

des langfristig sicheren

Homeoffice

Montag, 20.03.2023

BERUF &

PERSÖNLICHKEIT

Vortrag: Wie wir die Welt

sehen – Was negative

Nachrichten mit unserem

Denken machen und wie

wir uns davon befreien

Mittwoch, 14.06.2023

Impressum

HERAUSGEBERIN

Stadt Mülheim an der Ruhr

Amt für Kinder, Jugend und Schule

Heinrich-Thöne-Volkshochschule

Aktienstraße 45, 45473 Mülheim an der Ruhr

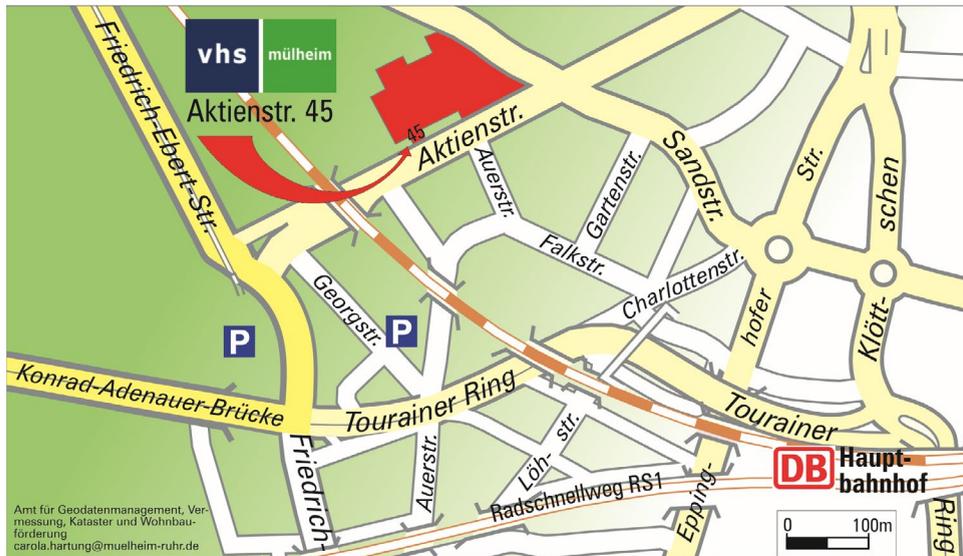
VERANTWORTLICH Annette Sommerhoff, Leiterin der Volkshochschule

GESTALTUNG Freunde & Ernst, Essen

HINWEIS Änderungen, Irrtümer und Druckfehler vorbehalten

Öffnungszeiten Anmeldebüro

MONTAG: 9.00 – 12.00 UHR UND 13.00 – 16.00 UHR
DIENSTAG: 9.00 – 12.00 UHR UND 13.00 – 16.00 UHR
MITTWOCH: 9.00 – 12.00 UHR
DONNERSTAG: 9.00 – 12.00 UHR UND 13.00 – 16.00 UHR
FREITAG: 9.00 – 12.00 UHR
TELEFON: 0208 455-4321 /-22
E-MAIL: vhs-anmeldung@muelheim-ruhr.de



BERATUNG

Gerne helfen unsere Programmleiterinnen Ihnen bei der Kursauswahl weiter. Bitte vereinbaren Sie dazu telefonisch oder per E-Mail einen Termin. Für unsere Sprachkurse gilt folgendes: Damit Sie auch im für Ihr Sprachniveau passenden Kurs lernen, bieten wir Ihnen für alle Sprachen eine kostenlose Lernberatung an. Nehmen Sie bitte Kontakt zur Programmleiterin Margarita Votteler auf. Zu den Kursen „Deutsch als Zweitsprache“ können Sie sich nach Besuch einer Lernberatung anmelden. Die Lernberatungstermine finden Sie auf der Seite 7.

BEZAHLEN

Das Kursentgelt wird circa 14 Tage vor Kursbeginn abgebucht. Falls Ihr Kurs nicht durchgeführt werden kann, wird Ihnen das bereits abgebuchte Entgelt automatisch und zeitnah erstattet. Nehmen Sie bitte keine Stornierung der Abbuchung vor, da wir Ihnen die entstehenden Rücklastschriftkosten in Rechnung stellen müssen.

ABMELDEN

Von einer Veranstaltung können Sie sich nur schriftlich oder persönlich abmelden. Abmeldungen sind bis zu 5 Werktage vor Veranstaltungsbeginn bzw. bis zum jeweiligen Abmeldeschluss möglich. Es wird ein Bearbeitungsentgelt in Höhe von 10,- € erhoben. Bei späterer Abmeldung ist das volle Kursentgelt zu zahlen. Hat die Veranstaltung bereits begonnen, ist eine Abmeldung nur unter bestimmten Bedingungen möglich. Nähere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite unter vhs.muelheim-ruhr.de. Unsere Dozent*innen nehmen keine Abmeldungen entgegen.

Anschrift und Lage

ADRESSE

Aktienstraße 45
 45473 Mülheim an der Ruhr
 Telefon: 0208 455-4321 /-22
 Fax: 0208 455-584321 /-22
 E-Mail: vhs@muelheim-ruhr.de
 Internet: vhs.muelheim-ruhr.de

Alle Kurse, bei denen der Kursort nicht angegeben ist, finden in der Volkshochschule, Aktienstraße 45, statt. Das Gebäude ist schwellenlos erreichbar und eingerichtet.

PARKEN

In der Zeit von 8.00 bis 18.00 Uhr stehen auf dem Gelände der VHS aktuell 50 kostenpflichtige Parkplätze im hinteren Bereich der Zufahrt zur Verfügung. Ab 18.00 Uhr ist das Parken kostenfrei. Weitere 20 Parkplätze, die entsprechend gekennzeichnet sind, stehen ab 18.00 Uhr auf dem Firmengelände vor dem Gebäude zur Verfügung. Barrierefreies Parken ist am Eingangsbereich der VHS möglich. Weitere Parkmöglichkeiten finden Sie auf dem Parkplatz Friedrich-Ebert-Straße/Konrad-Adenauer Brücke.

ÖFFENTLICHE VERKEHRSMITTEL

Bahnlinie: 104
 Haltestellen: Friedrich-Ebert-Straße oder Rotkreuzentrum
 Bahnlinie: 112
 Haltestelle: Friedrich-Ebert-Straße
 Buslinien: 124, 133
 Haltestelle: Seilerstraße
 Buslinie: 128
 Haltestelle: Friedrich-Ebert-Straße

Anmelden

So können Sie sich anmelden:

- persönlich per Barzahlung oder EC-Karte
- schriftlich per Anmeldekarte mit Einzugsermächtigung, Sie erhalten keine Anmeldebestätigung
- online unter vhs.muelheim-ruhr.de, Ihre Angaben werden verschlüsselt zur VHS übertragen.

ERMÄSSIGUNGEN

Gegen Vorlage aktueller Bescheinigungen werden in besonderen Fällen Ermäßigungen gewährt. Näheres finden Sie auf unserer Internetseite unter vhs.muelheim-ruhr.de

RATENZAHLUNG

Für Kurse, deren Entgelt über 50,- € liegt, kann eine monatliche Ratenzahlung im Abbuchungsverfahren vereinbart werden.

DATENSCHUTZ

Die bei der Anmeldung gemachten persönlichen Daten werden von der Volkshochschule unter Beachtung der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) verarbeitet.

Ansprechpartnerinnen

FREMDSPRACHEN

Margarita Votteler M.A.
 Telefon: 0208 455-4315
 E-Mail: margarita.votteler@muelheim-ruhr.de

GESUNDHEIT, NATUR & UMWELT

Henrike Donner
 Telefon: 0208 455-4356
 E-Mail: henrike.donner@muelheim-ruhr.de

INTEGRATIONSKURSE UND DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE

Martina Kleinewegen
 Telefon: 0208 455-4313
 E-Mail: martina.kleinewegen@muelheim-ruhr.de

POLITIK & GESELLSCHAFT

Hannah Leitzen
 Telefon: 0208 455-4357
 E-Mail: hannah.leitzen@muelheim-ruhr.de

GRUNDBILDUNG & ALPHABETISIERUNG

Kerstin Dau
 Telefon: 0208 455-4314
 E-Mail: kerstin.dau@muelheim-ruhr.de

DIGITAL IN ALLTAG & BERUF

Sabine Klich M.A.
 Telefon: 0208 455-4334
 E-Mail: sabine.klich@muelheim-ruhr.de

KUNST, KULTUR & KREATIVITÄT

Nicole Linau
 Telefon: 0208 455-4317
 E-Mail: nicole.linau@muelheim-ruhr.de

BERUF & PERSÖNLICHKEIT

Sabine Klich M.A.
 Telefon: 0208 455-4334
 E-Mail: sabine.klich@muelheim-ruhr.de

Bettina Weiper
 Telefon: 0208 455-4361
 E-Mail: bettina.weiper@muelheim-ruhr.de

SCHULABSCHLÜSSE

Kerstin Dau
 Telefon: 0208 455-4314
 E-Mail: kerstin.dau@muelheim-ruhr.de



FREMSPRACHEN

Sprachen lernen – ein gutes Gefühl!

Nicht nur eine zusätzliche Qualifikation in der Arbeitswelt, sondern zudem einfach ein gutes Gefühl, sich in einer fremden Sprache verständigen zu können! Wenn dann noch Grundlagen zur Kultur, Do's & Don'ts und Lebensweise einer Nation dazu kommen, wird der Sprachkurs zum Erlebnis. Wir bieten an der VHS Mülheim aktuell Kurse in 20 Fremdsprachen an. Fremdsprachenkurse europaweit vergleichbar machen – dafür beschloss der Europarat sechs Lernstufen (A1-A2-B1-B2-C1-C2). Diese geben Ihnen eine gute Orientierung, um sich selbst bzw. Ihr Level genauer einzuschätzen – bezogen auf Verstehen, Sprechen, Lesen und Schreiben.

Damit Sie auch im für Ihr Sprachniveau passenden Kurs lernen, bieten wir Ihnen eine kostenlose Lernberatung an. Sollten Sie erstmalig einen Sprachkurs an der VHS Mülheim besuchen, nehmen Sie bitte Kontakt zur Programmabereichsleiterin Margarita Votteler auf:
Telefon: 0208 455-4315
E-Mail: margarita.votteler@muellheim-ruhr.de

ENGLISCH**Englisch zum Auffrischen A2**

Joachim von Berg
Kursnummer: 1305 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

NEU Englisch zum Auffrischen B1

Timothy Wilm
Kursnummer: 1306 | 131,50 €
Montag, 23.01. - 12.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

NEU Survival English – Englisch für die Reise

Timothy Wilm
Kursnummer: 1309 | 47,- €
Samstag bis Sonntag,
17.06. - 18.06.2023
9.30 - 13.00 Uhr
8 UStd. | 2 Termine

Englische Grammatik im Fokus

Timothy Wilm
Kursnummer: 1311 | 89,- €
Dienstag, 24.01. - 28.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Intensivkurs Englisch zum Auffrischen

Timothy Wilm
Kursnummer: 1320 | 164,50 €
Montag bis Donnerstag,
03.04. - 06.04.2023
9.30 - 15.30 Uhr
28 UStd. | 4 Termine

ENGLISCH FÜR DIE GENERATION PLUS**Generation PLUS: Grundstufe A1.2**

Heike Heitmüller
Kursnummer: 1350 | 131,50 €
Montag, 23.01. - 12.06.2023
11.00 - 12.30 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

Generation PLUS: Grundstufe A2.2

Cornelia Held
Kursnummer: 1351 | 148,- €
Freitag, 27.01. - 09.06.2023
9.15 - 10.45 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

Generation PLUS: Mittelstufe B1.1

Prof. Dr. Wolfgang Hünig
Kursnummer: 1353 | 131,50 €
Donnerstag,
26.01. - 01.06.2023
16.00 - 17.30 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

Generation PLUS: Read and Talk B1/B2

Cornelia Held
Kursnummer: 1355 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
10.45 - 12.15 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

KONVERSATIONSKURSE ENGLISCH**ONLINE****English Conversation B2**

Valeria Georgieva
Kursnummer: 1401 | 139,50 €
Dienstag, 24.01. - 06.06.2023
19.00 - 20.30 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

Read and Talk B1

Cornelia Held
Kursnummer: 1402 | 131,50 €
Montag, 23.01. - 12.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

Generation PLUS:**Let's talk B1**

Heike Heitmüller
Kursnummer: 1405 | 131,50 €
Montag, 23.01. - 12.06.2023
9.15 - 10.45 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

English Conversation B1/B2

Joachim von Berg
Kursnummer: 1407 | 139,50 €
Montag, 16.01. - 12.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

English Conversation & Literature B1/B2

Joachim von Berg
Kursnummer: 1409 | 139,50 €
Donnerstag,
19.01. - 01.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

Generation PLUS:**Let's Talk B2/C1**

Cornelia Held
Kursnummer: 1410 | 139,50 €
Donnerstag,
19.01. - 01.06.2023
9.15 - 10.45 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

English Conversation B2/C1

Barbara Korneli
Kursnummer: 1411 | 131,50 €
Montag, 23.01. - 12.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

Improve your English Communication C1

Günter Berker
Kursnummer: 1412 | 139,50 €
Dienstag, 24.01. - 06.06.2023
11.15 - 12.45 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

ONLINE News and Views C1

Kathryn Dückinghaus
Kursnummer: 1414 | 142,50 €
Donnerstag,
26.01. - 01.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

NIEDERLÄNDISCH**Exkursion: Hoge Veluwe**

Silvia Wrede
Kursnummer: 1499 | 59,- €
Samstag, 02.09.2023
Aktuelle Informationen entnehmen Sie bitte unserer Website.

Niederländisch zum Kennenlernen

Silvia Wrede
Kursnummer: 1500 | 35,- €
Samstag, 14.01.2023
9.00 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

Intensivkurs Niederländisch A1.1

Silvia Wrede
Kursnummer: 1501 | 163,50 €
Montag bis Donnerstag,
03.04. - 06.04.2023
9.00 - 14.45 Uhr
28 UStd. | 4 Termine

Wochenendkurs Intensiv A1

Silvia Wrede
Kursnummer: 1503 | 197,- €
Samstag bis Sonntag,
04.03. - 18.06.2023
9.00 - 15.30 Uhr
48 UStd. | 6 Termine

Grundstufe I - A1.1

Silvia Wrede
Kursnummer: 1505 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
19.15 - 20.45 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

Mittelstufe B1.1

Silvia Wrede
Kursnummer: 1510 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
17.30 - 19.00 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

ROMANISCHE SPRACHEN**SPANISCH****Spielend Spanisch lernen**

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1599 | 39,- €
Samstag, 22.04. - 17.06.2023
12.30 - 15.30 Uhr
12 UStd. | 3 Termine

Spanisch zum Kennenlernen

Sonsoles Rodríguez Puche
Kursnummer: 1600 | 35,- €
Samstag, 14.01.2023
9.00 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

Intensivkurs Spanisch A1.1

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1601 | 176,50 €
Montag bis Freitag,
19.06. - 23.06.2023
9.30 - 14.30 Uhr
30 UStd. | 5 Termine

Einstiegskurs A1.1

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1602 | 139,50 €
Dienstag, 24.01. - 06.06.2023
10.30 - 12.00 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

ONLINE Grundstufe A1.1

Martha Patricia López-Kesseböhrer
Kursnummer: 1603 | 131,50 €
Montag, 23.01. - 12.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

Grundstufe I - A1.2

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1604 | 131,50 €
Donnerstag,
26.01. - 01.06.2023
10.00 - 11.30 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

Grundstufe II - A1.2

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1605 | 131,50 €
Montag, 23.01. - 12.06.2023
9.30 - 11.00 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

Grundstufe A2.2

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1612 | 139,50 €
Freitag, 03.02. - 09.06.2023
19.15 - 20.45 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

Vokabeln lernen leicht gemacht – Lernstrategien für Fremdsprachen

Sie lernen schon länger eine Fremdsprache und haben bestimmt schon die Erfahrung gemacht, wie schwierig es ist, Vokabeln und Strukturen zu behalten? Dieser Herausforderung lässt sich gut mit Lernstrategien begegnen. Im Kurs erhalten Sie dazu Tipps und Tricks und erfahren, wie Sie mit Spaß besser lernen. Die Methoden erarbeiten Sie zusammen in der Gruppe in Englisch, haben im Anschluss aber immer die Möglichkeit, das Erlernte an der Fremdsprache auszuprobieren, die Sie lernen. Ganz nebenbei lernen Sie viele Apps und Webseiten kennen, die Ihnen auch über den Kurs hinaus, das Vokabellernen erleichtern werden. Englischkenntnisse auf dem Niveau A2 werden vorausgesetzt. Das Lernmaterial wird Ihnen im Kurs zur Verfügung gestellt.

Timothy Wilm | Kursnummer: 1300 | 94,50 €
Samstag, 04.03. - 07.05.2023
9.30 - 12.30 Uhr | 16 UStd. | 4 Termine



Fremdsprachen

VHS-Sprachkurs Japanisch

FOTOS: UWE ERNST

ONLINE Grundstufe I - A2.2

Martha Patricia
López-Kesseböhmer
Kursnummer: 1613 | 139,50 €
Donnerstag,
26.01. - 15.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

ONLINE Grundstufe II - A2.2

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1614 | 148,- €
Freitag, 27.01. - 09.06.2023
9.30 - 11.00 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

ONLINE Mittelstufe B1.1

Martha Patricia
López-Kesseböhmer
Kursnummer: 1624 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

NEU Oberstufe B2.1

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1625 | 131,50 €
Montag, 23.01. - 12.06.2023
11.15 - 12.45 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

KONVERSATIONSKURSE SPANISCH

Tiempo para la comunicación I - B2

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1629 | 151,- €
Freitag, 03.02. - 09.06.2023
17.30 - 19.00 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

Tiempo para la comunicación II - B2

Alicia Santamaría Pérez
Kursnummer: 1631 | 159,50 €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
9.30 - 11.00 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

Español para Avanzados I - B2

Susanne Lorschbach
Kursnummer: 1640 | 159,50 €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

Español para Avanzados II - B2

Susana Bittner
Kursnummer: 1641 | 159,50 €
Freitag, 27.01. - 09.06.2023
9.30 - 11.00 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

Español para Avanzados III - B2

Susana Bittner
Kursnummer: 1642 | 159,50 €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

FRANZÖSISCH

NEU Französisch zum Kennenlernen

Marie Elisabeth Thomas
Kursnummer: 1699 | 35,- €
Samstag, 14.01.2023
9.00 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

ONLINE Einstiegskurs A1.1

Marie Géraldine Schaffeld
Kursnummer: 1700 | 148,- €
Dienstag, 24.01. - 13.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

NEU Französisch für die Reise

Marie Géraldine Schaffeld
Kursnummer: 1701 | 70,50 €
Samstag bis Sonntag,
17.06. - 18.06.2023
9.30 - 14.30 Uhr
12 UStd. | 2 Termine

ONLINE Grundstufe A1.2

Marie Elisabeth Thomas
Kursnummer: 1703 | 148,- €
Dienstag, 24.01. - 13.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

ONLINE Mittelstufe B1.1

Marie Géraldine Schaffeld
Kursnummer: 1706 | 131,50 €
Donnerstag,
26.01. - 01.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

ONLINE Mittelstufe B1.2

Marie Géraldine Schaffeld
Kursnummer: 1708 | 131,50 €
Donnerstag,
26.01. - 01.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

KONVERSATIONSKURSE FRANZÖSISCH

La France des Régions

Susanne Lorschbach
Kursnummer: 1715 | 151,- €
Dienstag, 24.01. - 06.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

Les Rendez-Vous du Mardi B2

Marie Elisabeth Thomas
Kursnummer: 1716 | 148,- €
Dienstag, 24.01. - 13.06.2023
9.30 - 11.00 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

ONLINE Les Rendez-Vous du Mercredi B2

Marie Elisabeth Thomas
Kursnummer: 1717 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
9.00 - 10.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

ITALIENISCH

Italienisch zum Kennenlernen

Elena Russo M.A.
Kursnummer: 1748 | 35,- €
Samstag, 14.01.2023
9.00 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

Intensivkurs Italienisch A1.1

Elena Russo M.A.
Kursnummer: 1749 | 163,50 €
Montag bis Donnerstag,
03.04. - 06.04.2023
9.00 - 14.45 Uhr
28 UStd. | 4 Termine

NEU ONLINE Intensivkurs Italienisch für die Reise A1.1

Tiziana Leonardi
Kursnummer: 1750 | 176,50 €
Montag bis Freitag,
19.06. - 23.06.2023
9.30 - 14.30 Uhr
30 UStd. | 5 Termine

ONLINE Einstiegskurs A1.1

Tiziana Leonardi
Kursnummer: 1751 | 131,50 €
Donnerstag,
26.01. - 01.06.2023
19.30 - 21.00 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

Einstiegskurs A1.1

Teresa Pollara-Gennaro
Kursnummer: 1752 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

ONLINE

Italienisch für „Early Birds“ Grundstufe A1.1

Tiziana Leonardi
Kursnummer: 1753 | 131,50 €
Donnerstag,
26.01. - 01.06.2023
8.00 - 9.30 Uhr
32 UStd. | 16 Termine

Grundstufe A1.2

Teresa Pollara-Gennaro
Kursnummer: 1754 | 148,- €
Freitag, 27.01. - 09.06.2023
19.15 - 20.45 Uhr
36 UStd. | 18 Termine



FOTO: UWE ERNST

VHS-Sprachkurs
Türkisch**Grundstufe II - A2.2**

Teresa Pollara-Gennaro
Kursnummer: 1756 | 148,- €
Freitag, 27.01. - 09.06.2023
17.30 - 19.00 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

ONLINE Mittelstufe B1.1

Mareike Monschau-Osvald
Kursnummer: 1758 | 139,50 €
Donnerstag,
26.01. - 15.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
34 UStd. | 17 Termine

Mittelstufe B1.1

Teresa Pollara-Gennaro
Kursnummer: 1759 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

PORTUGIESISCH**ONLINE****Europäisches Portugiesisch zum Kennenlernen**

Catherine Bragança Oeder
Kursnummer: 1760 | 35,- €
Samstag, 14.01.2023
9.00 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

ONLINE**Portugiesisch für die Reise**

Catherine Bragança Oeder
Kursnummer: 1761 | 53,50 €
Samstag bis Sonntag,
20.05. - 21.05.2023
9.30 - 14.30 Uhr
12 UStd. | 2 Termine

ONLINE**Intensivkurs Europäisches Portugiesisch A1.1**

Catherine Bragança Oeder
Kursnummer: 1762 | 176,50 €
Montag bis Freitag,
27.02. - 03.03.2023
9.30 - 14.30 Uhr
30 UStd. | 5 Termine

NEU ONLINE**Intensivkurs Europäisches Portugiesisch A1.2**

Catherine Bragança Oeder
Kursnummer: 1763 | 176,50 €
Montag bis Freitag,
06.03. - 10.03.2023
9.30 - 14.30 Uhr
30 UStd. | 5 Termine

NEU ONLINE Europäisches Portugiesisch für „Early Birds“ Einstiegskurs A1.1

Catherine Bragança Oeder
Kursnummer: 1764 | 106,50 €
Freitag, 10.02. - 19.05.2023
8.00 - 9.30 Uhr
26 UStd. | 13 Termine

ONLINE**Europäisches Portugiesisch Grundstufe A2.1**

Catherine Bragança Oeder
Kursnummer: 1766 | 123,50 €
Freitag, 20.01. - 12.05.2023
18.45 - 20.15 Uhr
30 UStd. | 15 Termine

WEITERE SPRACHEN**ARABISCH****ONLINE Grundstufe A1.1**

Ziad Haidar
Kursnummer: 1770 | 148,- €
Freitag, 27.01. - 09.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

BULGARISCH**ONLINE Grundstufe A1.1**

Valeria Georgieva
Kursnummer: 1782 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
19.00 - 20.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

FINNISCH**Einstiegskurs A1.1**

Dr. Leila Impola
Kursnummer: 1801 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

Grundstufe A2.2

Dr. Leila Impola
Kursnummer: 1802 | 148,- €
Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

Finnische Grammatik im Fokus

Dr. Leila Impola
Kursnummer: 1803 | 59,- €
Samstag, 04.02. - 11.02.2023
10.00 - 14.00 Uhr
10 UStd. | 2 Termine

GRIECHISCH**Griechisch zum Kennenlernen**

Evangelos Patoulidis
Kursnummer: 1810 | 35,- €
Samstag, 14.01.2023
9.00 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

Grundstufe A1.2 - I

Evangelos Patoulidis
Kursnummer: 1813 | 123,50 €
Montag, 23.01. - 05.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
30 UStd. | 15 Termine

Grundstufe A1.2 - II

Evangelos Patoulidis
Kursnummer: 1814 | 148,- €
Dienstag, 24.01. - 13.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

Singabend:**Le canzoni di Adriano Celentano – Hommage an ein Lebensgefühl**

Sonntag, 7. Mai 2023, 17.30 – 20.00 Uhr

Der Sänger und Schauspieler Adriano Celentano ist mit seinen über 80 Jahren immer noch der Inbegriff der Italo-Coolness, sein „24.000 baci“ als erster Rock 'n' Roll-Song auf dem San Remo-Festival ist unvergessen. Celentanos Dynamik und Draufgängertum wurden seine Attribute, mit denen er die Tradition der Canzone italiana aufpeppte. „Azzurro“ wurde sein bekanntester Song, eine Hymne über Tagträume unter azurblauem italienischen Himmel. Er steht noch immer für das Gefühl, dass man sich nicht schämen muss, das Leben leicht zu nehmen wie in „Una festa sui prati“. Und eingemischt in politische Fragen hat er sich auch immer. Walter Weitz, Fremdsprachenfreund und Amateurmusiker unterhält mit Anekdoten aus dem Leben von Adriano Celentano, erläutert die Texte zu seinen Liedern, singt sie gemeinsam mit Ihnen und präsentiert Videoausschnitte. „Buon divertimento“ – viel Spaß!

Der Eintritt ist frei.

HEBRÄISCH**NEU ONLINE****Einstiegskurs A1.1**

Samir Nasser-Eddin Vélez
 Kursnummer: 1820 | 148,- €
 Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
 18.00 - 19.30 Uhr
 36 UStd. | 18 Termine

JAPANISCH**NEU ONLINE-VORTRAG****Zwischen Reisstrohmatten und Hightech-WC: Wohnen in Japan**

Anke Gärtner M.A.
 Kursnummer: 1824 | 8,- €
 Freitag, 20.01.2023
 18.30 - 20.00 Uhr | 2 UStd.

Japanisch zum Kennenlernen

Shingo Kohno
 Kursnummer: 1825 | 35,- €
 Samstag, 14.01.2023
 9.00 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

Einstiegskurs A1.1

Shingo Kohno
 Kursnummer: 1826 | 148,- €
 Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
 16.15 - 17.45 Uhr
 36 UStd. | 18 Termine

Grundstufe A2.1

Shingo Kohno
 Kursnummer: 1827 | 148,- €
 Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
 18.00 - 19.30 Uhr
 36 UStd. | 18 Termine

Grundstufe A2.2

Shingo Kohno
 Kursnummer: 1828 | 148,- €
 Mittwoch, 25.01. - 07.06.2023
 19.45 - 21.15 Uhr
 36 UStd. | 18 Termine

ONLINE Japanische Sprache und Kultur A2.2

Anke Gärtner M.A.
 Kursnummer: 1829 | 139,50 €
 Dienstag, 24.01. - 06.06.2023
 18.00 - 19.30 Uhr
 34 UStd. | 17 Termine

LATEIN**Latein ohne Vorkenntnisse**

Uwe Becker
 Kursnummer: 1835 | 58,50 €
 Samstag bis Sonntag,
 04.03. - 05.03.2023
 10.00 - 14.00 Uhr
 10 UStd. | 2 Termine

NEU Latein mit geringen Vorkenntnissen

Uwe Becker
 Kursnummer: 1836 | 58,50 €
 Samstag bis Sonntag,
 06.05. - 07.05.2023
 10.00 - 14.00 Uhr
 10 UStd. | 2 Termine

POLNISCH**ONLINE Mittelstufe B1.1**

Agata Kinga Antoniak M.A.
 Kursnummer: 1840 | 131,50 €
 Montag, 23.01. - 12.06.2023
 18.00 - 19.30 Uhr
 32 UStd. | 16 Termine

RUSSISCH**Grundstufe A2.1**

Hermine Hambarzumyan
 Kursnummer: 1845 | 123,50 €
 Montag, 16.01. - 22.05.2023
 19.45 - 21.15 Uhr
 30 UStd. | 15 Termine

SCHWEDISCH**ONLINE****Schwedisch für „Early Birds“ Grundstufe A1.1**

Helena Ahlquist-Camp
 Kursnummer: 1852 | 131,50 €
 Dienstag, 24.01. - 06.06.2023
 8.00 - 9.30 Uhr
 32 UStd. | 16 Termine
 Am 21.02.2023 findet kein Kurs statt.

ONLINE Mittelstufe I - A2.2

Helena Ahlquist-Camp
 Kursnummer: 1853 | 131,50 €
 Dienstag, 24.01. - 06.06.2023
 10.00 - 11.30 Uhr
 32 UStd. | 16 Termine
 Am 21.02.2023 findet kein Kurs statt.

ONLINE Mittelstufe II - A2.2

Helena Ahlquist-Camp
 Kursnummer: 1854 | 131,50 €
 Freitag, 20.01. - 09.06.2023
 19.15 - 20.45 Uhr
 32 UStd. | 16 Termine
 Am 17.02., 31.03., 19.05.2023 findet kein Kurs statt.

ONLINE Mittelstufe B1/B2

Helena Ahlquist-Camp
 Kursnummer: 1856 | 131,50 €
 Freitag, 20.01. - 09.06.2023
 17.30 - 19.00 Uhr
 32 UStd. | 16 Termine
 Am 17.02., 31.03., 19.05.2023 findet kein Kurs statt.

TÜRKISCH**Einstiegskurs A1.1**

Sevil Kocaoglu-Terjung
 Kursnummer: 1861 | 139,50 €
 Mittwoch, 01.02. - 07.06.2023
 18.00 - 19.30 Uhr
 34 UStd. | 17 Termine

Grundstufe A2.1

Sevil Kocaoglu-Terjung
 Kursnummer: 1862 | 139,50 €
 Mittwoch, 01.02. - 07.06.2023
 19.45 - 21.15 Uhr
 34 UStd. | 17 Termine

UKRAINISCH**Grundstufe A1.1**

Iryna Fishchenko
 Kursnummer: 1870 | 131,50 €
 Montag, 23.01. - 12.06.2023
 18.00 - 19.30 Uhr
 32 UStd. | 16 Termine

UNGARISCH**ONLINE Ungarisch zum Kennenlernen**

Zsuzsanna Ballai
 Kursnummer: 1876 | 35,- €
 Samstag, 14.01.2023
 9.00 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

ONLINE Einstiegskurs A1.1

Zsuzsanna Ballai
 Kursnummer: 1877 | 131,50 €
 Montag, 23.01. - 12.06.2023
 18.45 - 20.15 Uhr
 32 UStd. | 16 Termine

ONLINE Einstiegskurs A1.1

Zsuzsanna Ballai
 Kursnummer: 1878 | 139,50 €
 Dienstag, 24.01. - 06.06.2023
 18.45 - 20.15 Uhr
 34 UStd. | 17 Termine

DGS – DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE**Intensivkurs: Einführung in die Deutsche Gebärdensprache - DGS 1**

Stefanie Lechtleitner
 Kursnummer: 1880 | 169,- €
 Montag bis Donnerstag,
 03.04. - 06.04.2023
 9.00 - 14.30 Uhr
 24 UStd. | 4 Termine

Stefanie Lechtleitner
 Kursnummer: 1881 | 169,- €
 Montag bis Donnerstag,
 26.06. - 29.06.2023
 9.00 - 14.30 Uhr
 24 UStd. | 4 Termine

Stefanie Lechtleitner
 Kursnummer: 1882 | 169,- €
 Dienstag bis Freitag,
 01.08. - 04.08.2023
 9.00 - 14.30 Uhr
 24 UStd. | 4 Termine

ONLINE Deutsche Gebärdensprache - DGS 1

Stefanie Lechtleitner
 Kursnummer: 1883 | 106,- €
 Dienstag und Donnerstag,
 17.01. - 23.02.2023
 18.00 - 19.30 Uhr
 24 UStd. | 12 Termine

ONLINE Deutsche Gebärdensprache - DGS 2

Stefanie Lechtleitner
 Kursnummer: 1884 | 106,- €
 Dienstag und Donnerstag,
 14.03. - 04.05.2023
 18.00 - 19.30 Uhr
 24 UStd. | 12 Termine

ONLINE Deutsche Gebärdensprache - DGS 3

Stefanie Lechtleitner
 Kursnummer: 1885 | 88,50 €
 Dienstag und Donnerstag,
 09.05. - 20.06.2023
 18.00 - 19.30 Uhr
 20 UStd. | 10 Termine

DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE**Mit Deutsch zum beruflichen Erfolg**

*Leben in Deutschland - das geht besser, wenn man sich unterhalten kann, versteht und verstanden wird. Der Erfolg in Schule und Beruf hängt davon ab, so wie die Lebensqualität im Allgemeinen: Die VHS Mülheim unterstützt Zuwanderer*innen im Erlernen von Deutsch als Zweitsprache (DaZ).*

Unsere Kurse (Zielniveau A1.1 bis B2.2) richten sich an alle, die Deutsch erlernen oder Deutschkenntnisse verbessern wollen.

Zur Anmeldung gehört vorab eine Lernberatung. Die Lernberatung wird entweder persönlich in der VHS oder online durchgeführt.

*Wir bitten um vorherige Terminvereinbarung mit den Kolleginnen aus dem Anmeldebüro:
 Sandra Clemens,
 Tel.: 0208 455-4321 oder
 Ludmila Scherbakov,
 Tel.: 0208 455-4322*

Lernberatungstermine in der VHS, Aktienstraße 45:

2022
 Montag, 05.12.2022,
 Donnerstag, 08.12.2022,
 Donnerstag, 15.12.2022,
 jeweils 14.00 - 16.00 Uhr

2023
 Donnerstag, 05.01.2023,
 14.00 - 16.00 Uhr
 Dienstag, 10.01.2023,
 Donnerstag, 12.01.2023,
 Montag, 16.01.2023,
 Dienstag, 17.01.2023,
 jeweils 14.00 - 18.00 Uhr

Online-Lernberatung:
2022
 Mittwoch, 07.12.2022,
 Mittwoch, 14.12.2022,
 Mittwoch, 21.12.2022,
 jeweils 10.00 - 12.00 Uhr

2023
 Mittwoch, 11.01.2023,
 Mittwoch, 18.01.2023,
 jeweils 10.00 - 12.00 Uhr

Stufe A 1 / Kurs 1

N. N.
 Kursnummer: 1001 | 294,- €
 Dienstag und Donnerstag,
 17.01. - 06.06.2023
 18.15 - 20.45 Uhr
 105 UStd. | 35 Termine

Stufe A 1 / Kurs 2 (Fortsetzungskurs)

Anna Krebber
 Kursnummer: 1002 | 294,- €
 Dienstag und Donnerstag,
 17.01. - 06.06.2023
 18.15 - 20.45 Uhr
 105 UStd. | 35 Termine

Stufe A 2 / Kurs 1

N. N.
 Kursnummer: 1003 | 294,- €
 Dienstag und Donnerstag,
 17.01. - 06.06.2023
 18.15 - 20.45 Uhr
 105 UStd. | 35 Termine

Stufe A 2 / Kurs 2 (Fortsetzungskurs)

Ziad Haidar
 Kursnummer: 1004 | 294,- €
 Montag und Mittwoch,
 16.01. - 07.06.2023
 18.15 - 20.45 Uhr
 105 UStd. | 35 Termine

Deutsch Stufe B 1 / Kurs 1

Obaidullah Sakhizada
 Kursnummer: 1005 | 294,- €
 Montag und Mittwoch,
 16.01. - 07.06.2023
 18.15 - 20.45 Uhr
 105 UStd. | 35 Termine

INTEGRATIONSKURSE

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Die VHS Mülheim organisiert seit vielen Jahren Integrationskurse einschließlich der umfassenden Beratung und ist vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) als Trägerin für Integrationskurse anerkannt.

AUFBAU DER KURSE

Integrationskurse bestehen aus einem Sprachkurs und aus einem Orientierungskurs zur Einführung in die Rechtsordnung, die Kultur und die Geschichte Deutschlands. Ein allgemeiner Integrationskurs besteht aus 600 Stunden Deutsch (aufgeteilt in 6 Module bzw. Abschnitte mit je 100 Stunden) plus 100 Stunden Orientierungskurs. Wenn Sie wenig Deutsch oder gar kein Deutsch sprechen, aber die lateinische Schrift lesen und schreiben können, dann ist ein allgemeiner Integrationskurs richtig für Sie.

Ein Integrationskurs mit Alphabetisierung umfasst 900 Stunden Deutsch (aufgeteilt in 9 Module bzw. Abschnitte mit je 100 Stunden, davon 300 Stunden Alphabetisierung) plus 100 Stunden Orientierungskurs.

Ein Alphabetisierungskurs ist das richtige Angebot, wenn Sie keinerlei Vorkenntnisse im Lesen und Schreiben haben oder wenn Sie über Kenntnisse in einem anderen Schriftsystem verfügen. In Alphabetisierungskursen erlernen Sie die lateinische Schrift. Beide Kursarten schließen mit einer Prüfung nach dem Sprachteil und nach dem Orientierungskurs ab.



telc
LANGUAGE TESTS

KOSTEN

Wenn Sie Arbeitslosengeld II oder Sozialhilfe beziehen, können Sie auf Antrag von den Kosten befreit werden. Wenn Sie eine Berechtigung des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) haben und nicht von den Kosten befreit sind, zahlen Sie einen Kostenbeitrag von 2,20 € pro Unterrichtsstunde.

KONTAKT

Sie haben eine Berechtigung oder Verpflichtung zum Integrationskurs von der Ausländerbehörde, vom Jobcenter oder vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge? Dann vereinbaren Sie einen Termin zur Integrationskursberatung mit:

Dr. (USA) Hartmut Melchert
Telefon: 0208 455-4324
E-Mail: hartmut.melchert@muelheim-ruhr.de

Weitere Informationen zu Integrationskursen



BERUFSBEZOGENE SPRACHKURSE MIT DEM ZIELNIVEAU B2

An der VHS Mülheim beginnen regelmäßig berufsbezogene Deutschkurse auf der Niveaustufe B2. Sie haben in der Regel einen Umfang von 500 Stunden und enden mit der Prüfung Deutsch-Test für den Beruf B2.

Mit einem Berufssprachkurs können Sie unmittelbar nach dem Integrationskurs beginnen.

Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin mit:

Martina Kleinewegen
Telefon: 0208 455-4313
E-Mail: martina.kleinewegen@muelheim-ruhr.de



Deutsch als
Zweitsprache

VHS-Deutschkurs

FOTO: UWE ERNST

Deutsch Stufe B 1 / Kurs 2 (Fortsetzungskurs)

Martina Becker-Gläsel
Kursnummer: 1006 | 294,- €
Montag und Mittwoch,
16.01. - 07.06.2023
18.15 - 20.45 Uhr
105 UStd. | 35 Termine

Deutsch Stufe B 2 / Kurs 1

Yvonne Sterz
Kursnummer: 1007 | 294,- €
Dienstag und Donnerstag,
17.01. - 06.06.2023
18.15 - 20.45 Uhr
105 UStd. | 35 Termine

Deutsch Stufe B 2 / Kurs 2 (Fortsetzungskurs)

Alois Wollny
Kursnummer: 1008 | 294,- €
Montag und Mittwoch,
16.01. - 07.06.2023
18.15 - 20.45 Uhr
105 UStd. | 35 Termine

PRÜFUNGS- VORBEREITUNG UND PRÜFUNGEN

Prüfungstraining: Zertifikat Deutsch/telc Deutsch B1

Yvonne Sterz
Kursnummer: 1012 | 30,- €
Samstag, 04.03.2023
10.00 - 15.00 Uhr | 6 UStd.
Anmeldeschluss: 27.02.2023

Prüfungstraining: telc Deutsch B2

Yvonne Sterz
Kursnummer: 1013 | 30,- €
Samstag, 18.03.2023
10.00 - 15.00 Uhr | 6 UStd.
Anmeldeschluss: 13.03.2023

Prüfung: Zertifikat Deutsch/telc Deutsch B1

Kursnummer: 1014 | 150,- €
Schriftliche Prüfung:
09.06.2023, 14.00 - 17.00 Uhr
Mündliche Prüfung:
09.06.2023, 17.30 - 21.30 Uhr
Anmeldeschluss: 11.05.2023

Prüfung: telc Deutsch B2

Kursnummer: 1015 | 150,- €
Schriftliche Prüfung:
16.06.2023, 14.00 - 16.30 Uhr
Mündliche Prüfung:
16.06.2023, 17.00 - 21.30 Uhr
Anmeldeschluss: 16.05.2023

WEITERE DEUTSCHKURSE

BASISSPRACHKURSE

Die VHS bietet regelmäßig Basissprachkurse für geflüchtete Menschen, die über keinen Integrationskursanspruch verfügen, an. Angeboten werden Kurse auf den Niveaustufen A1 bis B1 sowie bei Bedarf Alphabetisierungskurse.

Bei Interesse melden

Sie sich bitte bei:

Carmen Plumanns

Klöttschen 22

45468 Mülheim an der Ruhr

Telefon: 0208 455-5928

Weitere Informationen zu den Kursen finden Sie auf unserer Website vhs.muelheim-ruhr.de

MUT PROGRAMM

„MUT – mitmachen und trauen“ ist ein Angebot, mit dem Erwachsene ermutigt werden, die deutsche Sprache zu erlernen und ihre Sprachkenntnisse zu vertiefen. Neben dem gemeinsamen Lernen gibt es Unterstützung in Alltagsfragen und gemeinsame Aktivitäten.

Anmeldung und weitere Informationen unter:

Dilara Demircan

Koordinierungsstelle MUT

Telefon: 0208 455-5189

dilara.demircan@vhs.muelheim-ruhr.de

MUT-Café für Frauen

Souad Bouayad

Kursnummer: 1160 |

entgeltfrei

Montag, 16.01. - 12.06.2023

9.30 - 11.30 Uhr

45,33 UStd. | 17 Termine

MUT – Erste Schritte Alphabetisierung

Souad Bouayad

Kursnummer: 1161 |

entgeltfrei

Dienstag, 17.01. - 13.06.2023

9.30 - 12.00 Uhr

57 UStd. | 19 Termine

Einbürgerungstest Deutsch

Die VHS Mülheim führt als anerkanntes Prüfungszentrum regelmäßig Einbürgerungstests durch. Mit dem bundeseinheitlichen Einbürgerungstest werden Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland nachgewiesen. § 10 des Staatsangehörigkeitsgesetzes verlangt diese Kenntnisse als Einbürgerungsvoraussetzung.

Kontakt:

Martina Kleinewegen

Telefon: 0208 455-4313

E-Mail:

martina.kleinewegen@vhs.muelheim-ruhr.de

muelheim-ruhr.de

Dr. (USA) Hartmut Melchert

Telefon: 0208 455-4324

E-Mail: hartmut.melchert@vhs.muelheim-ruhr.de

muelheim-ruhr.de

TERMINE EINBÜRGERUNGSTEST

Dr. (USA) Hartmut Melchert

Kursnummer: 1016 | 25,- €

Samstag, 04.02.2023

10.00 - 11.00 Uhr

Anmeldeschluss: 12.01.2023

Dr. (USA) Hartmut Melchert

Kursnummer: 1017 | 25,- €

Samstag, 04.02.2023

12.00 - 13.00 Uhr

Anmeldeschluss: 12.01.2023

Dr. (USA) Hartmut Melchert

Kursnummer: 1018 | 25,- €

Samstag, 18.03.2023

10.00 - 11.00 Uhr

Anmeldeschluss: 23.02.2023

Dr. (USA) Hartmut Melchert

Kursnummer: 1019 | 25,- €

Samstag, 18.03.2023

12.00 - 13.00 Uhr

Anmeldeschluss: 23.02.2023

Dr. (USA) Hartmut Melchert

Kursnummer: 1020 | 25,- €

Samstag, 06.05.2023

10.00 - 11.00 Uhr

Anmeldeschluss: 13.04.2023

Dr. (USA) Hartmut Melchert

Kursnummer: 1021 | 25,- €

Samstag, 06.05.2023

12.00 - 13.00 Uhr

Anmeldeschluss: 13.04.2023

Dr. (USA) Hartmut Melchert

Kursnummer: 1022 | 25,- €

Samstag, 17.06.2023

10.00 - 11.00 Uhr

Anmeldeschluss: 25.05.2023

Dr. (USA) Hartmut Melchert

Kursnummer: 1023 | 25,- €

Samstag, 17.06.2023

12.00 - 13.00 Uhr

Anmeldeschluss: 25.05.2023

GRUNDBILDUNG & ALPHABETISIERUNG

Geschützte Atmosphäre in der VHS Mülheim: Damit Jugendliche und Erwachsene richtig Lesen und Schreiben lernen

Die Gründe sind vielfältig: Häufige Umzüge und Schulwechsel etwa, fehlende Förderung in der Familie oder eine länger andauernde Krankheit. Was aber durchgehend eine Rolle spielt, wenn jemand nicht lesen und schreiben kann, ist Scham. Mancher, der als Kind im Unterricht nicht mitkam, fragte aus Angst vor Bloßstellung lieber nicht nach. Später ist es dann die klassische Erklärung, die Brille vergessen zu haben, wenn ein Formular ausgefüllt werden soll. Ebenfalls ein typisches Merkmal: Häufig gibt es jemanden im näheren Umfeld, der durch den Alltag hilft.

Mit Sensibilität aus der Deckung holen

Mit Betroffenen in Kontakt kommen und persönlich beraten – die Programmbereichsleiterin Kerstin Dau hofft dabei auf die Unterstützung von außen. Beispielsweise von sensiblen Lehrkräften, die feststellen, dass schriftfremde Eltern ihren Kindern nicht bei den Hausaufgaben helfen können. Oder von Freunden, Familie und Nachbarn, die die offizielle Korrespondenz mit übernehmen.

Die VHS Mülheim sorgt für eine geschützte Atmosphäre, um Hürden abzubauen: Wer will, kann zum Kennenlerngespräch jemanden mitbringen. Kursteilnehmende aus diesem Bereich werden zur ersten Unterrichtsstunde begleitet und sie können im Kurs bleiben, so lange sie wollen – auch weit über das erste Semester hinaus.

Mit Angeboten der Grundbildung, die es so nur bei Volkshochschulen gibt, vermitteln die Dozentinnen und Dozenten übrigens nicht „nur“ Lesen und Schreiben. Auch soziale Kompetenzen wie der Umgang mit neuen Medien und Behörden gehören dazu. Die VHS Mülheim richtet sich hierbei an Jugendliche ab 16 Jahren und Erwachsene, die nicht oder nur wenig lesen, schreiben oder rechnen können.

Kontakt: Kerstin Dau
Telefon: 0208 455-4314

Deutsch: Lesen und Schreiben lernen am Abend

Sibylle Wellfonder

Kursnummer: 1101 | 20,- €

Mittwoch, 18.01. - 14.06.2023

17.00 - 19.30 Uhr

60 UStd. | 20 Termine

Deutsch: Rechtschreibung und Grammatik verbessern

Helmut Gaksch

Kursnummer: 1105 | 25,- €

Freitag, 27.01. - 16.06.2023

16.15 - 17.45 Uhr

38 UStd. | 19 Termine



Grundbildung &
Alphabetisierung

KUNST, KULTUR & KREATIVITÄT

„Deine Kreativität kannst Du nie aufbrauchen. Je mehr Du sie benutzt, desto kreativer ist Du.“

(Maya Angelou, US-amerikanische Schriftstellerin und Bürgerrechtlerin)

Neues entdecken und neugierig bleiben, Gleichgesinnte treffen und Ideen austauschen: Die VHS Mülheim bietet zahlreiche Kurse aus den Bereichen Bildende Künste, Musik, Fotografie, Schauspiel und Schriftstellerei im neuen Programm an. Erfahrene Dozent*innen vermitteln die erforderlichen Fähigkeiten und ein umfangreiches Hintergrundwissen. Die erlernten Inhalte erweitern nicht nur Ihren privaten kreativen Horizont, sondern bereichern auch Ihren beruflichen Alltag mit neuen Qualifikationen und Kompetenzen. Wer sich darüber hinaus für kultur- und kunstgeschichtliche Zusammenhänge interessiert, kann an speziellen Exkursionen und Kursen zur Kunstbetrachtung teilnehmen – und bekommt so einen spannenden Einblick in das zeitgenössische Kunstgeschehen der Region.

Ausführliche Kursbeschreibungen finden Sie auf unserer Homepage.

Bitte beachten Sie dort auch die Hinweise zu Materialien, die gegebenenfalls selbst mitgebracht werden müssen: vhs.muelheim-ruhr.de

THEATER UND LITERATUR

Stücke 2023 – Die besten Uraufführungen im Wettbewerb

Steffen Tost
Kursnummer: 2001 | 69,- €
Montag, 06.03. - 05.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Improvisationstheater

Marcus Matten
Kursnummer: 2005 | 32,- €
Samstag, 06.05.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

Die Mittwochsschreiber – Keiner schreibt für sich allein

Andreas Martin
Kursnummer: 2008 | 69,50 €
Mittwoch, 08.02. - 14.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
24 UStd. | 12 Termine

SINGEN IN DER VHS

NEU Gesangskurs – Die natürliche Stimmführung

Ulrike Freytag-Behringer
Kursnummer: 2101 | 98,- €
Mittwoch, 01.03. - 17.05.2023
18.00 - 20.15 Uhr
30 UStd. | 10 Termine

Gesangsworkshop mit Anja Lerch

Anja Lerch
Kursnummer: 2105 | 65,- €
Samstag, 22.04.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

Gesangsworkshop „Mehrstimmigkeit“ mit Anja Lerch

Anja Lerch
Kursnummer: 2106 | 65,- €
Samstag, 06.05.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

Gesangsworkshop für Frauen: Entdecke deine Stimme und deine Kraft

Anja Lerch
Kursnummer: 2107 | 33,- €
Samstag, 13.05.2023
11.00 - 14.00 Uhr | 4 UStd.

INSTRUMENTE SPIELEN

Populäre Gitarre für Anfänger*innen

1. Semester
Detlef Neuls
Kursnummer: 2122 | 141,- €
Dienstag, 17.01. - 25.04.2023
18.00 - 20.15 Uhr
39 UStd. | 13 Termine

Populäre Gitarre für Fortgeschrittene

4. Semester
Detlef Neuls
Kursnummer: 2123 | 130,- €
Montag, 09.01. - 17.04.2023
18.00 - 20.15 Uhr
36 UStd. | 12 Termine

NEU Gitarrenkurs: Vom Blues zu den Beatles

Detlef Neuls
Kursnummer: 2125 | 61,- €
Montag, 08.05. - 12.06.2023
18.00 - 20.15 Uhr
15 UStd. | 5 Termine

Gitarrenspiel nach Noten/ Fingerstyle nach TABS - die feine Art, Gitarre zu spielen

Detlef Neuls
Kursnummer: 2126 | 61,- €
Dienstag, 09.05. - 13.06.2023
18.00 - 20.15 Uhr
15 UStd. | 5 Termine

NEU Workshop: E-Gitarre „Dreh` ma auf zehn“

Detlef Neuls
Kursnummer: 2127 | 55,- €
Freitag, 03.03.2023
18.15 - 21.15 Uhr
Samstag, 04.03.2023
10.00 - 15.00 Uhr
10 UStd. | 2 Termine

Sommerakademie: Get the groove! Trommeln und Gitarre spielen

Detlef Neuls
Kursnummer: 2128 | 35,- €
Samstag, 17.06.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

Ukulele-Workshop

Reinhard Kaisers
Kursnummer: 2130 | 35,- €
Samstag, 04.02.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

Ukulele-Workshop für Fortgeschrittene I

Reinhard Kaisers
Kursnummer: 2131 | 35,- €
Samstag, 22.04.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

NEU Ukulele-Workshop für Fortgeschrittene II

Reinhard Kaisers
Kursnummer: 2132 | 35,- €
Samstag, 13.05.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

Blues Harp-Workshop: Mundharmonika einfach spielend lernen

Dieter Kropp
Kursnummer: 2133 | 52,- €
Sonntag, 07.05.2023
10.00 - 17.00 Uhr | 8 UStd.

Workshop: Cajon selbst bauen

Martin Hesselbach
Kursnummer: 2134 | 20,- €
Samstag, 22.04.2023
10.00 - 13.00 Uhr | 4 UStd.

Cajon spielen für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen und ohne

Martin Hesselbach
Kursnummer: 2135 | 20,- €
Samstag, 22.04.2023
14.00 - 17.00 Uhr | 4 UStd.

Afrikanisches Trommeln

Ralph Kruse
Kursnummer: 2136 | 37,- €
Samstag, 04.03.2023
10.30 - 16.15 Uhr | 7 UStd.

Ralph Kruse
Kursnummer: 2137 | 37,- €
Sonntag, 07.05.2023
10.30 - 16.15 Uhr | 7 UStd.

MUSIKTHEORIE

NEU Musik erleben – eine kleine Einführung in die Welt der klassischen Musik

Peter Ansoerge
Kursnummer: 2141 | 41,- €
Mittwoch, 15.02. - 15.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
10 UStd. | 5 Termine

KUNST- UND KULTURGESCHICHTE

StadtKunstTour 1 des Kunstmuseums Mülheim an der Ruhr: Kunst im Zentrum

Georg Reinders
Kursnummer: 2204 | 4,- €
Samstag, 13.05.2023
14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Kunstmuseum Mülheim an der Ruhr
In Kooperation mit dem Kunstmuseum Mülheim an der Ruhr

StadtKunstTour 2 des Kunstmuseums Mülheim an der Ruhr: Kunst im Zusammenspiel mit Architektur und Natur

Georg Reinders
Kursnummer: 2205 | 4,- €
Samstag, 03.06.2023
14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Kunstmuseum Mülheim an der Ruhr
In Kooperation mit dem Kunstmuseum Mülheim an der Ruhr

KulTour: „Vom Mittelalter in die Gegenwart“

Eine Exkursion von Schloss Broich aus in die Mülheimer Altstadt
Georg Reinders
Kursnummer: 2206 | 10,- €
Samstag, 22.04.2023
14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Innenhof Schloss Broich

KUNSTBETRACHTUNG

Kunstbetrachtung: Legendäre Ausstellungen

Dr. Gisela Luther-Zimmer
Kursnummer: 2207 | 65,50 €
Dienstag, 14.02. - 02.05.2023
15.00 - 16.30 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Gespräche mit Kunstschaaffenden aus Mülheim an der Ruhr und Umgebung

Marlies Rustemeyer
Kursnummer: 2208 | 69,- €
Donnerstag, 26.01. - 15.06.2023
11.00 - 13.15 Uhr
18 UStd. | 6 Termine

ZEICHNEN UND MALEN

Einfach zeichnen lernen

Tanja Berg
Kursnummer: 2212 | 76,- €
Montag, 30.01. - 20.03.2023
18.30 - 20.45 Uhr
21 UStd. | 7 Termine

Hits 4 Kids – Anjas Kindersingparty

für (Groß-) Eltern und Kinder zwischen zwei und neun Jahren

Sonntag, 23. April 2023, 10.30 – 11.30 Uhr
Realschule Stadtmitte – Aula – Oberstr. 92 – 94, 45468 Mülheim an der Ruhr

Nach langer Pause endlich wieder im Programm: Ob „Auf der Mauer, auf der Lauer“ oder „Drei Chinesen mit dem Kontrabass“ – Kinder lieben Lieder. Denn Singen macht Spaß! Und Singen ist die beste Förderung, ohne danach zu klingeln. Es wirkt sich nicht nur positiv auf die Sprachentwicklung aus, sondern trägt auch zum Stressabbau, zur Selbstbestärkung und nicht zuletzt zum Gemeinschaftserleben bei. Wir singen gemeinsam traditionelle Kinderlieder wie z.B. „Wer will fleißige Handwerker sehn“, oder „In einem kleinen Apfel“, aber auch unseren Hit „Anne Kaffeekanne“ und „Rote Kirschen ess` ich gern“. Lieder den Jahreszeiten entsprechend sowie aus Kinderserien wie Pippi Langstrumpf, Wickie, Heidi oder Filmen wie dem Dschungelbuch dürfen nicht fehlen. Anja Lerch spielt die Lieder auf dem Klavier mit, die Texte werden mit dem Beamer an die Wand projiziert. Der Eintritt ist frei - am Ende geht der Hut für die Künstlerin herum. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Tanja Berg
Kursnummer: 2213 | 76,- €
Montag, 17.04. - 12.06.2023
18.30 - 20.45 Uhr
21 UStd. | 7 Termine

NEU Porträtmalerei

Kuno Lange
Kursnummer: 2217 | 31,- €
Samstag, 04.03.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

Aquarellmalerei – Zeichnen, Malen, Aquarellieren

Janet Kempken
Kursnummer: 2218 | 108,- €
Freitag, 13.01. - 24.03.2023
10.00 - 12.15 Uhr
33 UStd. | 11 Termine

Abenteuer Aquarell

Eva Härtel
Kursnummer: 2219 | 69,- €
Freitag, 21.04. - 02.06.2023
10.00 - 12.15 Uhr
21 UStd. | 7 Termine

Acrylmalerei

Janet Kempken
Kursnummer: 2220 | 98,- €
Montag, 09.01. - 20.03.2023
16.00 - 18.15 Uhr
30 UStd. | 10 Termine

NEU Abenteuer Farbe: Freies Malen mit verschiedenen Techniken

Eva Härtel
Kursnummer: 2221 | 59,- €
Montag, 17.04. - 05.06.2023
16.00 - 18.15 Uhr
18 UStd. | 6 Termine

Malen mit verschiedenen Techniken

Saskia Arndt
Kursnummer: 2222 | 98,- €
Dienstag, 17.01. - 21.03.2023
18.00 - 20.15 Uhr
30 UStd. | 10 Termine

Saskia Arndt
Kursnummer: 2223 | 78,50 €
Dienstag, 18.04. - 13.06.2023
18.00 - 20.15 Uhr
24 UStd. | 8 Termine

Öl- und Acrylmalerei am Vormittag

Klaus Hesselmann
Kursnummer: 2226 | 98,- €
Donnerstag, 19.01. - 23.03.2023
10.00 - 12.15 Uhr
30 UStd. | 10 Termine

Klaus Hesselmann
Kursnummer: 2227 | 69,- €
Donnerstag, 20.04. - 15.06.2023
10.00 - 12.15 Uhr
21 UStd. | 7 Termine

NEU Malen und Zeichnen auf transparenten Acrylglasplatten

Janet Kempken
Kursnummer: 2229 | 21,- €
Samstag, 18.03.2023
11.00 - 14.00 Uhr | 4 UStd.

Kunstwerkstatt am Wochenende: Freies Malen und Zeichnen in verschiedenen Techniken

Tanja Berg
Kursnummer: 2231 | 31,- €
Samstag, 06.05.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

Kunstwerkstatt am Wochenende: Experimentieren mit Linolschnitt

Tanja Berg
Kursnummer: 2232 | 31,- €
Sonntag, 18.06.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 7 UStd.

NEU Abstrakte Farbbilder aus selbst hergestellten Naturfarben

Maia Kessler
Kursnummer: 2233 | 27,- €
Samstag, 17.06.2023
10.00 - 14.00 Uhr | 5 UStd.

Abenteuer Aquarell in den Sommerferien

Eva Härtel
Kursnummer: 2237 | 44,- €
Dienstag bis Donnerstag, 27.06. - 29.06.2023
10.00 - 13.30 Uhr
12 UStd. | 3 Termine

„Fälscherwerkstatt“ Malerei in den Sommerferien

Klaus Hesselmann
Kursnummer: 2239 | 30,- €
Dienstag bis Donnerstag, 25.07. - 27.07.2023
10.00 - 12.15 Uhr
9 UStd. | 3 Termine

PLASTISCHES GESTALTEN

Grundlagen der Bildhauerei

Kuno Lange
Kursnummer: 2250 | 90,- €
Samstag bis Sonntag, 13.05. - 14.05.2023
10.00 - 17.30 Uhr
18 UStd. | 2 Termine
Atelier Lange - Tinkrathstr. 60

Mosaikkunst

Kuno Lange
Kursnummer: 2251 | 90,- €
Samstag bis Sonntag, 03.06. - 04.06.2023
10.00 - 17.30 Uhr
18 UStd. | 2 Termine
Atelier Lange - Tinkrathstr. 60



FOTO: UWE ERNST

KREATIVES GESTALTEN

Handlettering

Maia Kessler
Kursnummer: 2302 | 27,- €
Sonntag, 18.06.2023
10.00 - 14.00 Uhr | 5 UStd.

ONLINE One Line –

Kunstwerke aus einem Strich: Flower Edition

Maia Kessler
Kursnummer: 2306 | 27,- €
Samstag, 03.06.2023
10.00 - 14.00 Uhr | 5 UStd.

Die zauberhafte Welt des Papiers

Gabriele Jakobowski
Kursnummer: 2309 | 27,- €
Samstag, 22.04.2023
10.00 - 14.00 Uhr | 5 UStd.

FOTOGRAFIE

Grundlagen der Digitalfotografie

Ralf Raßloff
Kursnummer: 2404 | 82,- €
Samstag, 06.05.2023,
10.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 07.05.2023,
10.00 - 14.00 Uhr
14 UStd. | 2 Termine

Ralf Raßloff
Kursnummer: 2405 | 82,- €
Samstag, 04.03.2023,
10.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 05.03.2023,
10.00 - 14.00 Uhr
14 UStd. | 2 Termine

NEU Die Wurzeln der Fotografie

Ole-Kristian Heyer
Kursnummer: 2406 | 62,- €
Samstag bis Sonntag, 06.05. - 07.05.2023
10.00 - 16.00 Uhr
14 UStd. | 2 Termine

NEU Fotografie neu sehen

Ralf Raßloff
Kursnummer: 2407 | 86,- €
Dienstag, 17.01. - 30.05.2023
19.00 - 21.15 Uhr
21 UStd. | 7 Termine

Fotografieren mit der Digitalkamera – Aufbaukurs

Peter Hense
Kursnummer: 2410 | 93,- €
Donnerstag, 26.01. - 30.03.2023
19.45 - 21.15 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Fotografieren mit der Digitalkamera für Fortgeschrittene

Peter Hense
Kursnummer: 2411 | 93,- €
Donnerstag, 26.01. - 30.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

GESUNDHEIT, NATUR & UMWELT

Das Beste, das Ihnen passieren kann: sich Zeit für sich selbst zu nehmen!

Das Leben in die Hand nehmen und eigene, vielleicht ungeahnte Ressourcen mobilisieren - das geht hervorragend mit den Gesundheitskursen der VHS. Und kommt Ihnen privat genauso zugute wie im beruflichen Bereich. Ausgleich, neue Perspektiven und Anregungen: Mit Pilates oder Yoga finden Sie Ihre innere Mitte, Ganzkörperkräftigung bringt den Kreislauf in Schwung. Gymnastik und Tanz unterstützen die Ausdauer. Wer lernen will, richtig zu entspannen, meldet sich am besten zu Meditation oder einem Achtsamkeitstraining an. Mit unseren vielseitigen Angeboten möchten wir allen Interessierten einen Zugang zur Gesundheitsbildung ermöglichen.

Und so gilt unser Programm für Einsteiger*innen genauso wie für Fortgeschrittene ...

Die Kosten für Präventionskurse werden bei regelmäßiger Teilnahme von zahlreichen Krankenkassen übernommen. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

BEWEGUNG

Präventionskurs: Fit für den Alltag – Ganzkörperkräftigung

Isabell Faßbender
Kursnummer: 2511 | 83,- €
Dienstag, 17.01. - 21.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
20 UStd. | 10 Termine
Turnhalle Bruchstraße -
Bruchstraße 87

Fit für den Alltag - Ganzkörperkräftigung

Isabell Faßbender
Kursnummer: 2512 | 44,- €
Dienstag, 18.04. - 23.05.2023
18.00 - 19.30 Uhr
12 UStd. | 6 Termine
Turnhalle Bruchstraße -
Bruchstraße 87

„Fit for Fun“ – Gymnastik mit Musik

Isabell Faßbender
Kursnummer: 2515 | 72,50 €
Mittwoch, 18.01. - 22.03.2023
9.15 - 10.45 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Isabell Faßbender
Kursnummer: 2516 | 44,- €
Mittwoch, 19.04. - 24.05.2023
9.15 - 10.45 Uhr
12 UStd. | 6 Termine

NEU Sanfter Muskelaufbau für die Generation PLUS

Karin Wischmann-Schoofs
Kursnummer: 2540 | 58,- €
Montag, 23.01. - 20.03.2023
9.15 - 10.45 Uhr
16 UStd. | 8 Termine
Am 20.02.2023 findet kein
Kurs statt.

Karin Wischmann-Schoofs
Kursnummer: 2541 | 51,- €
Montag, 17.04. - 12.06.2023
9.15 - 10.45 Uhr
14 UStd. | 7 Termine

Gymnastik für die Generation PLUS

Christa Krauskopf
Kursnummer: 2542 | 65,50 €
Dienstag, 24.01. - 21.03.2023
16.15 - 17.45 Uhr
18 UStd. | 9 Termine

Isabell Faßbender
Kursnummer: 2543 | 72,50 €
Donnerstag,
19.01. - 23.03.2023
9.15 - 10.45 Uhr
20 UStd. | 10 Termine
Sportsaal Schildberg -
Schildberg 41

Christa Krauskopf
Kursnummer: 2544 | 58,- €
Dienstag, 18.04. - 13.06.2023
16.15 - 17.45 Uhr
16 UStd. | 8 Termine
Am 30.05.2023 findet kein
Kurs statt.

Isabell Faßbender
Kursnummer: 2545 | 44,- €
Donnerstag,
20.04. - 25.05.2023
9.15 - 10.45 Uhr
12 UStd. | 6 Termine
Sportsaal Schildberg -
Schildberg 41

Pilates zum Kennenlernen

Birgit Gorny
Kursnummer: 2550 | 11,50 €
Samstag, 14.01.2023
11.15 - 12.45 Uhr | 2 UStd.

Pilates

Birgit Gorny
Kursnummer: 2551 | 58,- €
Montag, 23.01. - 20.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
16 UStd. | 8 Termine
Am 20.02.2023 findet kein
Kurs statt.

Steffi Schwebel
Kursnummer: 2552 | 65,50 €
Mittwoch, 25.01. - 22.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
18 UStd. | 9 Termine

Birgit Gorny
Kursnummer: 2553 | 51,- €
Montag, 17.04. - 12.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
14 UStd. | 7 Termine

Steffi Schwebel
Kursnummer: 2554 | 65,50 €
Mittwoch, 19.04. - 14.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
18 UStd. | 9 Termine

Faszien-Pilates: Aktiv gegen Verspannungen

Steffi Schwebel
Kursnummer: 2555 | 65,50 €
Mittwoch, 25.01. - 22.03.2023
19.45 - 21.15 Uhr
18 UStd. | 9 Termine

Steffi Schwebel
Kursnummer: 2556 | 65,50 €
Mittwoch, 19.04. - 14.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
18 UStd. | 9 Termine

ONLINE Pilates im Sommer

Steffi Schwebel
Kursnummer: 2557 | 44,- €
Mittwoch, 28.06. - 02.08.2023
18.00 - 19.30 Uhr
12 UStd. | 6 Termine

Wirbelsäulengymnastik im Sommer

Ute Naurath
Kursnummer: 2575 | 44,- €
Freitag, 23.06. - 28.07.2023
15.00 - 16.30 Uhr
12 UStd. | 6 Termine

NEU Sanfte Rückenfitness

Karin Wischmann-Schoofs
Kursnummer: 2580 | 58,- €
Montag, 23.01. - 20.03.2023
19.45 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 8 Termine
Am 20.02.2023 findet kein
Kurs statt.

Karin Wischmann-Schoofs
Kursnummer: 2581 | 51,- €
Montag, 17.04. - 12.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
14 UStd. | 7 Termine

Präventionskurs: Rückenfit

Ute Naurath
Kursnummer: 2582 | 83,- €
Freitag, 20.01. - 24.03.2023
16.15 - 17.45 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Ute Naurath
Kursnummer: 2583 | 83,- €
Dienstag, 24.01. - 28.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Ute Naurath
Kursnummer: 2584 | 66,50 €
Dienstag, 18.04. - 13.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
16 UStd. | 8 Termine
Am 30.05.2023 findet kein
Kurs statt.

Ute Naurath
Kursnummer: 2585 | 66,50 €
Freitag, 21.04. - 09.06.2023
16.15 - 17.45 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

TANZ

NEU Salsation® Tanz-Fitness

Ulymar Josefina Garcia Niehaus
Kursnummer: 2600 | 58,- €
Dienstag, 24.01. - 14.03.2023
9.15 - 10.45 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

Ulymar Josefina Garcia Niehaus
Kursnummer: 2601 | 58,- €
Donnerstag,
26.01. - 16.03.2023
9.15 - 10.45 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

Ulymar Josefina Garcia Niehaus
Kursnummer: 2602 | 51,- €
Dienstag, 18.04. - 06.06.2023
9.15 - 10.45 Uhr
14 UStd. | 7 Termine
Am 30.05.2023 findet kein
Kurs statt.

Ulymar Josefina Garcia Niehaus
Kursnummer: 2603 | 44,- €
Donnerstag,
20.04. - 01.06.2023
9.15 - 10.45 Uhr
12 UStd. | 6 Termine

Afrikanischer Tanz Entdecke Deine Lebendigkeit!

Birgit Sagna
Kursnummer: 2606 | 23,50 €
Sonntag, 07.05.2023
13.00 - 16.15 Uhr | 4 UStd.

ENTSPANNUNG

Achtsamkeitstraining und Meditation zum Kennenlernen

Maik Kohlbus M.S.
Kursnummer: 2615 | 17,50 €
Samstag, 14.01.2023
14.00 - 16.15 Uhr | 3 UStd.

„Wenn die Hormone tanzen“

Eine Vortrags- und Talkrunde mit Gesundheits-
expertinnen für Frauen in den besten Jahren

SONNTAG, 5. März 2023, 9.30 – 14.00 Uhr

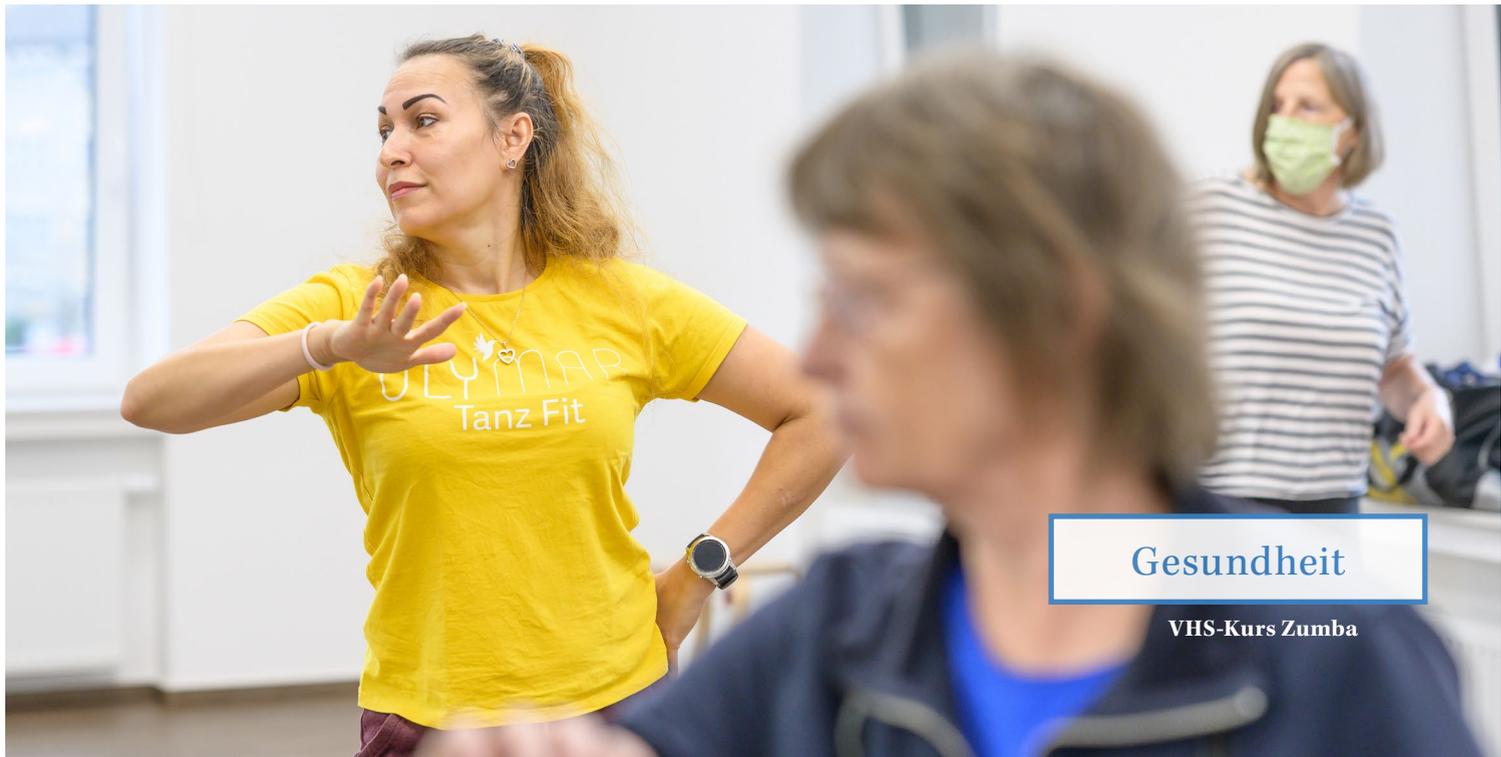
Die Wechseljahre bedeuten einen Tanz der Hormone, den jede Frau physisch und psychisch mittanzten muss. Dies braucht sie aber nicht alleine zu tun! Die Gesundheits-
expertinnen werden alle Aspekte beleuchten, informieren
und aufklären.

- Dr. Andrea Schmidt (Chefärztin der Mülheimer Frauenklinik)

- Heike Janz (Breast Care Nurse im BrustZentrum MülheimOberhausen)

- Ulrike Stifft (Heilpraktikerin, Coaching, Psychotherapie, Homöopathie)

- Andrea von Horn (Personal Trainerin, Stressmanagement und Ernährungsberatung)
In der Talkrunde sind Ihr Mitreden, Zuhören und Austausch ein zentraler Baustein. Unter anderem werden Aspekte wie Psyche, hormonelle Umstellungen, Lust, Bewegung und Brustkrebsvorsorge thematisiert. Der Talk ist exklusiv für Frauen und wird von Silke Sauerwein (Leitung Unternehmenskommunikation ATEGRIS GmbH) moderiert. Anmeldungen sind telefonisch, online und im Anmeldebüro der VHS möglich. Die Veranstaltung ist entgeltfrei. In Kooperation mit dem Ev. Krankenhaus Mülheim.



Gesundheit

VHS-Kurs Zumba

FOTO: UWE ERNST

Achtsamkeitstraining und Meditation

Maik Kohlbus M.S.
Kursnummer: 2617 | 65,50 €
Donnerstag,
26.01. - 23.03.2023
19.45 - 21.15 Uhr
18 UStd. | 9 Termine

Maik Kohlbus M.S.
Kursnummer: 2618 | 44,- €
Donnerstag,
20.04. - 01.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
12 UStd. | 6 Termine

NEU Achtsamkeits- und Meditationsretreat

Maik Kohlbus M.S.
Kursnummer: 2619 | 35,- €
Sonntag, 05.03.2023
9.30 - 14.30 Uhr | 6 UStd.

Entspannt und bewusst leben – Entspannungstipps für den Alltag

Iris Riesener
Kursnummer: 2622 | 23,50 €
Samstag, 06.05.2023
13.00 - 16.15 Uhr | 4 UStd.

NEU Insel der Lebenskraft mit Yoga, Atem und Entspannung

Birgit Sagna
Kursnummer: 2624 | 23,50 €
Samstag, 22.04.2023
13.00 - 16.15 Uhr | 4 UStd.

Feldenkrais-Workshop: Bewegungsfreiheit

Herta Schmidt
Kursnummer: 2633 | 35,- €
Samstag, 14.01.2023
9.30 - 14.30 Uhr | 6 UStd.

Alexander-Technik zum Kennenlernen

Claudia Nies
Kursnummer: 2635 | 23,50 €
Samstag, 18.03.2023
9.30 - 12.45 Uhr | 4 UStd.

Leichtigkeit lernen mit Alexander-Technik

Claudia Nies
Kursnummer: 2636 | 29,50 €
Donnerstag,
20.04. - 11.05.2023
18.00 - 19.30 Uhr
8 UStd. | 4 Termine

Die Dorn-Methode zum Kennenlernen

Sabine Meister
Kursnummer: 2638 | 29,50 €
Samstag, 18.03.2023
9.30 - 13.30 Uhr | 5 UStd.

Sabine Meister
Kursnummer: 2639 | 29,50 €
Samstag, 17.06.2023
9.30 - 13.30 Uhr | 5 UStd.

Meine kleine Auszeit im Alltag

Nadine Prahm
Kursnummer: 2645 | 47,- €
Samstag, 04.03. - 18.03.2023
13.00 - 16.15 Uhr
8 UStd. | 2 Termine

Autogenes Training – für Anfänger*innen

Martina Becker-Gläsel
Kursnummer: 2651 | 58,- €
Freitag, 03.02. - 24.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

Präventionskurs: Progressive Muskelentspannung

Marc Nottelmann
Kursnummer: 2655 | 66,50 €
Dienstag, 31.01. - 21.03.2023
19.45 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

Marc Nottelmann
Kursnummer: 2656 | 66,50 €
Dienstag, 18.04. - 13.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 8 Termine
Am 30.05.2023 findet kein Kurs statt.

NEU Entspannung für die Generation PLUS

Iris Riesener
Kursnummer: 2660 | 44,- €
Freitag, 24.02. - 31.03.2023
14.30 - 16.00 Uhr
12 UStd. | 6 Termine

Iris Riesener
Kursnummer: 2661 | 44,- €
Freitag, 05.05. - 16.06.2023
14.30 - 16.00 Uhr
12 UStd. | 6 Termine
Am 02.06.2023 findet kein Kurs statt.

QI GONG & TAI CHI

Tai Chi Ch'uan

Olaf Rolving/Monika Jockheck
Kursnummer: 2670 | 65,50 €
Dienstag, 24.01. - 21.03.2023
19.45 - 21.15 Uhr
18 UStd. | 9 Termine

Olaf Rolving/Monika Jockheck
Kursnummer: 2671 | 58,- €
Dienstag, 18.04. - 13.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 8 Termine
Am 30.05.2023 findet kein Kurs statt.

ONLINE Qi Gong im Sitzen auf dem Stuhl

Birgit Pieckenhagen
Kursnummer: 2674 | 44,- €
Montag, 23.01. - 27.03.2023
19.00 - 20.00 Uhr
12 UStd. | 9 Termine

Birgit Pieckenhagen
Kursnummer: 2675 | 29,50 €
Montag, 17.04. - 05.06.2023
19.00 - 20.00 Uhr
8 UStd. | 6 Termine

Qi Gong zum Wochenausklang

Birgit Pieckenhagen
Kursnummer: 2678 | 65,50 €
Freitag, 27.01. - 24.03.2023
19.45 - 21.15 Uhr
18 UStd. | 9 Termine

Birgit Pieckenhagen
Kursnummer: 2679 | 44,- €
Freitag, 21.04. - 02.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
12 UStd. | 6 Termine
Am 19.05.2023 findet kein Kurs statt.

YOGA

Hatha Yoga

Oksana Shekhanina
Kursnummer: 2700 | 58,- €
Montag, 23.01. - 20.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
16 UStd. | 8 Termine
Am 20.02.2023 findet kein Kurs statt.

Nadine Prahm
Kursnummer: 2704 | 58,- €
Mittwoch, 25.01. - 15.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

Sabine Zehres
Kursnummer: 2707 | 65,50 €
Donnerstag,
26.01. - 23.03.2023
19.45 - 21.15 Uhr
18 UStd. | 9 Termine

Oksana Shekhanina
Kursnummer: 2710 | 51,- €
Montag, 17.04. - 12.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
14 UStd. | 7 Termine

Nadine Prahm
Kursnummer: 2714 | 58,- €
Mittwoch, 19.04. - 07.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

Sabine Zehres
Kursnummer: 2717 | 44,- €
Donnerstag,
20.04. - 01.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
12 UStd. | 6 Termine

Schonendes Yoga für Beweglichkeit und Schmerzfreiheit

Petra Hofmann-Kesy
Kursnummer: 2720 | 72,50 €
Freitag, 20.01. - 24.03.2023
9.15 - 10.45 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Petra Hofmann-Kesy
Kursnummer: 2721 | 58,- €
Freitag, 21.04. - 09.06.2023
9.15 - 10.45 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

NEU Rücken Yoga

Nadine Prahm
Kursnummer: 2728 | 58,- €
Mittwoch, 25.01. - 15.03.2023
19.45 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

Nadine Prahm
Kursnummer: 2729 | 58,- €
Mittwoch, 19.04. - 07.06.2023
19.45 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

NEU Power Yoga

Oksana Shekhanina
Kursnummer: 2730 | 58,- €
Donnerstag
02.02. - 23.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
16 UStd. | 8 Termine

Oksana Shekhanina
Kursnummer: 2731 | 44,- €
Donnerstag
20.04. - 01.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
12 UStd. | 6 Termine

Workshop: Lach-Yoga

Andreas Erichsen
Kursnummer: 2740 | 11,50 €
Samstag, 14.01.2023
14.45 - 16.15 Uhr | 2 UStd.

Andreas Erichsen
Kursnummer: 2741 | 11,50 €
Samstag, 06.05.2023
14.45 - 16.15 Uhr | 2 UStd.

NEU Ausgleichendes

Yin-Faszien-Yoga
Steffi Schwebel
Kursnummer: 2746 | 17,50 €
Samstag, 04.02.2023
13.30 - 15.45 Uhr | 3 UStd.

NEU Verspannungen lösen mit Yin-Faszien-Yoga

Steffi Schwebel
Kursnummer: 2747 | 17,50 €
Samstag, 18.03.2023
13.45 - 16.00 Uhr | 3 UStd.

Faszien-Yoga

Sabine Meister
Kursnummer: 2750 | 29,50 €
Samstag, 04.02.2023
9.30 - 13.30 Uhr | 5 UStd.

Sabine Meister
Kursnummer: 2751 | 29,50 €
Samstag, 06.05.2023
9.30 - 13.30 Uhr | 5 UStd.

GESUNDHEITSWISSEN**NEU Das merk ich mir! Merktechniken für den Alltag**

Susanne Ducreé-Schütte
Kursnummer: 2801 | 35,- €
Samstag, 22.04.2023
9.30 - 14.30 Uhr | 6 UStd.

NEU Vortrag: Das Phänomen der Hochsensibilität

Michaela Göddenhoff
Kursnummer: 2802 | 8,- €
Freitag, 24.02.2023
18.00 - 19.30 Uhr | 2 UStd.

NEU Vortrag: Frauenherzen schlagen anders

Hamza Ademi
Kursnummer: 2805 |
entgeltfrei
Mittwoch, 22.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr | 3 UStd.
In Kooperation mit dem
Evangelischen Krankenhaus

ONLINE-VORTRAG**Genesen ist noch nicht gesund – Effizienz der Rehabilitation bei Post- und Long-Covid**

Dr. Jördis Frommhold
Kursnummer: 2807 |
entgeltfrei
Donnerstag, 02.03.2023
19.00 - 20.00 Uhr
In Kooperation mit der vhs
Böblingen-Sindelfingen e.V.

ONLINE-VORTRAG**Ernährung bei Krebs**

Prof. Dr. Jutta Hübner
Kursnummer: 2808 |
entgeltfrei
Donnerstag, 20.04.2023
19.00 - 20.00 Uhr
In Kooperation mit der vhs
Böblingen-Sindelfingen e.V.

ONLINE-VORTRAG**Adipositas – Die Psyche isst mit**

Britta Pehlke M.Sc.
Kursnummer: 2811 | 8,- €
Donnerstag, 26.01.2023
19.45 - 21.15 Uhr | 2 UStd.

PFLEGE**Kursreihe „Vom gelegentlichen Kümmern hin zum dauerhaften 24-Std-Pflege-Einsatz“**

**Teil I:
Vom Kümmern und sich Sorgen**
Sabine Dams/Barbara Körner
Kursnummer: 2820 |
entgeltfrei
Freitag, 13.01.2023
18.00 - 19.30 Uhr | 2 UStd.

Teil II: Von Nähe und Distanz im Pflegeprozess

Sabine Dams/Barbara Körner
Kursnummer: 2821 |
entgeltfrei
Freitag, 21.04.2023
18.00 - 19.30 Uhr | 2 UStd.

ONLINE Pflegekurs Telemedizin – Qualifizierung zur Nachbarschaftshilfe

Prof. Dr. Gregor Hohenberg
Kursnummer: 2827 |
entgeltfrei
Samstag, 11.03.2023
10.00 - 20.00 Uhr
In Kooperation mit dem
Telemedizinzentrum Hamm

Prof. Dr. Gregor Hohenberg
Kursnummer: 2828 |
entgeltfrei
Samstag, 13.05.2023
10.00 - 20.00 Uhr
In Kooperation mit dem
Telemedizinzentrum Hamm

NACHHALTIG BAUEN, SANIEREN, WOHNEN**NEU ONLINE-VORTRAG****Fördermittel für die energetische Sanierung**

Hermann-Josef Schäfer
Kursnummer: 2850 |
entgeltfrei
Montag, 30.01.2023
19.00 - 21.15 Uhr | 3 UStd.
In Kooperation mit der Ver-
braucherzentrale Nordrhein-
Westfalen e.V.

NEU ONLINE-VORTRAG**Photovoltaik und Batteriespeicher/Sonnenklar - Solarstrom nutzen**

Hermann-Josef Schäfer
Kursnummer: 2851 |
entgeltfrei
Montag, 17.04.2023
19.00 - 21.15 Uhr | 3 UStd.
In Kooperation mit der Ver-
braucherzentrale Nordrhein-
Westfalen e.V.

NEU ONLINE-VORTRAG**Das klimarobuste Haus**

Hermann-Josef Schäfer
Kursnummer: 2852 |
entgeltfrei
Montag, 15.05.2023
19.00 - 21.15 Uhr | 3 UStd.
In Kooperation mit der Ver-
braucherzentrale Nordrhein-
Westfalen e.V.

ONLINE-VORTRAG**Nachhaltige Fassaden- und Dachbegrünung**

Prof. Dr. Nicole Pfoser
Kursnummer: 2853 |
entgeltfrei
Mittwoch, 26.04.2023
19.00 - 20.00 Uhr
In Kooperation mit der vhs
Böblingen-Sindelfingen e.V.

FLORA UND FAUNA ERKUNDEN**Internationale Wasservogelzählungen in Mülheim, der „Stadt am Fluss“**

Jürgen Pern
Kursnummer: 2860 |
entgeltfrei
Sonntag, 15.01.2023
9.00 - 12.00 Uhr | 4 UStd.
In Kooperation mit dem
NABU Ruhr e.V.

Jürgen Pern
Kursnummer: 2861 |
entgeltfrei
Sonntag, 12.02.2023
9.00 - 12.00 Uhr | 4 UStd.
In Kooperation mit dem
NABU Ruhr e.V.

Jürgen Pern
Kursnummer: 2862 |
entgeltfrei
Sonntag, 12.03.2023
9.00 - 12.00 Uhr | 4 UStd.
In Kooperation mit dem
NABU Ruhr e.V.

NEU Vortrag: Als das Ruhrgebiet in den Tropen lag

Dr. Lars Dietz
Kursnummer: 2863 |
entgeltfrei
Montag, 13.02.2023
18.00 - 20.15 Uhr | 3 UStd.
In Kooperation mit dem
NABU Ruhr e.V.

BIOGARTEN**Arbeitskreis Biogarten**

Kursnummer: 2871 |
entgeltfrei
Dienstag und Donnerstag,
07.03. - 20.06.2023
14.00 - 17.00 Uhr
VHS-Biogarten in der MüGa,
Nähe Matschspielplatz

20. Mülheimer Wildpflanzenbörse im VHS Biogarten

Kursnummer: 2872 |
entgeltfrei
Sonntag, 16.04.2023
10.30 - 16.00 Uhr
VHS-Biogarten in der MüGa,
Nähe Matschspielplatz

Sonntagstreff im Biogarten

Sonntag, 19.03. - 30.07.2023
10.00 - 13.00 Uhr
entgeltfrei
VHS-Biogarten in der MüGa,
Nähe Matschspielplatz

POLITIK & GESELLSCHAFT**Lebensnah: Austausch zu gesellschaftspolitischen Themen**

Sich informieren, über Politik diskutieren, gesellschaftliche Zusammenhänge beleuchten - das alles geht in Ihrer VHS Mülheim. Wir gestalten unsere Workshops, Vorträge und Seminare nach aktuellen, lebensnahen Themen - und freuen uns sehr, Sie dazu begrüßen zu dürfen.

POLITIK, GESCHICHTE UND PHILOSOPHIE**Polit-Café mit Gästen: Fridays For Future**

Peter Leitzen
Kursnummer: 2903 |
entgeltfrei
Mittwoch, 26.04.2023
18.00 - 19.30 Uhr | 2 UStd.

NEU Polit-Café mit Gästen: Bezirksvertretungen (in Mülheim) als basisdemokratische Institution

Peter Leitzen
Kursnummer: 2904 |
entgeltfrei
Donnerstag, 15.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr | 2 UStd.

NEU ONLINE-VORTRAG**Das Vereinigte Königreich im 20. Jahrhundert**

Malte Pattberg
Kursnummer: 2910 | 8,- €
Donnerstag,
11.05. - 25.05.2023
18.30 - 20.00 Uhr
4 UStd. | 2 Termine

NEU Vortrag: Was ist ein gutes Leben? Eine Antwortsuche in philosophischen Konzepten

Peter Leitzen
Kursnummer: 2911 |
entgeltfrei
Mittwoch, 24.05.2023
18.30 - 20.00 Uhr | 2 UStd.
VHS-Biogarten in der MüGa,
Nähe Matschspielplatz

Philosophischer Treff

Peter Leitzen
Kursnummer: 2912 | 41,- €
Montag, 30.01. - 06.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr
10 UStd. | 5 Termine



Politik & Gesellschaft

VHS-Kurs Philosophischer Treff

FOTOS: UWE ERNST

MÜLHEIM - MEINE STADT

NEU Exkursion: Hinter den Kulissen von Mülheim... Theater an der Ruhr

Marlies Rustemeyer
Kursnummer: 2921 | 10,- €
Dienstag, 31.01.2023
11.00 - 13.15 Uhr | 3 UStd.
Treffpunkt: Theater an der Ruhr, Akazienallee 61

NEU Exkursion: Hinter den Kulissen von Mülheim... Ringlockschuppen

Marlies Rustemeyer
Kursnummer: 2923 | 10,- €
Dienstag, 28.03.2023
11.00 - 13.15 Uhr | 3 UStd.
Treffpunkt: Kultur im Ringlockschuppen e. V., Am Schloß Broich 38

NEU Exkursion: Hinter den Kulissen von Mülheim... Volxbühne

Marlies Rustemeyer
Kursnummer: 2924 | 10,- €
Freitag, 19.05.2023
11.00 - 13.15 Uhr | 3 UStd.
Treffpunkt: VOLXBÜHNE, Adolfstraße 89 a

Aktiv sein im Alter

Britta Stalleicken
Kursnummer: 2925 | 65,- €
Montag, 13.03. - 19.06.2023
15.00 - 16.30 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Britta Stalleicken
Kursnummer: 2926 | 65,- €
Dienstag, 14.03. - 06.06.2023
15.00 - 16.30 Uhr
20 UStd. | 10 Termine

Alles rund um's Älterwerden in Mülheim – Die Senior*innenberatungsstelle informiert

Holger Förster
Kursnummer: 2927 |
entgeltfrei
Montag, 17.04.2023
16.00 - 17.30 Uhr | 2 UStd.
In Kooperation mit der Senioren- und Wohnberatung der Stadt Mülheim an der Ruhr.

Gesprächskreis Mülheimer Mundart mit „Dönekes“ und Geschichten

Ulrich Rädeker
Kursnummer: 2929 |
entgeltfrei
Donnerstag,
19.01. - 15.06.2023
18.00 - 19.30 Uhr
36 UStd. | 18 Termine

VEBRAUCHER*INNEN-FRAGEN

NEU Vorsorge ist keine Frage des Alters: Patientenverfügung und Co.

Janina Bever
Kursnummer: 2930 |
entgeltfrei
Freitag, 10.03.2023
15.30 - 17.30 Uhr
In Kooperation mit dem ASB Betreuungsverein Mülheim an der Ruhr e.V.

NEU ONLINE Anerkennung einer Schwerbehinderung – GdB leicht gemacht

Jürgen Sauerborn
Kursnummer: 2931 | 20,- €
Donnerstag, 09.03.2023
18.00 - 20.15 Uhr | 3 UStd.

NEU Einkommensteuererklärung 2022

Kerstin Brodersen
Kursnummer: 2932 | 79,- €
Mittwoch, 19.04. - 17.05.2023
18.00 - 19.30 Uhr
15 UStd. | 5 Termine

DIGITAL IN ALLTAG & BERUF

Souverän und sicher in der digitalen Welt

Es stimmt, die Welt dreht sich immer schneller. Und es ist eine echte Herausforderung, da mitzukommen – ob beruflich, in der Schule oder privat. Plötzlich muss mit Excel umgegangen, eine Seite gestaltet oder eine PowerPoint-Präsentation erstellt werden, um nur einige Beispiele zu nennen. Mit den passgenauen Computer-, Smartphone- und Laptopkursen Ihrer VHS bewegen Sie sich souverän und sicher durch die Digitalisierung.

EDV FÜR DEN BERUF

All in one: Ein Schnelleinstieg in Word, Excel, PowerPoint und Outlook

Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3002 | 186,- €
Dienstag und Donnerstag
07.03. - 30.03.2023
18.00 - 21.15 Uhr
32 UStd. | 8 Termine

Word und Excel – Grundlagen kompakt

Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3004 | 130,- €
Montag, Dienstag und Donnerstag,
17.04. - 27.04.2023
18.00 - 21.15 Uhr
24 UStd. | 6 Termine

Miteinander statt nebeneinander: Die Office-Programme im Büro effizient nutzen

Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3006 | 139,50 €
Montag und Dienstag,
05.06. - 20.06.2023
18.00 - 21.15 Uhr
24 UStd. | 6 Termine



Arbeit und Leben Mülheim

Besuchen Sie weitere interessante Vorträge und Veranstaltungen zu aktuellen (arbeitsmarkt-) politischen Themen, denn Demokratie lebt von Wissen!

Neugierig? Weitere Details und Termine entnehmen Sie bitte unserer Website vhs.muelheim-ruhr.de
In Kooperation mit „Arbeit und Leben Oberhausen“ (www.auloberhausen.de)



Digital in Alltag & Beruf

VHS-Kurs Tastschreiben heute

FOTO: UWIE ERNST

Excel praktisch und effektiv – Bildungsurlaub

Ralf Veutgen
Kursnummer: 3010 | 175,50 €
Montag bis Freitag,
30.01. - 03.02.2023
8.30 - 13.30 Uhr
30 UStd. | 5 Termine

Ralf Veutgen
Kursnummer: 3011 | 175,50 €
Montag bis Freitag,
24.04. - 28.04.2023
8.30 - 13.30 Uhr
30 UStd. | 5 Termine

DIGITALES GRUNDWISSEN

Linux im Alltag:
Linux Presentation Day
Wolf-Dieter Zimmermann
Kursnummer: 3020 |
entgeltfrei
Samstag, 13.05.2023
10.00 - 16.00 Uhr | 8 UStd.

ONLINE Umstieg auf Windows 11
Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3030 | 56,- €
Montag und Mittwoch,
09.01. - 11.01.2023
18.00 - 21.15 Uhr
8 UStd. | 2 Termine

NEU Sicherheit im Internet – Grundlagen

Maik Kohlbus M.S.
Kursnummer: 3032 | 15,- €
Mittwoch, 22.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr | 2 UStd.

NEU Webseiten erstellen ohne Programmierung mit No-Code Tools

Maik Kohlbus M.S.
Kursnummer: 3033 | 89,50 €
Dienstag, 07.02. - 21.02.2023
18.00 - 21.15 Uhr
12 UStd. | 3 Termine

NEU Grundlagen: Informationssicherheit nach ISO27001

Maik Kohlbus M.S.
Kursnummer: 3034 | 15,- €
Mittwoch, 15.03.2023
18.00 - 19.30 Uhr | 2 UStd.

ONLINE-VORTRAG Hacking – Wie digitale Angriffe ablaufen

Davide Bove/Jonas Röckl/
Joshua Schilling
Kursnummer: 3036 |
entgeltfrei
Montag, 03.04.2023
19.00 - 20.00 Uhr
In Kooperation mit der vhs
Böblingen-Sindelfingen e.V.

ONLINE-VORTRAG Einführung in Quantensensorik und Quantencomputer

Dr. Markus Krutzik
Kursnummer: 3037 |
entgeltfrei
Dienstag, 07.03.2023
19.00 - 20.00 Uhr
In Kooperation mit der vhs
Böblingen-Sindelfingen e.V.

ONLINE-VORTRAG Gesund Arbeiten im Homeoffice

Prof. Dr. Sabine Rehmer
Kursnummer: 3038 |
entgeltfrei
Montag, 13.03.2023
19.00 - 20.00 Uhr
In Kooperation mit der vhs
Böblingen-Sindelfingen e.V.

ONLINE-VORTRAG Trends und Herausforderungen des langfristig sicheren Homeoffice

Prof. Dr. Achim Schmidtman
Kursnummer: 3039 |
entgeltfrei
Montag, 20.03.2023
19.00 - 20.00 Uhr
In Kooperation mit der vhs
Böblingen-Sindelfingen e.V.

TASTSCHREIBEN

Tastschreiben heute
Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3042 | 67,50 €
Montag, Dienstag und
Donnerstag,
27.02.2023 – 02.03.2023
18.00 - 20.30 Uhr
9 UStd. | 3 Termine

Tastschreiben am Wochenende

Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3044 | 91,- €
Freitag, 16.06.2023,
18.00 - 20.30 Uhr
Samstag, 17.06.2023,
10.00 - 14.00 Uhr
Sonntag, 18.06.2023,
10.00 - 14.00 Uhr
13 UStd. | 3 Termine

Tastschreiben-Zertifikat

Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3045 | 48,- €
Montag, 15.05.2023
18.00 - 19.30 Uhr | 2 UStd.

Junge VHS: Tastschreiben heute - ab 11 Jahren

Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3046-J | 66,50 €
Montag bis Donnerstag,
03.04. - 06.04.2023
14.30 - 17.00 Uhr
12 UStd. | 4 Termine

Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3048-J | 66,50 €
Montag bis Donnerstag,
26.06. - 29.06.2023
14.30 - 17.00 Uhr
12 UStd. | 4 Termine

TEXTVERARBEITUNG UND PRÄSENTATION

Schnelleinstieg: Word und Excel in 2 Tagen

Ulrich Bauer
Kursnummer: 3071 | 60,- €
Mittwoch bis Donnerstag,
24.05. - 25.05.2023
14.00 - 17.15 Uhr
8 UStd. | 2 Termine

Junge VHS: Facharbeit, Praktikumsbericht & Co. Kurs für Schüler*innen ab Klasse 9

Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3075-J | 34,50 €
Samstag, 14.01.2023
10.00 - 15.00 Uhr | 6 UStd.

TABELLENKALKULATION

Excel-Wissen: Vom Einstieg zum Kennen

Ralf Veutgen
Kursnummer: 3080 | 87,50 €
Montag bis Donnerstag,
23.01. - 26.01.2023
18.00 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 4 Termine

Ralf Veutgen
Kursnummer: 3081 | 87,50 €
Montag bis Donnerstag,
08.05. - 11.05.2023
18.00 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 4 Termine

Excel-Wissen: Vom Kennen zum Können

Ralf Veutgen
Kursnummer: 3084 | 87,50 €
Montag bis Donnerstag,
13.02. - 16.02.2023
18.00 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 4 Termine

Ralf Veutgen
Kursnummer: 3085 | 87,50 €
Montag bis Donnerstag,
12.06. - 15.06.2023
18.00 - 21.15 Uhr
16 UStd. | 4 Termine

Excel: Formeln und Funktionen clever nutzen

Anke Luft M.A.
Kursnummer: 3088 | 62,- €
Samstag, 06.05. - 13.05.2023
10.00 - 14.00 Uhr
10 UStd. | 2 Termine

Excel-Wissen: Arbeiten mit Pivot-Tabellen

Ralf Veutgen
Kursnummer: 3090 | 49,50 €
Samstag, 04.02.2023
9.15 - 16.15 Uhr | 8 UStd.

Ralf Veutgen
Kursnummer: 3091 | 49,50 €
Samstag, 18.03.2023
9.15 - 16.15 Uhr | 8 UStd.

Excel: Einführung in die Makro- und VBA-Programmierung

Günter Urbanczyk

Kursnummer: 3095 | 76,- €

Freitag, 13.01.2023,

17.00 - 20.15 Uhr

Samstag, 14.01.2023,

9.00 - 14.15 Uhr

10 UStd. | 2 Termine

Günter Urbanczyk

Kursnummer: 3096 | 76,- €

Freitag, 03.02.2023,

17.00 - 20.15 Uhr

Samstag, 04.02.2023,

9.00 - 14.15 Uhr

10 UStd. | 2 Termine

Günter Urbanczyk

Kursnummer: 3097 | 76,- €

Freitag, 03.03.2023,

17.00 - 20.15 Uhr

Samstag, 04.03.2023,

9.00 - 14.15 Uhr

10 UStd. | 2 Termine

Günter Urbanczyk

Kursnummer: 3098 | 76,- €

Freitag, 21.04.2023,

17.00 - 20.15 Uhr

Samstag, 22.04.2023,

9.00 - 14.15 Uhr

10 UStd. | 2 Termine

Günter Urbanczyk

Kursnummer: 3099 | 76,- €

Freitag, 05.05.2023,

17.00 - 20.15 Uhr

Samstag, 06.05.2023,

9.00 - 14.15 Uhr

10 UStd. | 2 Termine

BILDBEARBEITUNG**Adobe Photoshop Lightroom - Die Grundlagen**

Thomas Froesch

Kursnummer: 3127 | 62,- €

Samstag, 04.03.2023

9.30 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

Adobe Photoshop Lightroom – Fortgeschrittene Anwendungen

Thomas Froesch

Kursnummer: 3128 | 62,- €

Samstag, 18.03.2023

9.30 - 14.00 Uhr | 6 UStd.

Gimp – Bildbearbeitung für Anfänger*innen

Ulrich Bauer

Kursnummer: 3130 | 89,50 €

Dienstag bis Donnerstag,

02.05. - 04.05.2023

9.00 - 12.15 Uhr

12 UStd. | 3 Termine

NEU Bildbearbeitung mit Freier Software

Wolf-Dieter Zimmermann

Kursnummer: 3132 | 57,50 €

Mittwoch, 01.03. - 29.03.2023

17.00 - 18.00 Uhr

6,67 UStd. | 5 Termine

SMARTPHONES UND TABLETS**Umgang mit dem iPhone für Einsteiger*innen**

N.N.

Kursnummer: 3160 | 67,50 €

Mittwoch, 01.02. - 15.02.2023

19.00 - 21.15 Uhr

9 UStd. | 3 Termine

Umgang mit dem iPad für Einsteiger*innen

N.N.

Kursnummer: 3168 | 67,50 €

Freitag, 03.02. - 17.02.2023

16.30 - 18.45 Uhr

9 UStd. | 3 Termine

Smartphone & Tablet für Einsteiger*innen - Android -

Ulrich Bauer

Kursnummer: 3170 | 60,- €

Mittwoch bis Donnerstag,

01.02. - 02.02.2023

14.00 - 17.15 Uhr

8 UStd. | 2 Termine

Ulrich Bauer

Kursnummer: 3171 | 60,- €

Montag bis Dienstag,

22.05. - 23.05.2023

14.00 - 17.15 Uhr

8 UStd. | 2 Termine

GENERATION PLUS**Generation PLUS: Hier geht's ins Internet - Grundlagen der PC- und Internet-Nutzung**

Anke Luft M.A.

Kursnummer: 3201 | 144,- €

Montag und Mittwoch,

06.03. - 29.03.2023

15.00 - 17.30 Uhr

24 UStd. | 8 Termine

Anke Luft M.A.

Kursnummer: 3203 | 144,- €

Montag und Mittwoch,

03.07. - 26.07.2023

14.00 - 16.30 Uhr

24 UStd. | 8 Termine

Anke Luft M.A.

Kursnummer: 3207 | 124,50 €

Dienstag und Donnerstag,

17.01. - 02.02.2023

14.30 - 17.00 Uhr

18 UStd. | 6 Termine

Anke Luft M.A.

Kursnummer: 3207 | 124,50 €

Dienstag und Donnerstag,

17.01. - 02.02.2023

14.30 - 17.00 Uhr

18 UStd. | 6 Termine

18 UStd. | 6 Termine

BERUF & PERSÖNLICHKEIT**So machen Sie den Beruf zu Ihrer Leidenschaft***Wenn Sie sich in Ihrem Job wohlfühlen, sind Sie auch gut. Und umso mehr wird auch Ihre Leistung anerkannt.**Also, worauf warten Sie noch? Nutzen Sie unsere Kurse, zum Beispiel, um eine bessere Führungskraft zu werden, Wege zu mehr Gelassenheit zu finden oder Ihr Auftreten zu optimieren.***KOMMUNIKATION****Intensivwoche: Konfliktlösung mit mediativen Mitteln**

Sabine Sauerborn

Kursnummer: 3415 | 195,- €

Montag bis Freitag,

06.02. - 10.02.2023

9.00 - 14.00 Uhr

30 UStd. | 5 Termine

Intensivwoche: Einführung in die gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Sabine Sauerborn

Kursnummer: 3417 | 195,- €

Montag bis Freitag,

06.03. - 10.03.2023

9.00 - 14.00 Uhr

30 UStd. | 5 Termine

Überzeugen Sie mit Ihrem Auftritt – ein Seminar zu „Auftreten und Wirkung“

Katja Heinrich

Kursnummer: 3418 | 57,- €

Samstag, 13.05.2023

10.00 - 15.00 Uhr | 6 UStd.

Positives Denken – wie unsere Sprache unser Leben beherrscht und wie wir das verändern können

Katja Heinrich

Kursnummer: 3419 | 57,- €

Samstag, 22.04.2023

10.00 - 15.00 Uhr | 6 UStd.

ONLINE-VORTRAG Wie wir die Welt sehen – Was negative Nachrichten mit unserem Denken machen und wie wir uns davon befreien

Ronja Wurmb-Seidel

Kursnummer: 3420 |

entgeltfrei

Mittwoch, 14.06.2023

19.00 - 20.00 Uhr

In Kooperation mit der vhs

Böblingen-Sindelfingen e.V.

LERN- UND ARBEITSTECHNIKEN**NEU Selbst- und Prioritätenmanagement: Zeitmanagement**

David Fernandez

Kursnummer: 3421 | 130,50 €

Samstag bis Sonntag,

04.03. - 05.03.2023

9.30 - 16.15 Uhr

16 UStd. | 2 Termine

NEU (Selbst-)Coaching

David Fernandez

Kursnummer: 3422 | 163,50 €

Dienstag, 07.02. - 07.03.2023

18.00 - 21.30 Uhr

20 UStd. | 5 Termine

NEU Konzepte schreiben – von der Idee zur erfolgreichen Entscheidungsvorlage

David Fernandez

Kursnummer: 3424 | 131,- €

Donnerstag,

02.03. - 23.03.2023

18.00 - 21.30 Uhr

16 UStd. | 4 Termine

NEU Bewerbungen schreiben und im Bewerbungsgespräch überzeugen

David Fernandez

Kursnummer: 3425 | 65,50 €

Donnerstag,

02.02. - 09.02.2023

18.00 - 21.30 Uhr

8 UStd. | 2 Termine

NEU Macht & Mikropolitik in Organisationen souverän begegnen

David Fernandez

Kursnummer: 3427 | 65,50 €

Donnerstag,

16.02. - 23.02.2023

18.00 - 21.30 Uhr

8 UStd. | 2 Termine

NEU Changemanagement - Veränderungen aktiv gestalten

David Fernandez

Kursnummer: 3429 | 130,50 €

Mittwoch, 01.02. - 22.02.2023

18.00 - 21.30 Uhr

16 UStd. | 4 Termine

SOZIALE KOMPETENZEN FÜR DEN BERUF**Fokus - Wege zu mehr Gelassenheit**

Katja Heinrich

Kursnummer: 3431 | 57,- €

Samstag, 18.03.2023

10.00 - 15.00 Uhr | 6 UStd.

Warum es dauerhaft glücklicher macht, auch mal „Nein“ zu sagen

Angelina Spiegel

Kursnummer: 3432 | 17,50 €

Donnerstag, 23.03.2023

18.30 - 21.00 Uhr | 3 UStd.

Resilienz und Fokussierung

Katja Heinrich

Kursnummer: 3433 | 57,- €

Samstag, 04.02.2023

10.00 - 15.00 Uhr | 6 UStd.

Resilient im Leben

Angelina Spiegel

Kursnummer: 3435 | 52,- €

Dienstag, 14.03. - 02.05.2023

18.30 - 20.00 Uhr

12 UStd. | 6 Termine

Gehen und Atmen – Atmen und Gehen

Angelina Spiegel

Kursnummer: 3450 | 35,- €

Montag, 05.06. - 19.06.2023

18.30 - 20.00 Uhr

6 UStd. | 3 Termine

Entrümpeln leicht gemacht – mit Feng Shui

Angelina Spiegel

Kursnummer: 3451 | 17,50 €

Dienstag, 23.05.2023

18.30 - 21.00 Uhr | 3 UStd.

BERUFLICHE ZUSATZ-QUALIFIKATION**NEU Zertifizierung – Fit für die Jugendarbeit mit LSBT*I* Jugendlichen**

Wibke Korten

Kursnummer: 3471 | 300,- €

Aktuelle Informationen entnehmen Sie bitte unserer

Website.

SCHULABSCHLÜSSE

Sie haben keinen Schulabschluss oder möchten einen höheren Schulabschluss vorweisen können?

Dann kommen Sie zur VHS! In allen Kursen, auch in den bereits begonnen, ist ein Einstieg bei entsprechenden Voraussetzungen möglich. Menschen mit Migrationshintergrund können ggf. die Fremdsprache Englisch durch eine Sprachprüfung in ihrer Herkunftssprache ersetzen.

HAUPTSCHULABSCHLUSS KLASSE 9

Der Kurs zur Erlangung des Hauptschulabschlusses nach Klasse 9 umfasst zwei Semester und einen Vorkurs. Voraussetzung für die Teilnahme ist die Erfüllung der Vollzeitschulpflicht.

Vorkurs:
14.02.2022 bis 21.06.2022

1. Semester:
15.08.2022 bis 27.01.2023
Montag bis Freitag,
18.00 - 21.15 Uhr

2. Semester:
30.01. bis Juni 2023
Montag bis Freitag,
18.00 - 21.15 Uhr

Ein neuer Kurs beginnt nach den Sommerferien 2023. Anmeldungen sind ab Ende Mai 2023 möglich.

HAUPTSCHULABSCHLUSS KLASSE 10

Der Kurs zur Erlangung des Hauptschulabschlusses nach Klasse 10 umfasst drei Semester. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Hauptschulabschluss nach Klasse 9 mit Englischkenntnissen sowie die Erfüllung der Vollzeitschulpflicht.

1. Semester:
07.02.2022 bis 24.06.2022

2. Semester:
15.08.2022 bis 27.01.2023
Montag bis Freitag
14.15 bis 17.30 Uhr

3. Semester:
30.01.2023 bis Juni 2023
Montag bis Freitag,
14.15 - 17.30 Uhr

Ein neuer Kurs beginnt voraussichtlich nach den Sommerferien 2023. Anmeldungen sind ab Ende Mai 2023 möglich.

MITTLERER SCHULABSCHLUSS

Der Kurs zur Erlangung des Mittleren Schulabschlusses umfasst vier Semester.

Voraussetzung für die Teilnahme ist mindestens der Hauptschulabschluss nach Klasse 9 mit Englischkenntnissen sowie die Erfüllung der Vollzeitschulpflicht.

MITTLERER SCHULABSCHLUSS – 2. Semester

1. Semester:
22.08.2022 bis 03.02.2023
Montag bis Freitag,
18.00 - 21.15 Uhr

2. Semester:
06.02.2023 bis 21.06.2023
Montag bis Freitag,
18.00 bis 21.15 Uhr

3. Semester:
14.08.2023 bis 26.01.2024
Montag bis Freitag,
18.00 bis 21.15 Uhr

4. Semester:
29.01.2024 bis Juni 2024
Montag bis Freitag,
18.00 bis 21.15 Uhr

MITTLERER SCHULABSCHLUSS – 4. Semester

1. Semester:
23.08.2021 bis 28.01.2022

2. Semester:
31.01.2022 bis 24.06.2022

3. Semester:
15.08.2022 bis 27.01.2023
Montag bis Freitag,
18.00 bis 21.15 Uhr

4. Semester:
30.01.2023 bis Juni 2023
Montag bis Freitag,
18.00 - 21.15 Uhr

Ein neuer Kurs beginnt nach den Sommerferien 2023. Anmeldungen sind ab Ende Mai 2023 möglich.

Schulabschlüsse

VHS-Schulabschlusskurs

FOTO: UWIE ERNST



ANMELDUNG

Bitte vereinbaren Sie zur Anmeldung einen Termin mit:
Kerstin Dau
Telefon: 0208 455-4314
E-Mail: kerstin.dau@
muelheim-ruhr.de

Bitte bringen Sie zur Anmeldung das Abgangszeugnis/Abschlusszeugnis, Original und Kopie, einen Lebenslauf sowie das Bearbeitungsgehalt von 20,- € mit.

Weiterbildungsberatung
Zu Ihren individuellen schulischen Weiterbildungsmöglichkeiten im Rahmen des Zweiten Bildungsweges können Sie sich in der VHS beraten lassen.

Wir informieren Sie gerne über:

- aktuelle Kurse
- Möglichkeiten der Anrechnung von
- bisherigen vorhandenen Abschlüssen oder Teilleistungen,
- Möglichkeiten, einen nachträglichen Schulabschluss zu erreichen.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin mit:
Kerstin Dau
Telefon: 0208 455-4314
E-Mail: kerstin.dau@
muelheim-ruhr.de

Ausführliche
Kursbeschreibungen
finden Sie unter
[vhs.muelheim-ruhr.de](https://www.vhs.muelheim-ruhr.de)



Volkshochschule Mülheim an der Ruhr
 Aktienstr. 45
 45473 Mülheim an der Ruhr
 Telefon: 0208 455-4321 / Fax: 0208 455-584321
 E-Mail: vhs@mulheim-ruhr.de / Internet: vhs.mulheim-ruhr.de

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Kurse an:

Kurs-Nummer Kurstitel

Kurs-Nummer Kurstitel

Name Vorname

Straße und Hausnummer

PLZ und Wohnort

Telefon Mobil

E-Mail

- Ja, ich möchte auf mich zugeschnittene Angebote der VHS Mülheim erhalten.
 Ein Widerruf ist jederzeit möglich (z. B. per E-Mail an vhs@mulheim-ruhr.de).

Mit den Teilnahmebedingungen der VHS bin ich einverstanden (Entgeltordnung). Sie sind Bestandteil des Vertrages und können einschließlich der Hinweise zum Datenschutz auf der VHS-Internetseite vhs.mulheim-ruhr.de eingesehen werden.

Datum Unterschrift

Bei Minderjährigen wird der/die Erziehungsberechtigte Vertragspartner/in der Volkshochschule.

Der VHS wird untenstehendes SEPA-Mandat erteilt.
 Das Entgelt wird ca. 14 Tage vor Kursbeginn vom angegebenen Konto abgebucht.

SEPA-Mandat (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE54VHS00000023538)
 Ich ermächtige die Stadt Mülheim an der Ruhr (VHS) Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadt Mülheim an der Ruhr (VHS) auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

IBAN: DE ____ / ____ / ____ / ____ / ____ / ____

BIC: ____ / ____ / ____

Geldinstitut

Kontoinhaber/in

Datum Unterschrift

Ich beantrage Ermäßigung aus folgendem Grund und füge eine gültige Bescheinigung bei.
 Eine nachträgliche Ermäßigung ist nicht möglich.

- | | |
|--|---|
| <input type="radio"/> Schüler*in, Student*in, Auszubildende
(bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres) | <input type="radio"/> Arbeitslosengeld I |
| <input type="radio"/> Freiwilligen- oder Bundesfreiwilligendienst
(bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres) | <input type="radio"/> Arbeitslosengeld II |
| <input type="radio"/> Freiwilligenkarte für Ehrenamtliche | <input type="radio"/> Hilfe zum Lebensunterhalt (SGB XII) |
| <input type="radio"/> Bildungsscheck / Bildungsprämie | <input type="radio"/> Mülheim-Pass |
| | <input type="radio"/> Asylbewerberleistungsgesetz |
| | <input type="radio"/> Wohngeld |

Volkshochschule Mülheim an der Ruhr
 Aktienstr. 45
 45473 Mülheim an der Ruhr
 Telefon: 0208 455-4321 / Fax: 0208 455-584321
 E-Mail: vhs@mulheim-ruhr.de / Internet: vhs.mulheim-ruhr.de

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Kurse an:

Kurs-Nummer Kurstitel

Kurs-Nummer Kurstitel

Name Vorname

Straße und Hausnummer

PLZ und Wohnort

Telefon Mobil

E-Mail

- Ja, ich möchte auf mich zugeschnittene Angebote der VHS Mülheim erhalten.
 Ein Widerruf ist jederzeit möglich (z. B. per E-Mail an vhs@mulheim-ruhr.de).

Mit den Teilnahmebedingungen der VHS bin ich einverstanden (Entgeltordnung). Sie sind Bestandteil des Vertrages und können einschließlich der Hinweise zum Datenschutz auf der VHS-Internetseite vhs.mulheim-ruhr.de eingesehen werden.

Datum Unterschrift

Bei Minderjährigen wird der/die Erziehungsberechtigte Vertragspartner/in der Volkshochschule.

Der VHS wird untenstehendes SEPA-Mandat erteilt.
 Das Entgelt wird ca. 14 Tage vor Kursbeginn vom angegebenen Konto abgebucht.

SEPA-Mandat (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE54VHS00000023538)
 Ich ermächtige die Stadt Mülheim an der Ruhr (VHS) Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadt Mülheim an der Ruhr (VHS) auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

IBAN: DE ____ / ____ / ____ / ____ / ____ / ____

BIC: ____ / ____ / ____

Geldinstitut

Kontoinhaber/in

Datum Unterschrift

Ich beantrage Ermäßigung aus folgendem Grund und füge eine gültige Bescheinigung bei.
 Eine nachträgliche Ermäßigung ist nicht möglich.

- | | |
|--|---|
| <input type="radio"/> Schüler*in, Student*in, Auszubildende
(bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres) | <input type="radio"/> Arbeitslosengeld I |
| <input type="radio"/> Freiwilligen- oder Bundesfreiwilligendienst
(bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres) | <input type="radio"/> Arbeitslosengeld II |
| <input type="radio"/> Freiwilligenkarte für Ehrenamtliche | <input type="radio"/> Hilfe zum Lebensunterhalt (SGB XII) |
| <input type="radio"/> Bildungsscheck / Bildungsprämie | <input type="radio"/> Mülheim-Pass |
| | <input type="radio"/> Asylbewerberleistungsgesetz |
| | <input type="radio"/> Wohngeld |

Nimm' den Zweiten...

Postkartenkampagne
„Zweiter Bildungsweg“
Eine zweite Chance
bekommen und den Schulabschluss nachholen – dafür wirbt die VHS mit einer Postkartenkampagne. Nehmen Sie gerne eine Karte mit, sie liegen in der VHS und an vielen weiteren Orten in der Stadt aus.

Bildungsweg!

Du möchtest Deinen Schulabschluss nachholen oder verbessern – dann komm' zu uns. Mit einem erfolgreichen Schulabschluss hast du mehr Chancen in Ausbildung und Beruf.

„Früher hatte ich oft keine Lust auf Schule, habe nach der achten Klasse leider abgebrochen. Aber hier freue ich mich jeden Abend darauf, den Kurs zu besuchen. Die Abendkurse sind sehr praktisch, ich kann mich tagsüber um Job und Familie kümmern. In unserem Kurs haben alle eine gewisse Reife, jeder will was lernen, ist motiviert, niemand stört den Unterricht. Mit meinem Abschluss will ich eine bessere Ausbildung beginnen, entweder als Tierpflegerin oder als Tiermedizinische Fachangestellte.“ **MARIELLA** (24)



Deine Ansprechpartnerin:
Kerstin Dau
0208 455 4314
kerstin.dau@muelheim-ruhr.de
VHS Mülheim an der Ruhr
Aktienstraße 45
45473 Mülheim an der Ruhr
vhs.muelheim-ruhr.de



HERAUSGEBERIN: STADT MÜLHEIM AN DER RUHR, AMT FÜR KINDER, JUGEND UND SCHULE
HEINRICH-THÖNE-VOLKSHOCHSCHULE, AKTIENSTRASSE 45, 45473 MÜLHEIM AN DER RUHR

„Ich möchte einen Abschluss machen, auch um mir selbst zu beweisen, dass ich das schaffen kann. Mit dem Schulabschluss werde ich mich dann besser fühlen, sicherer, selbstbewusster. Zu Beginn des Kurses musste ich wieder Lernen lernen, dabei haben mir meine Kinder sehr geholfen. Die Harmonie im Kurs beeindruckt mich, obwohl wir alle sehr verschieden sind und es große Altersunterschiede gibt. Die Dozenten haben auch viel Geduld.“

SELMA (44)



„In der VHS kann ich mich sehr gut weiterentwickeln. Ich mache jetzt meinen Realschulabschluss, um damit eine Ausbildung zum Handelsfachwirt beginnen zu können. Meine Freunde finden es gut, dass ich etwas nachhole, was ich vorher versäumt habe. Das Lernen ist super angenehm, da wir in einer kleinen Gruppe arbeiten. Dadurch können wir öfter nachfragen, wenn wir etwas nicht verstanden haben; wir helfen uns untereinander.“

TOM (25)

