



vhs 



Volkshochschule
Sylt

Programm
2018 / 2019

Wissen und mehr

Programm **2018 / 2019**

**Volkshochschule Sylt
Stephanstr. 6
25980 Sylt / OT Westerland
Tel.: 04651- 851 266
Fax:04651- 851 9266
Email: mail@vhs-sylt.de
www.vhs-sylt.de**

**Geschäftszeiten:
Di - Do 9.00 - 12.00 Uhr**

**Alle Kurse auch online auf
www.vhs-sylt.de**

Inhaltsverzeichnis

Das Programm der VHS Sylt:	ab Seite
Vorworte	4
Ansprechpartner/-innen	6
Geschäftsbedingungen	7
Datenschutzerklärung	9
Gesellschaft - Politik - Umwelt	12
Kultur - Gestalten	16
Gesundheit	24
Sprachen	35
Arbeit - Beruf	
EDV-Anwendungen	45
Berufliche Weiterbildung	51
Junge VHS	53
Schulabschlüsse - Grundbildung	52
Auszug Programm VHS Husum	54
Stichwortverzeichnis	59
Veranstaltungsorte	62

Titelbild: Mario Witt, Messpfahl Westerland

Der gelbe Messpfahl wurde knapp 2 Kilometer westlich von Westerland im Jahr 1987 errichtet. Die Gesamtlänge ist 41,80m. Mit 18,5 Metern ist diese Messstation im Meeresboden verankert. Am Standort beträgt die Wassertiefe 10m. Der Schaft über Wasser hat einen Durchmesser von 1,8m und die Kanzel 2,50m. Gemessene Größen sind neben dem Wasserstand: Windgeschwindigkeit und – Richtung, Wassertemperatur, Lufttemperatur und Luftdruck.

Anschrift / Bankverbindung

Büro der Volkshochschule Sylt
Ansprechpartnerin Antje Grass

Stephanstr. 6
25980 Sylt / OT Westerland
Tel.: 04651- 851 266
Fax:04651- 851 9266
Email: mail@vhs-sylt.de

Geschäftszeiten:
Di - Do 9.00 - 12.00 Uhr

Bankverbindung:

VHS im Kreis NF
Nord-Ostsee Sparkasse
BIC: NOLADE 21 NOS
IBAN: DE61 2175 0000 0164 9919 52

Vorwort

**Liebe Sylterinnen und Sylter,
liebe Gäste und Freunde der Volkshochschule Sylt,**

Ihnen ein herzliches Willkommen zu den Semestern 2018/2019 der Volkshochschule Sylt.

Auch wenn wir alle noch mitten im Sommermodus sind, so bietet Ihnen das neue Programmheft der Volkshochschule Sylt schon jetzt Vorfreude auf die kommenden Monate auf Sylt.

In einer Zeit der Digitalisierung, der schnellen Entwicklungen, Strömungen und Entscheidungen ist es umso wichtiger, dass wir uns auch darauf besinnen, Werte zu erhalten, Gutes zu bewahren und Traditionen zu pflegen.

Eine Institution, die Traditionen mit den aktuellen Bedarfen verbindet, ist unsere Volkshochschule Sylt. Ihr Partner für Ihr lebenslanges Lernen und eine maßgebliche gesellschaftliche Säule.

Lebenslanges Lernen ist ein Prozess und eine positive Aufforderung Freude daran zu haben, sich zu entwickeln und mehr zu erfahren.

An dieser Stelle holt Sie die Volkshochschule Sylt mit ihrem vielschichtigen und interessanten Programm ab. Versierte Dozentinnen und Dozenten freuen sich, Sie bei Ihrer persönlichen Weiterbildung zu unterstützen und ihr Wissen an Sie weiterzugeben. Sofern Sie Interesse haben Ihr Wissen zu vermitteln, sprechen Sie uns gerne an.

Apropos Wissen:

„Was wir wissen, ist ein Tropfen, was wir nicht wissen ist ein Ozean“, so hat es Isaac Newton beschrieben.

Ich freue mich, wenn wir mit dem Programmheft aktuelle Trends und gute Traditionen bedienen und damit ein Tropfen für mehr Wissen sein können.




Nikolas Häckel
Schulverbandsvorsteher
Schulverband Sylt als Träger der Volkshochschule Sylt

Vorwort

100 Jahre Volkshochschule

Liebe Leser/innen,

die Volkshochschule wird 100 Jahre alt. Die allermeisten Volkshochschulen sind im Jahre 1919 gegründet worden. Es war die Zeit nach dem 1. Weltkrieg, in der sich die Menschen nach Demokratie sehnten. Man erinnerte sich an die Volkshochschulbewegung, die ihre Wurzeln bereits Mitte des 19. Jahrhunderts hatte. Ferdinand Lassalles Einfluss „Demokratie braucht Bildung“ war sicher mit entscheidend für den späteren Erlass des preußischen Kulturministers, Konrad Hänisch, am 25.02.1919, in dem dieser versprach, die Errichtung von Volkshochschulen zu fördern. Tatsächlich wurden Mitte des Jahres 135 Abendvolkshochschulen gezählt. Darunter so renommierte Volkshochschulen wie Jena, Kiel, Hamburg, Stuttgart, Dresden und Breslau.

Es gab aber auch einen schleswig-holsteinischen Einfluss. Die erste Volkshochschule überhaupt wurde 1844 in Rødding (Dänemark) gegründet. Vom dänischen folkehøjskole stammt auch der eingedeutschte Name Volkshochschule. 1905 wurde die erste deutsche Heimvolkshochschule in Tinglev gegründet. Sie besteht bis heute. Bald darauf folgte die Heimvolkshochschule Mohrkirch-Osterholz in Angeln (bis 1933 in Betrieb) und 1906 begann die Volkshochschule Albersdorf in Dithmarschen ihre Arbeit.

In Husum, wie in zahlreichen anderen Provinzstädten, kam der Durchbruch allerdings erst nach dem 2. Weltkrieg. Auch in dieser Zeit war unter anderem die Sehnsucht nach Demokratie Anlass zur Gründung. Außerdem forderten die Besatzungsmächte die Kommunen und Kreise auf, Volkshochschulen zu errichten und zu unterhalten, um der erwachsenen Bevölkerung politische und berufliche Bildungsinhalte zu vermitteln. Es ging um Entnazifizierung und Demokratielehre.

Heute gibt es über 900 Volkshochschulen in Deutschland und es geht wieder um Demokratiebildung, z.B. bei der Bewältigung der Flüchtlingsproblematik, bei der Integration von Migranten oder wenn die Zukunft von Europa und der EU diskutiert werden.

Wir leisten unseren Beitrag und setzen uns für demokratische Inhalte und Formen ein.

Hans-Peter Schweger
Direktor der VHS Husum

August 2018

Ansprechpartner/- innen

Programmverantwortung

Hans-Peter Schweger

Tel. 04841 / 83 59 10
schweger@vhs-husum.de

Direktor der VHS Husum
Schulabschlüsse, Arbeit und Beruf,
Gesellschaft, Politik

Ascan Dieffenbach

Tel. 04841 / 83 59 90
dieffenbach@vhs-husum.de

Junge VHS, Lernförderung für Schüler
und Schülerinnen

Lydia Schillerwein

Tel. 04841 / 83 59 30
schillerwein@vhs-husum.de

Bewegung, Ernährung

Annika Brodersen

Tel. 04841 / 83 59 25
brodersen@vhs-husum.de

Gesundheit und Entspannung

Eszter Lovas

Tel. 04841 / 83 59 80
lovas@vhs-husum.de

Weiterbildung im Gesundheitswesen,
Kultur, ESF-BAMF-Programm

Susanne Weber-Nehl

Tel. 04841 / 83 59 70
weber-nehl@vhs-husum.de

Deutsch als Fremdsprache, Integration,
Einbürgerung

Jochen Dasecke

Tel. 04841 / 83 59 60
dasecke@vhs-husum.de

Sprachen, Alphabetisierung

Kirsti Thiessen

Tel. 04841 / 83 59 20
thiessen@vhs-husum.de

Fachbereich EDV / IT

Adelheid Stöhrmann

Tel. 04841 / 83 59 50
stoehrmann@vhs-husum.de

Verwaltungsleitung/Kassenführung

Volkshochschule Husum

Schobüller Straße 38 - 40, 25813 Husum

Telefon: 0 48 41 / 83 59 - 0

Telefax: 0 48 41 / 83 59 - 58

E-Mail: mail@vhs-husum.de

Internet: www.vhs-husum.de

Mo - Do 9.00 - 17.30 Uhr, Fr 9.00 - 12.00 Uhr

Geschäftsbedingungen

Unbedingt vor dem Besuch eines Kurses durchlesen!

1. Anmeldungen

Anmeldungen sind in schriftlicher Form (z. B. durch die Anmeldekarte, per Fax, per E-Mail oder Online) vor Beginn der Veranstaltung an die VHS-Geschäftsstelle zu richten. Auch die Teilnehmer, die Fortsetzungskurse besuchen, müssen sich auf diesem Wege neu anmelden. Soweit keine andere Benachrichtigung erfolgt, gilt die Anmeldung als angenommen. **Grundsätzlich werden keine Anmeldebestätigungen verschickt.** Wenn nicht anders angekündigt, findet ein Kurs in der Regel statt, wenn sich bis **4 Tage vor dem 1. Termin**, 6 - 8 Teilnehmer schriftlich per Anmeldekarte oder online eingeschrieben haben. Bei geringerer Belegung wird der Kurs abgesetzt, außer die Teilnehmer vereinbaren, die zur Mindestzahl fehlenden Entgelte per Umlage aufzubringen. In diesen Fällen ist eine Ermäßigung ausgeschlossen!

2. Rücktritt von der Anmeldung

a) Ein Rücktritt von der Anmeldung muss spätestens einen Tag vor dem zweiten Veranstaltungstermin **schriftlich** in der VHS-Geschäftsstelle vorliegen. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

b) Für alle Veranstaltungen mit der Kennzeichnung

eingeschränktes Rücktrittsrecht



gilt folgende Regelung: Eine Abmeldung muss schriftlich bis spätestens vier Tage, bei Bildungsurlaubsseminaren bis spätestens zehn Tage vor Beginn der Veranstaltung in der VHS-Geschäftsstelle eingegangen sein.

c) Die Nichteinhaltung der Abmeldefristen verpflichtet zur Zahlung von 100 % des Entgeltes. In begründeten Einzelfällen ist eine anteilige Rückerstattung möglich.

3. Entgelte

Die Entgelte für die Kurse und Lehrgänge sind bei der Anmeldung oder spätestens bis zum 2. Kurstermin unter Angabe der **Kursnummer** bzw. des Kurses und Namen des Teilnehmenden auf das Konto der Volkshochschule **DE61 2175 0000 0164 9919 52** bei der Nord-Ostsee Sparkasse zu überweisen. Bitte erleichtern Sie uns die Arbeit, indem Sie eine Abbuchungsermächtigung für das Teilnehmerentgelt erteilen.

Die Abbuchung erfolgt 14 Tage nach Kursbeginn.

Die uns vorliegenden Einzugsermächtigungen werden nach dem SEPA-Verfahren eingezogen.

IBAN: **DE61 2175 0000 0164 9919 52**

BIC: **NOLADE21NOS**

Gläubiger-Identifikationsnummer: **DE82ZZZ00001941015**

Bei nachträglichen Kurseintritten ist das Entgelt in voller Höhe zu entrichten. Bei Mahnungen werden zusätzlich 5,00 € als Verwaltungskosten erhoben. Dies gilt auch im Falle von Rücklastschriften.

Geschäftsbedingungen

4. Ermäßigungen

Schüler, Studenten, Arbeitslose, Sozialhilfeempfänger sowie Mitglieder können eine Ermäßigung des Entgeltes um 20 % beantragen. Der Antrag muss vor Beginn des Kurses in der Geschäftsstelle vorliegen. Eine Ermäßigung ist ausgeschlossen, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht ist, ebenso bei Kursen, die besonders gekennzeichnet sind.

5. Bescheinigungen

Auf Wunsch werden den Kursteilnehmern Bescheinigungen über den regelmäßigen Besuch ausgestellt.

6. Haftung

Die Volkshochschule Sylt haftet nicht für Schäden (z.B. Unfall- und Sachschäden, Eigentumsverlust usw.), die in Zusammenhang mit dem Kursbesuch auftreten.

7. Eine freundliche Bitte

Bitte behandeln Sie die Einrichtungsgegenstände schonend. Haben Sie auch Verständnis dafür, dass das Rauchen im Gebäude und auf dem Schulgelände nicht gestattet ist.

8. Wichtig!

Weitere Veranstaltungen werden durch Aushang, Newsletter, auf der Internetseite der VHS und in der örtlichen Presse rechtzeitig bekanntgegeben. Bitte beachten Sie, dass dieses Programm Gültigkeit im Herbst 2018 und Frühjahr 2019 hat.

Alle Angaben ohne Gewähr!

Zeichenerklärung:



Achtung! Kurse mit eingeschränktem Rücktrittsrecht. (vgl. Teilnahmebedingungen Seite 7)



Dieses Zeichen kennzeichnet Kurse, die nach dem Schleswig-Holsteinischen Weiterbildungsgesetz anerkannt sind.

Wir bitten Sie, die Einrichtungsgegenstände schonend zu behandeln und die Räume sauber und ordentlich zu verlassen.

Datenschutzerklärung

Datenerhebung, Speicherung und Speicherzweck

Die im Rahmen der Anmeldung erhobenen und verarbeiteten personenbezogenen Daten werden durch die Volkshochschule Sylt ausschließlich zu Zwecken der Anmeldung und für die in diesem Zusammenhang anfallende Korrespondenz mit Ihnen verwendet. Ihre Daten werden selbstverständlich nicht an Dritte weitergegeben.

Speichernde Stelle

Bei der Nutzung des Internetangebots werden die oben genannten Daten durch die verantwortliche Stelle der Volkshochschule Sylt gespeichert.

Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, ggf. Geburtsdatum) kann kein Vertrag geschlossen werden. Für besondere Kurse, z.B. Integrationskurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein SEPA-Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats.

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

Newsletter

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

Datenschutzerklärung

Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein.

Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens.

Speicherungsdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet, beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten:

datenschutz@vhs-husum.de



Hier wirst Du beraten!

- Hochbau
- Tiefbau
- Garten- u. Landschaftsbau
- Innenausbau
- Fliesen
- Bauelemente
- Fachmarkt

Gehlsen Baustoffe GmbH & Co. KG

Silwai 5

25980 Sylt / Ortsteil Tinum

Tel. 04651 - 9838 -0

Internet: <http://www.gehlsen-sylt.de>





Programmbereichsleitung
Hans-Peter Schweger



Beratung:

Tel.: 04841 / 8359 - 10

E-Mail: schweger@vhs-husum.de

Von der Vorsorgevollmacht zur Patientenverfügung

Jeder von uns kann durch Unfall, Krankheit oder andere Umstände in die Situation geraten, dass er nicht mehr selbständig Wünsche und Entscheidungen treffen kann. Was ist "Betreuung"? Welche Vollmachten und Verfügungen sind sinnvoll? Worauf muss man dabei achten? Diese und andere Fragen werden auf dieser Info-Veranstaltung beantwortet.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum
2 UStd., Entgelt: 10,00 €, Dr. Oliver Brandl

1052 Beginn: Do, 28.02.19, 18:00 - 19:30 Uhr

Bestatten und Bestattungsvorsorge

Wir informieren über die verschiedenen Bestattungsarten, die Bestattungsvorsorge und mögliche Kosten. Mitwirkend ist das Bestattungshaus Moritzen/Krüger.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum
2 UStd., Entgelt: 10,00 €, Wolfgang Krüger

1056 Beginn: Do, 08.11.18, 18:30 - 20:00 Uhr

Finale Begleitung

Finale Begleitung Sterbender, der Umgang mit Angehörigen und dabei sich selbst nicht vergessen: Wie gelingt das? Welche Möglichkeiten hat man als Angehöriger oder als Begleiter? Offene Fortbildung gemäß den Richtlinien nach §43b SGB XI.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum
8 UStd., Entgelt: 60,00 €, Kirsten Speck

30940 Beginn: Do, 01.11.18, 9:30 - 16:15 Uhr

Es gibt keine schriftliche Anmeldebestätigung. Sie werden von der VHS benachrichtigt, wenn der Kurs ausfällt, überbelegt ist oder ein Termin sich geändert hat.



Recht

Übergabe von Immobilien zu Lebzeiten

Was ist bei der Übergabe von Immobilien oder Vermögen zu Lebzeiten zu beachten? Welche Regelungs- und Absicherungsmöglichkeiten gibt es? Darüber informiert der Sylter Notar und Rechtsanwalt Dr. Oliver Brandl.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum
2 UStd., Entgelt: 10,00 €, Dr. Oliver Brandl

1050 Beginn: Do, 17.01.19, 18:30 - 20:00 Uhr



PAULSEN & PAULSEN
IMMOBILIEN

Die Spezialisten für den erfolgreichen Verkauf Ihrer Sylter Immobilie!



Ben und Michael Paulsen
Immobilienzentrum Sylt

Bismarckstr. 14 | 25980 Sylt/Westerland

Tel. (0) 46 51 - 350 48 50

Mobil (0) 163 - 883 666 3

E-Mail office@paulsen-sylt.de

www.immobilienzentrum-sylt.de



„DIE MAKLER, DENEN DIE SYLTER VERTRAUEN.“



Datenschutzrecht 2018 für Betriebe und Einrichtungen

Seit dem 25.05.2018 gilt die europäische Datenschutzgrundverordnung (DSGVO), die für alle Firmen und Einrichtungen, die mit Kundendaten umgehen, neue Pflichten bedeutet. Was hat sich geändert? Welche Maßnahmen müssen im Betrieb getroffen werden? Welche Rechte hat der Kunde? Was macht ein/e Datenschutzbeauftragte/r?

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

4 UStd., Entgelt: 35,00 €, Birgit Pauls

1051 **Beginn:** Fr, 30.11.18, 9:00 - 12:15 Uhr



Einkommenssteuererklärung – gewusst wie!

Ein Steuerberater informiert über das richtige Verfahren zur Lohn- und Einkommenssteuererklärung. Inhalte sind: Onlineverfahren "Elster", Einkünfte aus nichtselbständiger Arbeit, Einkünfte aus Vermietung und Verpachtung, Bestimmungen der Anerkennung von Werbungskosten.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

4 UStd., Entgelt: 25,00 €, Heinz H. Christiansen

1054 **Beginn:** Di, 12.03.19, 18:30 - 20:00 Uhr, 2 x



Holzfallerkurs

Erlernen des Umgangs mit der Motorsäge und von Fälltechniken unter besonderer Berücksichtigung der Arbeitssicherung.

Inhalte: UVV, Inbetriebnahme der Motorsäge, Schnitttechniken, Fälltechniken, Instandsetzung und Pflege der Motorsäge, Instandsetzung der Schneidgarntur. *Zielgruppe:* Öffentliche Dienststellen, Unternehmer und Mitarbeiter im Forst, Garten- und Landschaftsbau, Privatwaldbesitzer, sonstige Interessierte. *Hinweise:* Basislehrgang nach UVV Forsten (VSG 4.3. in der jeweils gültigen Fassung), Zertifikat entsprechend durch Praxis-Prüfung erreichbar. Gesundheitliche Eignung und die vollständige persönliche Schutzausrüstung zur Teilnahme erforderlich mit der eigenen Motorsäge. Den Teilnehmenden wird der fachgerechte Umgang mit der Motorsäge bescheinigt. Die Praxis erfolgt im Schobüller Wald.

Forstwirt Hans-Uwe Schnack (SH-Landesforsten).

Veranstaltungsort: VHS Husum, Schobüller Str. 38, 25813 Husum.

12 UStd., Entgelt: 160,00 €, Hans-Uwe Schnack

Veranstaltungsort: VHS Husum, Raum B1

1116 **Beginn:** Sa, 17.11.18, 7:30 - 16:30 Uhr

1117 **Beginn:** Sa, 23.02.19, 7:30 - 16:30 Uhr



Selbsthilfekurs



Auto-Selbsthilfekurs

Unter fachkundiger Anleitung erfahren Sie, wie man einfache aber notwendige Wartungsarbeiten praktisch ausführt und wie man sich bei kleinen Pannen selber helfen kann. Zum Beispiel Radwechsel (habe ich überhaupt ein Ersatzrad?), Ölstand, Luftdruck prüfen, Flüssigkeitsstände kontrollieren, Verschleißteile sichten, Abschleppen, Starthilfe, kleine Fahrzeugpflege, Bremsbeläge überprüfen. Sie dürfen Ihr Auto mitbringen, damit Sie die entsprechenden Arbeiten am eigenen Auto üben können.

Veranstaltungsort: Autohaus Nielsen, Industrieweg 17, Westerland 3 UStd., Entgelt: 12,00 €, Christopher Pforr

1160 Beginn: Sa, 03.11.18, 10:00 - 12:30 Uhr

Alle Sicherheit
für uns im Norden.

PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen

Wir sind immer da,
wenn Sie uns brauchen

Dirk Volquardsen e. K.
Kjeirstraße 12
25980 Westerland
Tel. 04651/82230
Fax 04651/822333
www.provinzial.de/westerland
westerland@provinzial.de





Literatur

Programmbereichsleitung

Eszter Lovas

Beratung:

Tel: 04841/ 8359 - 80

E-Mail: lovas@vhs-husum.de



Matinee: Königin Caroline Mathilde von Dänemark

Mit der Veröffentlichung des Romans von Per Olov Enquist, "Der Besuch des Leibarztes" rückte die dänische Königin Caroline Mathilde in ein breites öffentliches Bewusstsein. Für einen Ausschnitt ihres Lebens wird sie dort und in der Verfilmung des Romans sehr plastisch dargestellt. Diese Matinee hingegen soll das ganze Leben und die gesamte Persönlichkeit dieser besonderen Frau ausbreiten, von Kindheit und Jugend in England bis zu ihren letzten Lebensjahren in Celle.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

2 UStd., Entgelt: 8,00 €, Dr. Maria-Gesine Thies

2213 Beginn: So, 20.01.19, 11:30 - 13:00 Uhr



Matinee: Annette von Droste-Hülshoff

Viele Leser kennen ihren Namen schon aus der Schulzeit, denn die Novelle "Die Judenbuche" oder auch die Ballade "Der Knabe im Moor" werden häufig im Deutschunterricht behandelt. Droste-Hülshoffs Themen und Figuren sind deutlich durch ihre enge Verbundenheit mit der westfälischen Heimat geprägt, und doch ist ihr Werk weit entfernt von "Heimatliteratur". Schon zu Lebzeiten genoss die Autorin einen über die Grenzen ihrer Heimat hinausgehenden guten Ruf. Ihre für die damalige Zeit absolut ungewöhnliche Biografie zeichnet diese Matinee nach.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

2 UStd., Entgelt: 8,00 €, Dr. Maria-Gesine Thies

2214 Beginn: So, 10.02.19, 11:30 - 13:00 Uhr

Es gibt keine schriftliche Anmeldebestätigung. Sie werden von der VHS benachrichtigt, wenn der Kurs ausfällt, überbelegt ist oder ein Termin sich geändert hat.



Literaturmatinee

Matinee: Astrid Lindgren



Sie war bereits zu ihren Lebzeiten eine Legende für Kinder und Erwachsene. Dennoch: Astrid Lindgrens Erfolg und die ihr zuteil gewordenen Ehrungen können den Blick auf Leben und Werk leicht verstellen. In ihrem wirklichen Leben war lange nicht alles "Bullerbü". Die Matinee möchte auch aufgrund neuer Erkenntnisse ein differenziertes Bild der weltberühmten Autorin zeichnen. Sie selbst suchte Trost und Zuversicht in ihren literarischen Entwürfen einer glücklichen Kindheit und trat zeitlebens für Kinderrechte, Frieden und Gerechtigkeit ein.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum
2 UStd., Entgelt: 8,00 €, Dr. Maria-Gesine Thies

2215 Beginn: So, 03.03.19, 11:30 - 13:00 Uhr

Schach!



Dieser Schachkurs bietet jedem die Gelegenheit, dieses faszinierende Strategiespiel kennenzulernen oder seine Grundkenntnisse zu erweitern. Auch Kinder und Jugendliche sind willkommen. Fortsetzung möglich.

Veranstaltungsort: Gymnasium, Raum der VHS / Raum 06
16 UStd., Entgelt: 80,00 €, Kathleen Edith Schulz

2400 Beginn: Sa, 24.11.18, 15:00 - 18:00 Uhr, 4 x

Aquarell-Malkurs

Dieser Kurs ist u.a. auch ein Einsteigerkurs zum Kennenlernen. Auf einfache Weise werden Aquarellstifte zum Einsatz gebracht. Man schraffiert mit diesen besonderen Stiften und löst die hochwertigen Farben mit Wasser auf. Geeignete Übungen wecken Kreativität und Lust auf mehr!

Veranstaltungsort: Labor in der Schule St. Nicolai
20 UStd., Entgelt: 85,00 €, Kathleen Edith Schulz

2504 Beginn: Fr, 07.11.18, 18:15 - 19:45 Uhr, 5 x





Malen

Acrylmalerei

In diesem Malkurs werden Techniken eingeübt und mit Farben, Farbmischungen und Farbverläufen experimentiert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Materialien können bei der Kursleiterin erworben werden. Bitte bringen Sie einen Malkittel oder ein Malerhemd mit. Fortgeschrittene Acrylmaler/innen können ein Foto oder eine Postkarte als Malvorlage mitbringen. Fortsetzungskurse möglich.

Veranstaltungsort: Labor in der Schule St. Nicolai

14 UStd., Entgelt: 63,00 €, Andrea Schneider

2506 Beginn: Di, 23.10.18, 18:00 - 19:30 Uhr, 7 x



Kalligrafie - die Kunst des Schönschreibens I

Ob mit Feder, Pinsel, Stift oder Tinte - das Schreiben begleitet den Menschen das ganze Leben. In diesem Kurs entdecken die Teilnehmenden ihre Handschrift neu und lernen die Grundtechniken und Ausdrucksformen der Kalligraphie kennen. Die vielfältigen Schreibutensilien lassen Raum für den persönlichen Ausdruck und machen es möglich, sich ganz individuell im Alltag auszudrücken, sei es nun bei der Verfassung von Grußkarten, der Gestaltung von eigenem Briefpapier oder im Bereich der Malerei.

4 UStd., Entgelt: 20,00 €, Julia Struve

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

2508 Beginn: Sa, 01.09.18, 10:00 - 13:00 Uhr



Kalligrafie - die Kunst des Schönschreibens II

Ob mit Feder, Pinsel, Stift oder Tinte - das Schreiben begleitet den Menschen das ganze Leben. In diesem Kurs entdecken die Teilnehmenden ihre Handschrift neu und lernen die Grundtechniken und Ausdrucksformen der Kalligraphie kennen. Die vielfältigen Schreibutensilien lassen Raum für den persönlichen Ausdruck und machen es möglich, sich ganz individuell im Alltag auszudrücken, sei es nun bei der Verfassung von Grußkarten, der Gestaltung von eigenem Briefpapier oder im Bereich der Malerei. Passend zur Vorweihnachtszeit geht es im Besonderen um das Verfassen von Gruß- und Weihnachtskarten.

4 UStd., Entgelt: 20,00 €, Julia Struve

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

2509 Beginn: Sa, 10.11.18, 10:00 - 13:00 Uhr



Acrylmalerei / LandArt



Punkt-Mandalas erstellen

In diesem Workshop können die Teilnehmenden Punkt-Mandalas auf Steinen oder Leinwand fertigen. Ein Mandala ist ein geometrisches Muster, das meist quadratisch oder kreisförmig angeordnet ist. Im Hinduismus und Buddhismus besitzen diese farbenprächtigen Schaubilder eine religiöse Bedeutung. In der Mode und der Kunst werden Sie oft zur Dekoration und als Stilelemente gebraucht. Zzgl. 8,50 € für Steine, Farben, Lacke, Pinsel, Perlen

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

2 UStd., Entgelt: 10,00 €, Pauli Nielsen

2530 Beginn: Di, 06.11.18, 18:30 - 20:00 Uhr



Papier schöpfen

In diesem Kurs stehen die Grundlagen des Handschöpfens im Fokus: Vorstellung der Rohstoffe, Vorbereitung und Bearbeitung des Faserbreis, Schöpfen und Pressen von A5-Bogen sowie Trocknungsmethoden. Papierschöpfen ist eine feuchte Angelegenheit. Bitte mitbringen: Schürze, große Mülltüte, alte Handtücher sowie Bretter für den Transport der geschöpften neuen Blätter, farbloses Altpapier, Zeitungen und Fasern, Samen, Blüten o. Ä. zum Einarbeiten oder Bekleben, Brotzeit.

Veranstaltungsort: Werkraum der Schule St. Nicolai

5 UStd., Entgelt: 22,00 €, Dorothee Witte

2540 Beginn: Sa, 27.10.18, 14:00 - 18:00 Uhr



Makramee

Orientalische Knüpfttechnik für Jedermann. Durch verschiedene Knoten können Blumenampeln, Handtasche, Armschmuck oder Wandbehänge entstehen. In diesem Kurs werden mit selbst mitgebrachten Materialien (Bänder/Wolle usw.) die unterschiedlichen Knoten erlernt. Bei Bedarf kann der Workshop fortgeführt werden. Bitte mitbringen: Alles was sich zum Knüpfen eignet, Schere, Maßband, Stock oder Ast & Brotzeit.

Veranstaltungsort: Werkraum der Schule St. Nicolai

5 UStd., Entgelt: 22,00 €, Dorothee Witte

2620 Beginn: Sa, 17.11.18, 14:00 - 18:00 Uhr

Einfaches Fernbleiben gilt nicht als Abmeldung und befreit nicht von der Verpflichtung zur Zahlung der Teilnahmegebühr



Knüpfen / kreatives Nähen



Knüpfen und Knoten

Bänder, Taue, Fäden. Aus einfachen Fäden Neues entstehen lassen: Einkaufsnetze, Haar- oder Armbänder, Ketten, Schmuck, Gürtel... Schnüre aus Bast, Leder, Seide, Baumwolle, Strickgarn & Wolle und was einem sonst noch einfällt, werden in etwas Nützliches, Schönes mit zahlreichen Knotentechniken und neuem Design verwandelt. Bitte mitbringen: Schere, Maßband, Bänder, Schnüre und alles, was man schön einflechten kann.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

3 UStd., Entgelt: 22,00 €, Julia Struve

2622 Beginn: Sa, 24.11.18, 14:00 - 16:15 Uhr



Trend it up for Christmas!

Kreative können hier ihrer Do it yourself Leidenschaft nachkommen, wenn sie Taschen, Hüte, Hosen, Jacken, Shorts, Pullis mit selbst mitgebrachten und neuen Materialien wie Bändern, Wolle, Steinen, Perlen, Nieten, Kuscheltieren oder Federn gestalten... Weihnachtspullis oder Lieblingsstücke fürs neue Jahr, alles ist möglich. Außerdem mitzubringen: Nadel und Faden, Brotzeit.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

5 UStd., Entgelt: 22,00 €, Julia Struve

2624 Beginn: Sa, 08.12.18, 14:00 - 18:00 Uhr



**Bastelbedarf • Farben • Perlen • Papier
Rahmen • Passepartouts • Leinwandbilder**

PapierHaus Voss • Tinnumstr. 11 • Westerland
Tel. 04651-98 68-0

Voss Tabak & Papier • Strandstraße 4 • Westerland
Tel. 04651-83 66 04

**Künstlerbedarf • Farben • Pinsel • Staffeleien
Papier • und vieles mehr**



info@vossylt.de • www.vossylt.de





Sticken / Spinnen / Weben

Sticken. Altes Handwerk

- neu entdecken

In diesem Kurs erlernen die Teilnehmer das Sticken in all seinen Facetten: allerlei Techniken, verschiedene Stiche, das Versäubern von Fäden... Anfängere Arbeiten können gerne mitgebracht werden. Außerdem bitte mitbringen: Stickrahmen (wenn vorhanden), Nadeln und Garne. Ideen willkommen!

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum
8 UStd., Entgelt: 37,00 €, Erika Jessen



2626 Beginn: Sa, 03.11.18, 14:00 - 15:30 Uhr, 4 x

Handspinnen

Es entspannt und erfreut mit schnell sichtbaren Ergebnissen: das alte Handwerk Spinnen.

Grobe Fäden, feine Fäden, Zwirne, knallbunte Effektgarne – die Möglichkeiten sind so unendlich wie der Lebensfaden der Ariadne. Los geht's mit der Vorbereitung "kadieren-kämmen", spinnen mit dem Spinnstock/Wirtel. Dann ran ans moderne Spinnrad. Am Ende abwickeln und den fertigen Strang bewundern. Bitte mitbringen: Bettlaken oder Decke, Schürze, Geduld. Zzgl. geringe Materialkosten nach Bedarf (vor Ort zu entrichten).

8 UStd., Entgelt: 37,00 €, Corinna Dreyer-Vizzi

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

2630 Beginn: Mi, 07.11.18, 19:00 - 20:30 Uhr, 4 x

2631 Beginn: Mi, 06.02.19, 19:00 - 20:30 Uhr, 4 x

Weben auf Webrahmen

Ein Webkurs für Anfänger und Fortgeschrittene. Wir arbeiten auf dem Handwebrahmen in verschiedenen Breiten. Gewebt wird alles, was Spaß macht, gut aussieht und zu gebrauchen ist. Es entstehen Materialkosten. Bitte mitbringen: Schere, Maßband, eine Decke zum Abdecken der Tische. Ein Schnupperabend ist möglich. 20 UStd., Entgelt: 55,00 €, Margret Zywina

Veranstaltungsort: Lebenshilfe in Westerland

2640 Beginn: Do, 01.11.18, 18:30 - 21:30 Uhr, 5 x

2641 Beginn: Do, 24.01.19, 18:30 - 21:30 Uhr, 5 x



Schneidern und Nähen



Schneidern für Anfängerinnen und Anfänger

Genäht werden einfache Kleidungsstücke wie Hemd bzw. Bluse, einfache Hose oder Rock. Zu Beginn gibt es eine kurze Material- bzw. Stoff-Einführung. Es wird empfohlen, den im Hinblick auf Trage- und Pflegeeigenschaften geeigneten Stoff erst nach dieser Material- und Stoff-Einführung am ersten Kurstag zu erwerben. Der Kurs soll sich ausdrücklich auch an Anfänger (gerne auch männlich) wenden, da der Kursleiter ausgebildeter Herrenmaßschneider ist. Bitte mitbringen: Maßband, Schere, Stecknadeln, Nadeln, Garn, Schneiderkreide, Schnittmuster für gewünschtes Kleidungsstück (Größe beachten!), ggf. Fingerhut und Heftgarn sowie die eigene Nähmaschine.

Veranstaltungsort: Gymnasium, Kunstraum KUR 3 / R 01
25 UStd., Entgelt: 120,00 €, Frank Sahlmann

2644 Beginn: Di, 06.11.18, 17:00 - 20:45 Uhr, 5 x



Crashkurs Nähen: Hose mit Gummizug

Genäht wird ein einfaches Kleidungsstück: eine Hose mit Gummizug. Bitte mitbringen: Maßband, Schere, Stecknadeln, Nadeln, Garn, ggf. Fingerhut und Heftgarn, Schnittmuster für Hose mit Gummizug (Jogginghose), waschbarer Baumwollstoff 2,5 - 3 m (bei 1,40 m Breite) vorgewaschen und gebügelt, Wäschegummi sowie die eigene Nähmaschine.

Veranstaltungsort: Gymnasium, Kunstraum KUR 3 / R 01
12 UStd., Entgelt: 55,00 €, Frank Sahlmann

2645 Beginn: Sa, 22.09.18, 13:00 - 18:00 Uhr, 2 x



sylt apotheke 

TINNUMER STR. 5 - 25980 SYLT / OT WESTERLAND
t 04651-98 63 50 f 04651-98 63 80
e SYLTAPOTHEKE2.0@T-ONLINE.DE
w WWW.DIE-SYLT-APOTHEKE.DE



Gitarre

Liedbegleitung auf der Gitarre - Anfänger

In diesem Starterkurs lernt man innerhalb weniger Wochen tolle Lieder zu begleiten. Der Spaßfaktor steht hierbei immer an erster Stelle. Außerdem erklärt Timo Ploog alles was man sonst noch wissen muss und steht für Fragen vor Kursbeginn gerne zur Verfügung.

16 / 12 UStd., Entgelt: 90,00 / 67,50 €, Timo Ploog

Veranstaltungsort:

Kreismusikschule NF, Maybachstraße 7, Westerland

2760A1 Beginn: Mi, 05.09.18, 16:30 - 17:30 Uhr, 12 x

2761A1 Beginn: Mi, 09.01.19, 16:30 - 17:30 Uhr, 12 x

2762A1 Beginn: Mi, 24.04.19, 16:30 - 17:30 Uhr, 9 x

Liedbegleitung auf der Gitarre - Fortgeschrittene

Für alle, die bereits erste Basis-Akkorde und Rhythmen spielen, ist dieser Kurs die beste Möglichkeit viele neue Songs und Tricks zu lernen. Titel-Wünsche werden hierbei gerne angenommen. Timo Ploog steht für Fragen vor Kursbeginn gerne zur Verfügung.

16 / 12 UStd., Entgelt: 90,00 / 67,50 €, Timo Ploog

Veranstaltungsort:

Kreismusikschule NF, Maybachstraße 7, Westerland

2763F1 Beginn: Mi, 05.09.18, 17:30 - 18:30 Uhr, 12 x

2764F1 Beginn: Mi, 09.01.19, 17:30 - 18:30 Uhr, 12 x

2765F1 Beginn: Mi, 24.04.19, 17:30 - 18:30 Uhr, 9 x



25980 Sylt
Friedrichstr.17
Tel.: 04651/7210
Fax: 04651/98265



Gesundheit

Programmbereichsleitung für Gesundheit,
Bewegung und Ernährung

Lydia Schillerwein

Beratung:

Tel.: 04841/ 8359 - 30

E-Mail: schillerwein@vhs-husum.de



Programmbereichsleitung für Gesundheit,
Entspannung

Annika Brodersen

Beratung:

Tel.: 04841 / 8359 - 25

E-Mail: brodersen@vhs-husum.de



Hauptgeschäft

Zum Fliegerhorst 20
25980 Sylt/OT Tinum
Tel: 04651 / 22378

Weitere Filialen

Westerland

- Friedrichstr. 24
- Kjeistr. 17
- Strandstr. 19
- Norderstr. 42
- Heideweg 2
- Lorenz-de-Hahn/Ecke Falkenweg
- Industrieweg 1 im Famila Markt

Wenningstedt

- Strandstr. 25 im Haus am Kliff
- Osterweg 1 im Feinkost Meyer

List

- Hafenstr. 13

Archsum

- Dorfstr. 6 in der alten Schule

Wir backen für Sie täglich frisch



Fitness

Boxworkout



Das Workout zum Durchboxen und Auspowern! Boxen ist ein ganzkörperorientiertes Training, bei dem es hier um die Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten mithilfe von Elementen aus dem Boxsport geht. Diese Einheit setzt sich u.a. zusammen aus Einzel- und Partnerübungen und Übungen an Schlagpolstern.

Für Erwachsene jeden Alters geeignet. Es werden keine Erfahrungen im Boxen vorausgesetzt.

Veranstaltungsort: Boy-Lornsen-Schule Tinum, Sporthalle
1,7 UStd., Entgelt: 7,00 €, Annika Brodersen

3150 Beginn: Sa, 01.12.18, 16:30 - 17:45 Uhr, 1x

Crosstraining



Im Crosstraining werden Übungen zur Steigerung der Ausdauer, Kraft, Koordination, Schnelligkeit und Beweglichkeit miteinander gepaart. Es handelt sich um ein intensives und anstrengendes Ganzkörpertraining. Am Anfang der Stunde bereiten sich die Teilnehmer mit einem Warm-up und Mobilisations-, Stabilisations- und Koordinationsübungen auf den Hauptteil vor. Den anschließenden Kern bildet ein funktioneller intensiver Kraftzirkel mit üblichen Sporthallengeräten.

Veranstaltungsort: Boy-Lornsen-Schule Tinum, Sporthalle
1,7 UStd., Entgelt: 7,00 €, Annika Brodersen

3160 Beginn: Sa, 23.02.19, 16:30 - 17:45 Uhr, 1x



Wir können mehr als Kreuzfahrten!

Alte Tonnenhalle 25992 List
Telefon 04651 – 83 62 23 Fax 04651 – 83 62 240
www.syltkontor.de info@syltkontor.de



Fitness / Aquagymnastik



Fit und entspannt in den Winter

Als Vorbereitung auf den Skiurlaub oder um sich in der kalten Jahreszeit fit zu halten... Dieser Kurs bietet ein abwechslungsreiches Programm mit funktioneller Kräftigung für den ganzen Körper. Durch gezielte Übungen werden zusätzlich die Koordinations- und Gleichgewichtsfähigkeit trainiert. Zur Verkürzung neigende Muskeln werden gedehnt sowie Entspannungsübungen integriert. Veranstaltungsort: Boy-Lornsen-Schule Tinum, Sporthalle
4 UStd., Entgelt: 16,50 €, Birthe Röhrbein

3170 Beginn: Mo, 12.11.18, 18:00 - 19:00 Uhr, 3x

Aquagymnastik

Sport treiben im Wasser stärkt Herz und Kreislauf, kräftigt die Muskulatur, erhöht die Ausdauer. Durch die Auftriebskraft des Wassers werden die Gelenke und Bandscheiben entlastet. Der Wasserdruck nimmt positiven Einfluss auf den Organismus und unterstützt den Rücktransport des Blutes zum Herzen und den Lymphfluss. In der Kursgebühr ist die Saunabnutzung enthalten.
4 UStd., Entgelt: 48,00 €, Sonja Bertram

Veranstaltungsort: Dünenhotel, Hörnumstr. 10, Rantum

3221 Beginn: Mi, 26.09.18, 19:30 - 20:00 Uhr, 6 x

3222 Beginn: Mi, 06.02.19, 19:30 - 20:00 Uhr, 6 x

3226 Beginn: Mi, 10.04.19, 19:30 - 20:00 Uhr, 6 x

3223 Beginn: Mi, 26.09.18, 18:30 - 19:00 Uhr, 6 x

3224 Beginn: Mi, 06.02.19, 18:30 - 19:00 Uhr, 6 x

3225 Beginn: Mi, 10.04.19, 18:30 - 19:00 Uhr, 6 x

Wir helfen mit Ihrer Hilfe.



Information:

Dörte Lindner-Schmidt

Tel. 04651 201930

www.sylter-tafel.de

Sylter Bank e.G. - IBAN: DE 982179 1805 0000 041041

Wir bewegen Sylt



asics

POLAR
Herzfrequenz-Meßgerät

adidas



TAO
TECHNICAL-WEAR

 **INTERSPORT**
HASS + SOHN

Maybachstr. 10 · 25980 Sylt / OT Westerland
Telefon 0 46 51/29 91 12 8 · Fax 0 46 51/29 97 18 4



Stressmanagement

Den Alltag stressfrei meistern – Übungen aus dem Stressmanagement



Stressmanagement – geht das überhaupt? Und wie lässt sich der eigene Stress denn nun "managen"? In diesem Kurs werden sich die Teilnehmenden dem Thema "Umgang mit Stress" von allen Seiten des Stressmanagements nähern. In verschiedenen Übungen erfahren sie, wie man das eigene Stressempfinden reduzieren und mit den individuellen Stressoren besser umgehen kann. Die Teilnehmenden lernen, wie wichtig es ist, Ziele klar zu definieren, und welche Bedeutung das Wissen über die eigenen Ressourcen für das Stressmanagement hat. Kleine Übungen aus dem Bereich der Entspannungsverfahren runden das Stressmanagement-Training ab.

Veranstaltungsort: St. Nicolai Schule, Aula
3 UStd., Entgelt: 14,00 €, Carola Hellwig

3110 **Beginn:** Mi, 14.11.18, 18:00 - 20:15 Uhr, 1x

3111 **Beginn:** Do, 07.02.19, 18:00 - 20:15 Uhr, 1x



Strandstraße 13 · 25980 Westerland auf Sylt
Telefon: 04651/53 35 · www.cafe-wien-sylt.de





Zeitmanagement

Praktische Übungen aus dem Zeitmanagement



Auch wenn wir heute mehr freie Zeit haben als noch die Generation unserer Großeltern, beschleicht den Menschen doch häufig das Gefühl, keine Zeit für die wichtigen Dinge im Leben zu haben. Dieser Kurs startet mit einer Selbstreflexion. Jeder Teilnehmende erfährt so, was seine individuellen Zeitdiebe und seine eigentlichen Aufgaben sind. Sie lernen wie wichtig es ist, Tages- und Wochenpläne an der eigenen Leistungskurve auszurichten, welche "klassischen" Methoden es im Bereich des Zeitmanagements gibt und wie diese zielführend einsetzen werden können.

Veranstaltungsort: Alte Post, Eingang Sylter Archiv, Fraktionsraum 3 UStd., Entgelt: 14,00 €, Carola Hellwig

3113 Beginn: Mi, 21.11.18, 18:00 - 20:15 Uhr

3114 Beginn: Do, 14.02.19, 18:00 - 20:15 Uhr

Fußreflexzonenmassage für den Hausgebrauch



Die Fußreflexzonenmassage kann eine Möglichkeit darstellen die körpereigene Lebensenergie anzuregen und zu reaktivieren. Am Fuß finden alle Bereiche des Körpers ihre zugeordneten Zonen, die sogenannten Reflexzonen. Mittels einer speziellen Druckpunkt-massage des ganzen Fußes wird der gesamte Körper fein und differenziert erreicht. Diese Massage der Füße kann den Körper entspannen und die Seele zum Klingen bringen. Die Entwicklung der inneren Kraft wird gefördert und ein seelisches und körperliches Wohlbefinden stellen sich ein. Fußreflexzonenmassage wird beispielsweise unterstützend bei Rückenbeschwerden, Verdauungsproblemen, Kopfschmerzen sowie Erkältungen eingesetzt.

An den vier Abenden lernen die Teilnehmenden die wichtigsten Reflexzonen und die inhaltlichen Zusammenhänge in Theorie und Praxis kennen, so dass sie zu Hause in der Lage sind diese Reflexzonenmassage präventiv anzuwenden. Zudem werden eigene Erfahrungen im Laufe des Kurses ausgetauscht.

Bitte mitbringen: Zwei Wolldecken oder eine Yogamatte und eine Wolldecke, ein kleines Kopfkissen und ein Paar warme Wollsocken.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

8 UStd., Entgelt: 40,00 €, Jutta Elisabeth Richter

3180 Beginn: Di und Do, 13.11.18 - 22.11.18, 19:00 -20:30 Uhr, 4x



Die Seele wecken und Stärken entdecken



Was interessiert einen? Musik, Sport, Malerei, Garten, Handwerk, Schreiben, Tanzen usw.. Jeder hat sein "Inneres Kind" und das möchte "Spielen". Dazu braucht es Beachtung und Freiheit. Unser normaler Alltag verschüttet unsere vielfältigen Wünsche und Träume, das macht mutlos: Es muss doch noch mehr geben! Die Teilnehmenden lernen ihr eigenes "Inneres Kind" kennen und lassen sich von ihm inspirieren. Die Dozentin stellt ein 12 Wochen Programm vor, dass sie ganz allein und quasi nebenbei machen.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

4 UStd., Entgelt: 21,00 €, Corinna Dreyer-Vizzi

3140 Beginn: So, 04.11.18, 10:30 - 14:30 Uhr

3141 Beginn: So, 03.02.19, 10:30 - 14:30 Uhr

Workshop: Tänze aus Israel

Eine unerschöpfliche Quelle der puren Lebensfreude.

Die Choreografien sind nicht älter als Israel selbst (1948). Alte und neue Tanzelemente vermischen sich mit den verschiedenen kulturellen Einflüssen aus aller Welt, das macht sie so interessant und vielfältig. Sie werden zu traditioneller und moderner Musik getanzt. Jedes Jahr werden in Israel neue Choreografien zu neuen Songs geschrieben. Es werden hauptsächlich Kreistänze unterrichtet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

4 UStd., Entgelt: 26,00 €, Sabine Pahlke

Veranstaltungsort: Aula der St. Nicolai Schule

3210 Beginn: Sa, 08.09.18, 14:00 - 17:00 Uhr

3211 Beginn: Sa, 15.06.19, 14:00 - 17:00 Uhr

Salsa tanzen auf Sylt

Salsa, Merengue, Bachata, Cha Cha und Co. sind tolle und einfach zu erlernende Tänze. Dabei vermittelt Timo Ploog auf jedem Niveau neue Inspirationen für Figuren, Drehungen und Ausdruck in Haltung und Timing. Haben Sie noch nie getanzt? Kein Problem, beim gemeinsamen Warm Up kann man Grundschritte lernen, während die Fortgeschrittenen ihren Stil verfeinern. Anmeldungen sind als Paar möglich.

16 UStd., Entgelt: 66,00 €, 72,00 €, 54,00 €, Timo Ploog

Veranstaltungsort: Wird noch bekannt gegeben

32730 Beginn: Mi, 05.09.18, 19:00 - 20:00 Uhr, 11 x

32731 Beginn: Mi, 09.01.19, 19:00 - 20:00 Uhr, 12 x

32732 Beginn: Mi, 24.04.19, 19:00 - 20:00 Uhr, 9 x



Salsa Lady Style I

Lady Styling Kurse und Workshops sollten mehr vermitteln als nur Choreografien, die man beim Verlassen des Studios bereits wieder vergessen hat. Als Salsa- Tänzerin will man sich nicht nur feminin bewegen können, sondern dies auch innerhalb der Führung des Mannes und zur Musik tun. Folgetechnik und Musikalität gehören genauso in eine Lady Styling Stunde wie Footwork, Body Movement & Spintechnik.

Darüber hinaus gibt es bestimmte Dinge, die man am besten in Lady Styling Stunden lernt, da diese meist den Rahmen einer normalen Paartanz-Stunde sprengen. Spezielle Drehtechniken die nur für Ladies gelten, wohin mit dem Armen beim Tanzen, Prinzipien des Sich-Führen-Lassens und typische feminine Styling Elemente. Dieser erste Workshop richtet sich besonders an Anfängerinnen. Und bietet einen Einstieg. Warum also den Mädelsabend nicht mal anders gestalten und zusammen etwas Neues entdecken.

Veranstaltungsort: Wird noch bekannt gegeben

4 UStd., Entgelt: 21,00 €, Elena Vaychik

32740 Beginn: Sa, 06.10.18, 17:00 - 20:00 Uhr

Salsa Lady Style II

Folgetechnik und Musikalität gehören genauso in eine Lady Styling Stunde wie Footwork, Body Movement & Spintechnik. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen die schon etwas Erfahrung haben. "Styling" hat auch immer etwas mit dem eigenen Stil zu tun - während der Herr sich um die Zusammensetzung der Figuren und deren Umsetzung auf der Tanzfläche und zur Musik kümmert, haben wir Damen viel Zeit, um dem Tanz unsere persönliche Note zu geben. Das geht nur mit einem gutem Fundament an grundlegender Technik, damit wir frei sind um unseren eigenen Stil einzubringen, mit der Musik zu spielen und zu improvisieren. Keine Salsa - Tänzerin ist gleich, somit ist auch unser persönlicher Ausdruck einzigartig. Im Lady Styling geht es nicht darum, genauso gut tanzen zu können wie die Lehrerin, sondern unseren eigenen Ausdruck zu entwickeln, das zu finden was zu uns passt und uns sowohl von der Lehrerin, den Mitschülern und der Musik inspirieren zu lassen!

Veranstaltungsort: Wird noch bekannt gegeben

4 UStd., Entgelt: 21,00 €, Elena Vaychik

32745 Beginn: Fr, 12.04.19, 17:00 - 20:00 Uhr



Tanz

Salsa Workshop – Beginner

Von wegen unterkühlter nordischer Charme: der heiße Rhythmus von Salsa Musik und Salsa Tanz kommt auf Sylt richtig gut an! Die deutsche Übersetzung für salsa ist Soße. Was ist eine Soße? Es ist eine Mischung aus verschiedenen Zutaten. Salsa ist eine Mischung aus verschiedenen Elementen aus vielen Tänzen wie Son, Rumba, Mambo, Cha-Cha-Cha und Rock'n Roll. Salsa ist der zeitgenössische Ausdruck karibischer Lebensfreude und Bewegtheit und kann einzeln, als Paar- oder als Gruppentanz (Casino) getanzt werden. In diesem Workshop werden erste Einblicke geboten und die Basics vermittelt.

Veranstaltungsort: wird noch bekannt gegeben

5,3 UStd., Entgelt: 28,00 €, Elena Vaychik

32741 Beginn: Sa, 27.10.18, 15:00 - 17:00 Uhr, 2 x

Salsa Workshop – Fortgeschrittene

Der Salsa Workshop richtet sich in erster Linie an Tänzer, die zumindest grundlegende Erfahrung im Salsa Tanzen haben (= sicher im Grundschrift). Tanztechnik und Themen wie Musikalität, Führen & Folgen, Improvisation werden nach Absprache mit den Teilnehmern im Detail durchgegangen. Wobei die Schwerpunkte sich nach den Wünschen der Tanzpaare richten.

Veranstaltungsort: Wird noch bekannt gegeben

5,3 UStd., Entgelt: 28,00 €, Elena Vaychik

32742 Beginn: Sa, 06.04.19, 15:00 - 17:00 Uhr, 2 x

Tango Argentino tanzen auf Sylt

Tango Argentino ist die Hochkultur des Paartanzes. Dabei ist er leicht zu erlernen und macht ein Leben lang Freude. So vermittelt Timo Ploog auf sympathische Art die Inspiration für Kommunikation und Ausdruck in der Improvisation dieser wunderschönen Musik. Anmeldungen sind als Paar möglich.

16 UStd., Entgelt: 66,00 €, 72,00 €, 54,00 €, Timo Ploog

Veranstaltungsort: Wird noch bekannt gegeben

32733 Beginn: Mi, 05.09.18, 20:00 - 21:00 Uhr, 11 x

32734 Beginn: Mi, 09.01.19, 20:00 - 21:00 Uhr, 12 x

32735 Beginn: Mi, 24.04.19, 20:00 - 21:00 Uhr, 9 x



Tanz

Tango Argentino – Sehnsucht, Sinnlichkeit und Freiheit

Im Gegensatz zum Standard-Tango, der nach festgelegten Schritten getanzt wird und den Regeln des europäischen Standardtanz-Programms folgt, ist der Tango Argentino ein freier und sehr individueller Improvisationstanz. Tango wird elegant getanzt und mit der Intention, sich zu umarmen. Im Tango-Kurs Anfänger lernt man wie die Haltung sein sollte, um mit Oberkörperkontakt in enger Umarmung tanzen zu können. Jeder Schritt und jede Figur wird vom Mann (bzw. dem Führenden) geführt, die Damen (bzw. die Folgenden) folgen der Führung und haben doch gleichwie ihren Part, um den Tango aktiv und kreativ mitzugestalten. Kaum ein anderer Tanz ist so sinnlich wie der Tango Argentino.

Veranstaltungsort: Wird noch bekannt gegeben

5,3 UStd., Entgelt: 28,00 €, Elena Vaychik

32746 Beginn: Sa, 02.03.19, 16:00 - 18:00 Uhr, 2 x

Burlesque

Beim Burlesque Workshop lernen sie die Hüften sexy im Takt mitschwingen zu lassen und mit lasziven Bewegungen den Beobachter um den Verstand bringen. Es ist ein Verführungstanz. Daher kommt es nicht nur auf das Strippen an, sondern auf das eigene Körpergefühl und das Wissen, wie Bewegungen betörend wirken können. Jeder Körper kann verführen mit dem richtigen Körpergefühl. Das eigene Selbstwertgefühl wird gestärkt und sie entdecken ganz neue Seiten an sich. Dieser Workshop heizt in der kalten Jahreszeit ein und ist sicherlich auch als Weihnachtsgeschenk für den Liebsten eine hervorragende Idee. Bringen sie bitte High Heels mit.

Veranstaltungsort: Wird noch bekannt gegeben

4 UStd., Entgelt: 21,00 €, Elena Vaychik

32743 Beginn: Sa, 01.12.18, 17:00 - 20:00 Uhr

Gesellschaftstanz

Dieser Kurs richtet sich an alle Paare, die noch keine Tanzerfahrungen haben bzw. ihre mal wieder auffrischen möchten.

Im Verlauf des Kurses werden wir aus dem Bereich Latein ChaCha, Rumba, Samba und Jive üben; aus dem Bereich Standard Langsamer und Wiener Walzer, Tango und Quickstep.

Veranstaltungsort: Wird noch bekannt gegeben

5,3 UStd., Entgelt: 28,00 €, Elena Vaychik

32744 Beginn: Fr, 01.02.19, 17:00 - 19:00 Uhr, 2 x



Ernährung

Adventsgebäck

Nüsse, Mandeln, Zimt und Schokolade sind die perfekten Zutaten für leckeres Adventsgebäck...in diesem Kurs werden verschiedene Rezepte aus Deutschland und Italien erprobt, die ganz einfach zu Hause nachgemacht werden können. Verwöhnen Sie sich und ihre Lieben mit köstlichem Gebäck. Am Freitagabend werden die verschiedenen Keksteige vorbereitet und am Samstag wird fleißig gebacken, dekoriert, verziert und natürlich auch probiert. Bitte mitbringen: Schürze und Nudelholz, Ausstecher und Behälter für den Heimweg.

6 UStd., Entgelt: 30,00 €, Giulia Avi

Veranstaltungsort: Schulküche der Schule St. Nicolai

3701 Beginn: Fr, 09.11.18, 19:00 - 20:30 Uhr, 2 x

In Cucina con Mamma

Die Kunst das Leben zu genießen, fängt bei den Italienern beim Essen an. Weit weg von Zuhause kocht unsere Dozentin die Rezepte Ihrer Mamma mit uns nach. Ideal für Koch-Anfänger die, die original italienische Küche kennenlernen möchten.

Sämtliche Kochzutaten sind im Kursentgelt enthalten.

Bitte Schürze und eigene Messer mitbringen.

8 UStd., Entgelt: 70,00 €, Giulia Avi

Veranstaltungsort: Schulküche der Schule St. Nicolai

3702 Beginn: Di, 28.08.18, 19:00 - 20:30 Uhr, 4 x

3703 Beginn: Di, 30.04.19, 19:00 - 20:30 Uhr, 4 x

Pasta

Es gibt wohl kaum ein Essen, auf das sich so viele Menschen bedingungslos einigen können, wie auf Pasta. Ob Penne, Spaghetti, Makkaroni oder Tortellini, die Vielfalt an Nudelsorten ist groß. Wir erlernen in diesem Kurs die kleinen Kunstwerke in verschiedenen Farben und Formen selbst herzustellen. Bitte Schürze und eigene Messer mitbringen.

Veranstaltungsort: Schulküche der Schule St. Nicolai

3,3 UStd., Entgelt: 22,00 €, Giulia Avi

3704 Beginn: Sa, 15.09.18, 15:00 - 17:30 Uhr

Es gibt keine schriftliche Anmeldebestätigung. Sie werden von der VHS benachrichtigt, wenn der Kurs ausfällt, überbelegt ist oder ein Termin sich geändert hat.



Badebuchhandlung.de
Rolf K. Klaumann

Friedrichstr. 7
25980 Westerland
Tel: 04651 / 22609
Email: info@sylt-buch.de

Strandstr. 25
25996 Wenningstedt-Braderup
Tel: 04651 / 9364709
Email: wenningstedt@sylt-buch.de





Deutsch als Fremdsprache

Programmbereichsleitung

Susanne Weber-Nehl

- Deutsch als Fremdsprache
- Integrationskurse
- berufsbezogene Sprachförderung
- Einbürgerung
- Prüfungen



Beratung:

Tel.: 04841 / 8359 - 70 (Di bis Do 09:00 -12:00 Uhr)

E-Mail: weber-nehl@vhs-husum.de

Die Volkshochschule Husum ist anerkannter Träger des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) für die Durchführung von Integrationskursen, Prüfungen, Einbürgerungstests und Sprachkursen zur berufsbezogenen Sprachförderung.

Integrationskurse

bestehen aus einem Sprachkursanteil von 600 bis 1200 Unterrichtsstunden und einem Orientierungskurs von 100 Unterrichtsstunden. Sie enden mit dem „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ A2-B1) und dem Test „Leben in Deutschland“ (LiD). Sie werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert. Zugang zum Integrationskurs haben vom BAMF berechnete und von der Ausländerbehörde, dem Jobcenter und dem Sozialzentrum verpflichtete Personen. Selbstzahler können eventuell auf Anfrage teilnehmen.

Mehr Informationen zu Integrationskursen in verschiedenen Sprachen finden Sie im Internet auf der Seite www.bamf.de (Willkommen in Deutschland, Deutsch lernen, Integrationskurse).

Bitte bringen Sie zur Anmeldung mit:

- die Original-Berechtigung/Verpflichtung zur Teilnahme am Integrationskurs (Ausländerbehörde, BAMF, Jobcenter, Sozialzentrum)
- einen aktuellen Bescheid über Arbeitslosengeld II oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, Wohngeldbescheid
- die Meldebescheinigung der Gemeinde
- ein Ausweisdokument
- das letzte Sprachzeugnis



Sprachkurssystem und Sprachprüfungen

Das Kurssystem orientiert sich an den Vorgaben des Europarats, dem gemeinsamen europäischen Referenzrahmen für Sprachen, und basiert auf sechs Kenntnisstufen (A1, A2, B1, B2, C1, C2), die allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage dienen. Die Stufen geben vor, was die Lernenden können, wenn sie die betreffende Lernstufe erreicht haben und welche Abschlüsse möglich sind.

EINSTUFUNG SBERATUNG	C2 Stufe 6	<p>Goethe Kleines Sprachdiplom, Cambridge CPE</p> <p>Sie können sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken und nahezu alles, was Sie hören oder lesen, mühelos verstehen.</p>	Nahezu muttersprachliche Kenntnisse
	C1 Stufe 5	<p>Cambridge CAE/ BEC und Europäisches Sprachenzertifikat (TELC)</p> <p>Sie können sich fließend im gesellschaftlichen und privaten Leben verständigen und sich strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern.</p>	
	B2 Stufe 4	<p>Cambridge FCE/BEC und Europäisches Sprachenzertifikat (TELC)</p> <p>Sie können sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachler/innen in der Standardsprache verständigen.</p>	Gute Sprachkenntnisse
	B1 Stufe 3	<p>Cambridge PET/BEC und Europäisches Sprachenzertifikat (TELC)</p> <p>Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen.</p>	
	A2 Stufe 2	<p>Cambridge Key English Test und Grundbaustein zum Europäischen Sprachenzertifikat (TELC)</p> <p>Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten (z.B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung, Ihre Umwelt) mit einfachen Worten verständigen.</p>	Grundkenntnisse
	A1 Stufe 1	<p>Start-Prüfung</p> <p>Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen wie z.B. nach dem Weg fragen und einfache Fragen beantworten.</p>	



Deutsch als Fremdsprache

Flüchtlinge können eine Ermäßigung der Kursgebühr erhalten, bitte wenden Sie sich an die VHS Sylt.

Deutsch als Fremdsprache A2 - B1

Wir arbeiten mit Schritte plus, Hueber Verlag

<https://www.hueber.de/schritte-plus>

18:45 - 20:15 Uhr, Martina Ressel

Veranstaltungsort: Gymnasium, Sprachraum, 1. OG, Raum 103

2 x wöchentlich, montags + mittwochs

440-0 Beginn: 27.08.18 - 07.11.18, 65,00 €, 13 x

440-1 Beginn: 12.11.18 - 19.12.18, 60,00 €, 12 x

440-2 Beginn: 07.01.19 - 13.02.19, 60,00 €, 12 x

440-3 Beginn: 25.02.19 - 03.04.19, 60,00 €, 12 x

440-4 Beginn: 29.04.19 - 12.06.19, 60,00 €, 12 x

Deutsch als Fremdsprache A2.2

17:45 - 19:15 Uhr, Christiane Retzlaff

Veranstaltungsort: Schulzentrum Sylt, VHS Raum

2 x wöchentlich, montags + dienstags

441-0 Beginn: 27.08.18 - 05.11.18, 65,00 €, 13 x

441-1 Beginn: 06.11.18 - 18.12.18, 65,00 €, 13 x

441-2 Beginn: 07.01.19 - 18.02.19, 65,00 €, 13 x

441-3 Beginn: 19.02.19 - 02.04.19, 65,00 €, 13 x

441-4 Beginn: 23.04.19 - 04.06.19, 65,00 €, 13 x

Deutsch als Fremdsprache A1.2

10:00 - 11:30 Uhr, Mandy Thieme

Veranstaltungsort: Gymnasium, VHS Raum 06

Wir arbeiten mit dem Buch Linie 1, Ernst Klett Verlag

2 x wöchentlich, montags + donnerstags

443-0 Beginn: 27.08.18 - 05.11.18, 60,00 €, 12 x

443-1 Beginn: 08.11.18 - 20.12.18, 65,00 €, 13 x

443-2 Beginn: 07.01.19 - 18.02.19, 65,00 €, 13 x

443-3 Beginn: 25.02.19 - 25.04.19, 65,00 €, 13 x

443-4 Beginn: 29.04.19 - 17.06.19, 30,00 €, 6 x



Deutsch als Fremdsprache

Deutsch als Fremdsprache A1-A2

19:30 - 21:00 Uhr, Christiane Retzlaff

Veranstaltungsort: Schulzentrum Sylt, VHS Raum

2 x wöchentlich, montags + dienstags

444-0 Beginn: 27.08.18 - 05.11.18, 60,00 €, 13 x

444-1 Beginn: 06.11.18 - 18.12.18, 65,00 €, 13 x

444-2 Beginn: 07.01.19 - 18.02.19, 65,00 €, 13 x

444-3 Beginn: 19.02.19 - 02.04.19, 65,00 €, 13 x

444-4 Beginn: 23.04.19 - 04.06.19, 65,00 €, 13 x

Deutsch als Fremdsprache A1

18:15 - 19:45 Uhr, Dorothee Witte

Veranstaltungsort: Gymnasium, Kunstraum, KUR 3 / Raum 01

2 x wöchentlich, montags + mittwochs

446-0 Beginn: Mo / Mi, 28.08.18 - 24.10.18, 50,00 €, 10 x

446-1 Beginn: Mo / Mi, 05.11.18 - 17.12.18, 65,00 €, 13 x

446-2 Beginn: Mi / Mo, 09.01.19 - 20.02.19, 65,00 €, 13 x

446-3 Beginn: Mo / Mi, 04.03.19 - 29.04.19, 60,00 €, 12 x

446-4 Beginn: Mo / Mi, 06.05.19 - 19.06.19, 65,00 €, 13 x

Richtig Schreiben

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene, die in vielen Alltagssituationen oder im Beruf auf gute Rechtschreib- und Grammatikkenntnisse angewiesen sind. Es sollen Grundlagen wiederholt und gefestigt werden. Briefe, Einladungen, Berichte, Bewerbungen und Schriftliches aller Art in Alltag und Beruf werden ebenfalls geübt.

Veranstaltungsort: Gymnasium, Kunstraum, KUR 3 / Raum 01

8 UStd., Entgelt: 10,00 €, Klaus Lorkowski

5902 Beginn: Mi, 28.11. - 12.12.18, 18:30 - 20:00 Uhr

Anmeldung über das Internet ist nicht möglich!

Bitte melden Sie sich in der Geschäftsstelle der VHS

Sylt oder per Email an mail@vhs-sylt.de



Deutsch als Fremdsprache

Prüfung: Deutsch-Test für Zuwanderer A2/B1 (DTZ)

Der Deutsch-Test für Zuwanderer A2/B1 ist die richtige Sprachprüfung für die Einbürgerung in Deutschland.

Integrationskurse enden mit dieser Prüfung. Entgelt: 110,00€

404-P01 Beginn: Sa, 15.09.18, 9:00 - 17:00 Uhr, Husum

404-P02 Beginn: Sa, 15.12.18, 9:00 - 17:00 Uhr, Husum

404-P03 Beginn: Sa, 23.03.19, 9:00 - 17:00 Uhr, Husum

404-P04 Beginn: Sa, 22.06.19, 9:00 - 17:00 Uhr, Husum

404-P05 Beginn: Fr, 11.01.19, 9:30 - 17:00 Uhr, Sylt

404-P06 Beginn: Fr, 21.06.19, 9:30 - 17:00 Uhr, Sylt

Anmeldeschluss ist **fünf** Wochen vor dem Prüfungstermin!

Informationen unter: www.telc.net

Einbürgerungstest

Für die Einbürgerung muss zusätzlich zum Nachweis von Sprachkenntnissen auf dem Niveau B1 ein Einbürgerungstest abgelegt werden. Mehr Informationen und kostenloses Übungsmaterial zur Einbürgerung unter www.bamf.de. Anmeldeschluss ist **fünf** Wochen vor dem Prüfungstermin. Entgelt: 25,00 €

404-EB1 Beginn: Mi, 26.09.18, 16:00 - 17:00 Uhr, Husum

404-EB2 Beginn: Mo, 03.12.18, 15:00 - 16:00 Uhr, Husum

404-EB3 Beginn: Mi, 20.03.19, 15:00 - 16:00 Uhr, Husum

404-EB4 Beginn: Di, 18.06.18, 15:00 - 16:00 Uhr, Husum

404-EB5 Beginn: Do, 10.01.19, 14:00 - 15:00 Uhr, Sylt

404-EB6 Beginn: Do, 20.06.19, 14:00 - 15:00 Uhr, Sylt

Anmeldung über das Internet ist nicht möglich.

Anmeldeformulare für den Deutsch Test für Zuwanderer und den Einbürgerungstest finden Sie auf der Homepage der VHS Husum oder in der Geschäftsstelle der VHS Sylt.



Sprachen

Programmbereichsleitung für Sprachen
Jochen Dasecke



Beratung:
Tel.: 04841 / 8359 - 60
E-Mail: dasecke@vhs-husum.de

Englisch

Englisch am Vormittag

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer/innen mit guten Grundkenntnissen. Basiswissen in Grammatik wird erwartet, kann jedoch bei Bedarf auch aufgefrischt werden. Im Mittelpunkt steht das Verstehen und Sprechen. Auf Vorschläge und Wünsche wird eingegangen. Der erste Kurstermin kann als "Schnupperstunde" genutzt werden, dann werden wir auch die Lektüre festlegen.

16 UStd., Entgelt: 56,00 €, Harald Struve

Veranstaltungsort: Alte Post, Eingang Sylter Archiv, Fraktionsraum

461 Beginn: Mi, 24.10.18, 10:00 - 11:30 Uhr, 8 x

462 Beginn: Mi, 16.01.19, 10:00 - 11:30 Uhr, 8 x

English-Refresher

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen, die ihre früher erworbenen Englischkenntnisse auffrischen möchten. Sprechen, Hören und Verstehen stehen im Vordergrund.

Kursbuch: A New Start, Refresher A2, Cornelsen Verlag.

Bei Bedarf wird der Kurs 2019 fortgesetzt.

Veranstaltungsort: Alte Post, Eingang Sylter Archiv, Fraktionsraum

12 UStd., Entgelt: 42,00 €, Gisela Göricke-Driver

466 Beginn: Mi, 07.11.18, 18:15 - 19:45 Uhr, 6 x

Es gibt keine schriftliche Anmeldebestätigung. Sie werden von der VHS benachrichtigt, wenn der Kurs ausfällt, überbelegt ist oder ein Termin sich geändert hat.



Französisch

Französisch Starterkurs

In diesem Kurs werden die Grundlagen für die nächste Urlaubsreise gelegt. Neben Alltagsgesprächen kommen auch Wortschatzwissen und Grammatik nicht zu kurz.

Veranstaltungsort: Gymnasium, VHS Raum 06

12 UStd., Entgelt: 42,00 €, Julia Struve

490 Beginn: Do, 08.11.18, 18:15 - 19:45 Uhr, 6 x

Französisch für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

In diesem Kurs werden die Grundlagen für die nächste Urlaubsreise gelegt. Neben Alltagsgesprächen kommen auch Wortschatzwissen und Grammatik nicht zu kurz. Dieser Kurs ist die Fortsetzung des im letzten Herbst gestarteten Anfängerkurses.

Veranstaltungsort: Gymnasium, VHS Raum 06

16 UStd., Entgelt: 56,00 €, Julia Struve

491 Beginn: Do, 17.01.19, 18:15 - 19:45 Uhr, 8 x

Französisch für fortgeschrittene Anfänger/innen und Wiedereinsteiger

Soyez les bienvenus!

Für Ihr – auch früher erworbenes – Französisch fehlte die Zeit, Sie würden es aber gerne wiederbeleben? Wir wollen mit einfachem Text- und Tonmaterial das Eingeschlafene wecken und weiterentwickeln, intensiv grammatische Fragen klären und das freie Sprechen üben. Allons, au travail! Beratung und Information über die Kursleiterin: 04651 5146 ab 20 Uhr

Veranstaltungsort: Sylt, Schulzentrum, VHS Raum

34 UStd., Entgelt: 109,00 €, Heidrun Tschacksch

492 Beginn: Mi, 14.11.18, 20:00 - 21:30 Uhr, 17 x

Bücher bestellen?



WhatsApp

ganz einfach unter

0175/7859073

Die passende Kurs-Lektüre finden
Sie bei uns im BuchHaus VOSS.
Oder bestellen Sie gleich per
Whats App und holen die
Bücher in einer Filiale ab.



Friedrichstraße 27 • 25980 Westerland
Tel.: 04651-83 56 252 • buchhaus@voss Sylt.de
www.buchhaus-voss.de
facebook.com/BuchhausVoss



Spanisch

"Vivan las vacaciones!"

Spanisch Kompaktkurs für Anfänger/innen.



Für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse geeignet. Dieser Touristenkurs bietet einen leichten und unterhaltsamen Einstieg in Sprache und Kultur Ihres Reiseziels und bereitet optimal auf die nächste Reise in ein spanischsprachiges Land vor.

Lehrbuch: Spanisch für den Urlaub A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514265-7, Buch bitte zum 1. Termin mitbringen.

Veranstaltungsort: Gymnasium, Klassenzimmer 1.OG/ Raum 104
14 UStd., Entgelt: 49,00 €, Alfonso Montesinos

450 Beginn: Do, 20.09.18, 18:00 - 19:30 Uhr

Fr, 21.09.18, 18:00 - 19:30 Uhr

Sa, 22.09.18, 09:00 - 16:15 Uhr

Spanisch für Anfänger/innen

Der Kurs wendet sich an Personen, die keine oder nur sehr geringe Vorkenntnisse haben. Ziel des Lehrgangs ist es, die Teilnehmer/innen in die Lage zu versetzen, einfache Alltagssituationen sprachlich bewältigen zu können. Der Kurs wird im Januar fortgesetzt.

Lehrwerk: Caminos hoy, A1, Klett Verlag,
ISBN 978-3-12-515770-5, Lektion 1

Veranstaltungsort: Gymnasium, Klassenzimmer 1.OG/ Raum 104
20 UStd., Entgelt: 70,00 €, Alfonso Montesinos

451 Beginn: Mo, 06.11.18, 18:00 - 19:30 Uhr, 10 x

Spanisch für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

Der Kurs wendet sich an Personen, die schon geringe Vorkenntnisse haben. Ziel des Lehrgangs ist es, die Teilnehmer/innen in die Lage zu versetzen, einfache Alltagssituationen sprachlich bewältigen zu können. Dieser Kurs ist die Fortsetzung des im letzten November begonnenen Anfängerkurses.

Lehrwerk: Caminos hoy, A1, Klett Verlag,
ISBN 978-3-12-515770-5, Lektion 9

Veranstaltungsort: Gymnasium, Klassenzimmer 1.OG/ Raum 104
20 UStd., Entgelt: 70,00 €, Alfonso Montesinos

452 Beginn: Di, 06.11.18, 18:00 - 19:30 Uhr, 10 x



Italienisch / Plattdeutsch

Italienisch für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die schon geringe Vorkenntnisse haben und vielleicht schon einmal einen Anfängerkurs besucht haben. Ziel des Lehrgangs ist es, die Teilnehmer/innen in die Lage zu versetzen, einfache Alltagssituationen sprachlich zu bewältigen. 12 UStd., Entgelt: 42,00 €, Giulia Avi

Veranstaltungsort: Gymnasium, Raum der VHS / Raum 06

480 Beginn: Di, 30.10.18, 18:30 - 20:00 Uhr, 6 x

481 Beginn: Di, 12.02.19, 18:30 - 20:00 Uhr, 6 x

Plattdüütsch vor Beginners

Wir erlernen plattdeutsche Vokabeln, üben uns gemeinsam in der Aussprache, gehen auf Spurensuche und freuen uns auf plattdeutsche Redewendungen.

So mok wi dat! Bei Bedarf kann dieser Kurs fortgeführt werden.

Veranstaltungsort: Gymnasium, Raum der VHS / Raum 06

4,7 UStd., Entgelt: 18,00 €, Julia Struve

495 Beginn: Sa, 03.11.18, 14:00 - 17:30 Uhr



... und das Erlernte gleich vor Ort anwenden!

Alte Tonnenhalle 25992 List
Telefon 04651 – 83 62 23 Fax 04651 – 83 62 240
www.syltkontor.de info@syltkontor.de



Programmbereichsleitung EDV
Kirsti Thiessen



Beratung:
Tel.: 04841 / 8359 - 20
E-Mail: thiessen@vhs-husum.de

Die EDV-Ausstattung der VHS

Die EDV-Ausbildung erfolgt an acht Einzelarbeitsplätzen, ausgestattet mit einem aktuellen Notebook, aktueller Software Windows 7, 8 und 10, MS Office 2010 und Adobe CS5 Programmen. Der Schulungsraum verfügt über WLAN, Beamer und Whiteboard.

Da die Arbeitsplätze begrenzt sind, sollten Sie sich möglichst früh anmelden!

Computer • Drucker • Zubehör Smartphone-Reparaturen



PapierHaus Voss
Tinnerer Straße 11
25980 Sylt/Westerland
info@vossylt.de



Tel. 04651-98 68-0
Fax 04651-98 68-48
www.vossylt.de
facebook.com/ComTeam



iPhone / Samsung Smartphone



iPhone in der Praxis

Das iPhone ist ein Tausendsassa geworden und als persönlicher Assistent nicht mehr wegzudenken.

Es ist viel mehr als nur ein mobiles Telefon. Es spielt Musik und Videos ab, ist eine Spielkonsole, dient der Kommunikation via Internet und ist in der Lage, einem an fast jedem Ort einen Zugang zum Internet mit all dessen Möglichkeiten zu verschaffen.

Und mit tausenden von "Apps" wird aus dem iPhone schnell ein Schweizer Taschenmesser.

Inhalte: Grundlagen und Bedienung, Einführung zu Apple-ID und Touch-ID, Mitteilungszentrale und das Kontrollzentrum, Kennenlernen von Siri, Einrichten von Kontakten und Kalender, Internet to go, Apps finden, Tipps und Tricks für die tägliche Nutzung.

Das behandelte Betriebssystem ist iOS 11/12, die Teilnehmenden bringen ihr iPhone selbst mit. (Bitte voll aufgeladenes Handy mitbringen).

9 UStd., Entgelt: 54,00 €, Stephan Pyka

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

5120 Beginn: Mo - Mi, 01.04.19 - 03.04.19, 18:30 - 20:45 Uhr, 3 x



Android Smartphones in der Praxis

– Samsung Galaxy Handys

Wenn Sie Ihr Android Smartphone in Ruhe kennenlernen möchten, ist dieser Kurs genau richtig. Android ist mit über 100 Millionen verkauften Geräten und 5 Milliarden installierten Apps das weltweit meistgenutzte Betriebssystem für Smartphones. Lernen Sie Ihr Gerät zu konfigurieren und im Internet mit WLAN zu surfen.

Kursinhalt: Bildschirme organisieren und anordnen, Einstellungen, Widgets, das Adressbuch, Sicherheit, Einbindung des Gerätes in das WLAN, Internet, Apps und wo bekomme ich sie her, Fotografieren und Filmen.

Voraussetzung: Samsung Galaxy Smartphone mit Android 4.x oder neuer, ein Google-Konto (E-Mailadresse und Passwort sollten bekannt sein)! Die Erklärungen basieren auf dem Android-Betriebssystem und eignen sich nicht für iPhone/WindowsPhone-Benutzer. Die Teilnehmenden bringen ihr Samsung Galaxy Smartphone mit. (Bitte voll aufgeladenes Handy mitbringen)

9 UStd., Entgelt: 54,00 €, Stephan Pyka

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

5121 Beginn: Mo - Mi, 07.01.19 - 09.01.19, 18:30 - 20:45 Uhr, 3 x



Einführung in den Computer INTENSIVKURS*

Sie haben einen Computer mit dem Betriebssystem Windows 7, 8 oder 10? Sie sind unsicher im Umgang mit dem Computer? Keiner hat Zeit Ihnen etwas in Ruhe zu erklären? Sie finden Ihre Fotos und Briefe auf dem Computer nicht wieder? Wie öffnen und speichern sie in E-Mails geschickte Fotos?

Kursinhalt: Umgang mit der Maus und Tastatur, kurze Einweisung in das Betriebssystem Windows, Umgang mit Dateien & Ordnern (Windows Explorer), Navigieren im www (Internet) und der Umgang mit Suchmaschinen, Gefahren durch Viren, Trojaner & Co., Versenden / Empfangen von E-Mails ohne und mit Anhang (z.B. Fotos).

42 UStd., Entgelt: 177,00 €, Stephan Pyka

Veranstaltungsort: Gymnasium, AV Raum PCR 1 / Raum 110

5141 Beginn: Mo, Di, Mi, 14.01.19 - 06.02.19, 18:30 - 20:45 Uhr, 14 x

***Achtung:** Zentraler Treffpunkt am 1. Abend ist vor dem Haupteingang des Gymnasiums Sylt, Tonderner Straße 12 in Westerland.

Es sind nur wenige Plätze vorhanden, bitte melden Sie sich daher frühzeitig an.

Weitere Fragen über die Kursinhalte können Interessierte dem Dozenten gerne unter der Telefonnummer 0178 6159 100 stellen.





Grundlagen für Senioren / Datensicherung



Einführung in den Computer für Senioren und Anfänger*

Sie haben einen Computer mit dem Betriebssystem Windows 7, 8 oder 10? Sie haben Angst aus Unwissenheit etwas zu verstellen oder kaputt zu machen? Sie finden auf Ihrem Computer nichts wieder (Briefe, Fotos)? Keiner hat Zeit Ihnen in Ruhe die Grundlagen im Umgang mit dem Computer beizubringen? Die Fotos Ihrer Enkelkinder werden Ihnen per E-Mail geschickt?

Kursinhalt: Umgang mit Maus und Tastatur, kurze Einweisung in das Betriebssystem Windows, Umgang mit Dateien und Ordnern (Windows Explorer), Grundlagen der Textverarbeitung (Briefe schreiben) mit Microsoft Word, unterwegs im Internet und der Umgang mit Suchmaschinen, Gefahren durch Viren, Trojaner & Co, allgemeine Vorsichtsmaßnahmen, Versenden/Empfangen von E-Mails ohne und mit Anhang (z.B. Fotos)

42 UStd., Entgelt: 177,00 €, Stephan Pyka

Veranstaltungsort: Gymnasium, AV Raum PCR 1 / Raum 110

5142 Beginn: Mo / Mi, 29.10.18 - 17.12.18, 18:30 - 20:45 Uhr, 14 x

5143 Beginn: Di / Mi, 07.05.19 - 19.06.19, 18:30 - 20:45 Uhr, 14 x



Datensicherung bevor es zu spät ist*

Von der Geburts- oder Heiratsurkunde haben Sie ebenso eine Kopie angefertigt, wie von Ihren Versicherungspolice, um für den Fall aller Fälle gewappnet zu sein.

Aber was ist mit all den Fotos, Videos, Briefen und all den anderen digitalen Daten, die auf Ihrem Computer gespeichert sind? Was ist, wenn der Computer plötzlich nicht mehr will, die Festplatte Defekte aufweist oder ein Virus alle Daten unbrauchbar macht? Eine professionelle Datenrettung kann schnell mehrere tausend Euro kosten und eine Garantie, dass alles wieder hergestellt werden kann, gibt es nicht. Was also tun? Vorbeugen ist immer noch der einfachste und günstigste Weg, diesen Gefahren entgegenzuwirken.

Kursinhalt: wichtige Daten auf einfache Art und Weise in Sicherheit bringen, Unterschied zwischen einem Backup und einem Image, automatische Sicherung digitaler Daten.

9 UStd., Entgelt: 54,00 €, Stephan Pyka

Veranstaltungsort: Gymnasium, AV Raum PCR 1 / Raum 110

5144 Beginn: Mo, 18.02.19 - 04.03.19, 18:30 - 20:45 Uhr, 3 x



Einstieg in Excel 2010*



Der Kurs vermittelt Ihnen einen sicheren Umgang mit Excel, sodass sie Zahlen in Tabellenform, rechnerisch und übersichtlich erfassen, in grafische Darstellung umsetzen und in ansprechender Weise betexten und attraktiv gestalten können.

Kursinhalt: bewegen des Cursors durch die "Tabellenlandschaft" und markieren von einzelnen Zellen und Zellgruppen, Zahleneingabe, Zellbeschriftungen sowie deren Formatierung, rechnen mit Zahlen in einer Tabelle, Durchführung von Berechnungen mit einfachen Formeln, kopieren und verschieben von Tabellendaten innerhalb einer Tabelle, grafische Wiedergabe von Tabellendaten in Form von beschrifteten Diagrammen, einfügen von Bildern und Zeichnungen in eine Excel-Tabelle.

Voraussetzung: Grundlagen in Windows, sicherer Umgang mit der Maus und Tastatur, mathematisches Verständnis

9 UStd., Entgelt: 54,00 €, Stephan Pyka

Veranstaltungsort: Gymnasium AV Raum PCR 1 / Raum 110

5150 Beginn: Mo / Di, 11.03.19 - 26.03.19, 18:30 - 20:45 Uhr, 3 x

***Achtung:** Zentraler Treffpunkt am 1. Abend ist vor dem Haupteingang des Gymnasiums Sylt, Tonderner Straße 12 in Westerland.

Es sind nur wenige Plätze vorhanden, bitte melden Sie sich daher frühzeitig an.

Weitere Fragen über die Kursinhalte können Interessierte dem Dozenten gerne unter der Telefonnummer 0178 6159 100 stellen.

10-Finger-Schreibsystem



Schnell und sicher tippen lernen mit dem 10-Finger-Schreibsystem. Dieser Kurs richtet sich an alle, die die Grundkenntnisse des 10-Finger-Schreibsystems erlernen möchten. Denn in vielen Bereichen ist die Beherrschung des PCs und somit auch der Tastatur unerlässlich. Ob Bewerbungsschreiben, im Job oder nur für den täglichen Gebrauch hilft das 10-Finger-Schreibsystem.

Es sind nur wenige Plätze vorhanden, bitte melden Sie sich daher frühzeitig an.

12 UStd., Entgelt: 54,00 €, Erika Pogoda

Veranstaltungsort: Gymnasium, AV Raum PCR 1 / Raum 110

5151 Beginn: Di, 06.11.18 - 11.12.18, 17:30 - 19:00 Uhr, 6 x

5152 Beginn: Do, 17.01.19 - 21.02.19, 17:30 - 19:00 Uhr, 6 x



Cloudspeicher



Cloudspeicher*

Nutzen Sie ausgewählte Daten und Dateien da, wo Sie sie brauchen. Auf dem Smartphone, Notebook, PC oder Tablet können Sie die Cloud als Datensicherung verwenden oder einzelne Dateien Ihren Freunden zur Verfügung stellen.

Am Beispiel von Dropbox richten die Teilnehmenden bereits im Kurs Ihre persönliche Cloud für Daten oder Notizen kostenlos ein. Außerdem erfahren sie, wie sie eine alternative Cloud einrichten, bei der die Daten nicht auf fremden Servern, sondern auf der eigenen Festplatte liegen und dennoch überall verwendet werden können. Die Teilnehmenden können für die Konfiguration ihr eigenes Notebook oder Tablet mitbringen oder die vorhandenen Laptops unserer Kursräume nutzen.

Voraussetzung: Grundlagen im Umgang mit dem Computer, Tablet oder Smartphone.

6 UStd., Entgelt: 42,00 €, Stephan Pyka

Veranstaltungsort: Gymnasium AV Raum PCR / Raum 110

5161 Beginn: Mo / Di, 29.04.19 - 30.04.19, 18:30 - 20:45 Uhr



Martin Bergien/pixelio.de

***Achtung:** Zentraler Treffpunkt am 1. Abend ist vor dem Haupteingang des Gymnasiums Sylt, Tonderner Straße 12 in Westerland. Es sind nur wenige Plätze vorhanden, bitte melden Sie sich daher frühzeitig an.

Weitere Fragen über die Kursinhalte können Interessierte dem Dozenten gerne unter der Telefonnummer 0178 6159 100 stellen.



Kaufmännische Grund- und Fachlehrgänge

Programmbereichsleitung
Hans-Peter Schweger



Beratung:
Tel.: 04841 / 8359 - 10
E-Mail: schweger@vhs-husum.de

Ausbildereignungsprüfung / Bewerbungstraining



Ausbildung der Ausbilder

Es werden Kenntnisse in Arbeits- und Berufspädagogik vermittelt, die zur Begleitung junger Menschen auf den Berufsabschluss nötig sind.

Es wird zielgerichtet und praxisnah in folgenden Handlungsfeldern unterrichtet:

Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen, Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken, Ausbildung durchführen, Lernen fördern, Ausbildung abschließen.

Abschluss: Ausbildungereignungsprüfung vor der Industrie- und Handelskammer (zzgl. Prüfungsgebühr 200,00 Euro an die IHK). Der IHK-Abschluss wird bei der Meisterprüfung (Teil IV) anerkannt.

Veranstaltungsort: Alte Post, Seminarraum

104 UStd., Entgelt: 549,00 €, Dozententeam

5001 Beginn: Mo - Fr, 11.02. - 15.02.19, 9:00 - 16:00 Uhr

Mo - Fr, 25.02. - 01.03.19, 9:00 - 16:00 Uhr

Di, 05.03.19 Prüfung

Bewerbungstraining

Was sind die "Dos" und "Don'ts" beim Bewerben? Was gehört in eine vollständige Bewerbungsmappe? Wie bereite ich mich auf ein Vorstellungsgespräch vor? Hier bekommen die Teilnehmenden Hilfe bei der Erstellung der individuellen Unterlagen.

Mitzubringen: USB-Stick, pers. Bewerbungsunterlagen, Lichtbild

Veranstaltungsort: Gymnasium AV-Raum PCR 1 / Raum 110

12 UStd., Entgelt: 54,00 €, Erika Pogoda

5901 Beginn: Di, 06.11. - 11.12.18, 19:15 - 20:45 Uhr



Schulabschlüsse

Vorbereitung auf den Ersten allgemeinen Schulabschluss (ESA) – früher: Hauptschulabschluss

Für Jugendliche und Erwachsene, die entweder nicht alle Klassen der Regelschule durchlaufen oder die Schule ohne Abschluss verlassen haben. Die Teilnehmer müssen zum Zeitpunkt der Prüfung mindestens 16 Jahre alt sein. Unterrichtet werden die Fächer: Deutsch, Geschichte, Erdkunde, Mathematik, Biologie.

Der Lehrgang dauert 10 Monate, Unterricht ist jeweils von Dienstag bis Donnerstag, 18:00 - 21:15 Uhr, die Prüfung findet im Frühjahr 2019 statt.

Veranstaltungsort: VHS Husum, Schobüller Str. 38-40

400 UStd., Entgelt: 60,00 € monatlich, Dozententeam

6001 Beginn: Di - Do, 04.09.18, 18:00 - 21:15 Uhr, 10 Monate

Informationsabend am 04.09.2018 um 18:00 Uhr

Vorbereitung auf den mittleren Bildungsabschluss (MSA) – früher: Realschulabschluss

Vorbereitungskurs – berufsbegleitend – in den Fächern Deutsch, Englisch, Mathematik, Physik, Biologie, Erdkunde und Geschichte. Voraussetzungen sind der Hauptschulabschluss (Erster allgemeiner Schulabschluss) und ein Mindestalter von 17 Jahren. Der Unterricht findet von Montag bis Donnerstag, 17:45 - 21:00 Uhr statt.

1400 UStd., Entgelt: 95,00 € monatlich, Dozententeam

Veranstaltungsort: VHS Husum, Schobüller Str. 38-40

6002 Beginn: Mo - Do, 29.10.18, 17:45 - 21:00 Uhr, 27 Monate

Informationsveranstaltung: 29.10.2018 um 18:00 Uhr

Richtig Schreiben

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene, die in vielen Alltagssituationen oder im Beruf auf gute Rechtschreib- und Grammatikkenntnisse angewiesen sind. Es sollen Grundlagen wiederholt und gefestigt werden. Briefe, Einladungen, Berichte, Bewerbungen und Schriftliches aller Art in Alltag und Beruf werden ebenfalls geübt.

Veranstaltungsort: Sylt, Gymnasium, Kunstraum

8 UStd., Entgelt: 10,00 €, Klaus Lorkowski

5902 Beginn: Mi, 28.11. - 12.12.18, 18:30 - 20:00 Uhr

Es gibt keine schriftliche Anmeldebestätigung. Sie werden von der VHS benachrichtigt, wenn der Kurs ausfällt, überbelegt ist oder ein Termin sich geändert hat.

Junge VHS

Programmbereichsleitung
Ascan Dieffenbach



Beratung:

Tel.: 04841 / 8359 - 90

E-Mail: dieffenbach@vhs-husum.de

Sylter Filmstudio – Kreativlabor für Jugendliche

Das Filmstudio der Volkshochschule Sylt bietet Kindern und Jugendlichen zwischen 10 und 18 Jahren kostenlos die Möglichkeit, in den Herbstferien mit Profis einen eigenen Film übers Biikebrennen zu erstellen. Die Teilnehmenden entwickeln als Gruppe ihr eigenes Werk: Sie entscheiden, wie ihr Film aussehen soll, schreiben ein richtiges Drehbuch und ein Storyboard. Sie planen und bauen Kulissen und Modelle, sie stellen Kostüme zusammen und drehen richtige Realfilmsequenzen. Im Anschluss folgen Trickfilm-Dreharbeiten. Zum Einsatz kommt Filmtechnik mit Spezialeffekten und visuellen Effekten. Dafür arbeiten die Teilnehmer mit Kameras, Stativen, Tontechnik, Lichttechnik und Greenscreen. Sie werden außerdem schauspielerisch geschult. Das Resultat wird ein anspruchsvoller Film mit Real- und Trickfilmelementen. Dabei bringt jeder seine Ideen und Stärken mit ein und darf sich am Ende über einen eigenen Film freuen. Den Film bekommen die Teilnehmer nach Abschluss des Projektes als DVD - so kann er Verwandten, Freunden und Bekannten gezeigt werden. Mehr Informationen unter 04841/835990.

Veranstaltungsort: Sylt, Keitum, Sylter Heimatmuseum

6901 Beginn: Mo - Fr, 24.09.18 - 28.09.18, 9:00 - 16:00 Uhr





Sushi und Winterküche

Sushi – typisch nordisch

Sushi rollen mal mit den typisch nordischen Zutaten. Matjes & Co geben dem asiatischen Trendfood einen neuen Dreh und machen Lust auf Meer. Sylvia Schillerwein

3724 Beginn: Do, 13.09.18, 18:00 - 21:30 Uhr, Entgelt: 36,00 €

Buntes Sushi

Sushi mal anders. Ohne rohen Fisch, dafür lieber mit Gebratenem oder Geräuchertem. Mit würzigem Fleisch und knackigem Gemüse. Dazu frische Kräuter und aromatische Soßen machen den perfekten Happen. Die richtige Reiszubereitung und das Sushi rollen gehen nach diesem Kurs ganz leicht von der Hand. Sylvia Schillerwein

3725 Beginn: Mi, 27.03.19, 18:00 - 21:30 Uhr, Entgelt: 36,00 €

Wohlfühlküche nach den 5 Elementen – die stärkende Winterküche

Wie wohlig warm sich der Bauch im Winter nach einer nährenden Suppe anfühlt, tut dem ganzen Körper gut. Die tägliche Nahrung liefert nicht nur die benötigte Energie, sondern versorgt alle Organe mit Vitalstoffen, stärkt das Immunsystem und kräftigt den Geist. Basierend auf den Grundprinzipien der traditionellen chinesischen Ernährung werden mit regionalen, saisonalen Lebensmitteln und Gewürzen köstliche Gerichte gekocht. Stephanie Hintze

3782 Beginn: Sa, 19.01.19, 10:30 - 14:30 Uhr, Entgelt: 30,00 €

Grillen – Ideen für Weihnachten und Silvester

Grillen? Im Winter? Na klar! Mit knisterndem Feuer oder knallendem Feuerwerk, Fleisch und duftenden Bratäpfeln vom Grill, inklusive heißem Punsch, wird der Abend zum Erlebnis. Und selbst mit einem Elektrogrill können die neuen Rezepte einfach auf dem Balkon umgesetzt werden.

Maria Popescu-Thomsen

3745 Beginn: Do, 13.12.18, 18:00 - 21:30 Uhr, Entgelt: 30,00 €

Es gibt keine schriftliche Anmeldebestätigung. Sie werden von der VHS benachrichtigt, wenn der Kurs ausfällt, überbelegt ist oder ein Termin sich geändert hat.

www.fisch-blum-sylt.de



BLUM
Fisch-Spezialitäten

Fisch macht glücklich!



Beim Kochen darf Fisch nicht fehlen!

Bistro & Verkauf

Mittelweg 7
25980 Tinum
Sylt

Tel.: 04651 / 34 01
Fax: 04651 / 3 34 00

Seafood Bistro

Neue Straße 4
Westerland

Bistro & Verkauf

Neue Straße 2
Westerland

Bistro & Verkauf

Gaadt 2a
Westerland

Bistro & Verkauf

Westerlandstraße 8
Wenningstedt



Berufliche Weiterbildung

Lehrgang zum/zur Alltagsbetreuer/in – nach § 43b Abs. 3 SGB XI



Dieser Lehrgang eignet sich optimal für Menschen, die über eine hohe soziale Kompetenz, Empathiefähigkeit, hohe Belastbarkeit verfügen und sich gerne mit Menschen mit demenzbedingten Fähigkeitsstörungen, psychischen Erkrankungen, geistigen Behinderungen oder körperlichen Beeinträchtigungen beschäftigen wollen. Zu den Aufgaben einer Betreuungskraft gemäß § 43b SGB XI gehören die Begleitung und Aktivierung der Pflegebedürftigen z.B. beim Malen, Basteln, Kochen, Backen, Spaziergehen. Der Lehrgang findet berufsbegleitend statt und schließt mit einem Zertifikat ab.

160 UStd., Entgelt: 520,00 €, Kirsten Speck und Dozententeam

3090 Beginn: Fr / Sa, 21.09.18 - 15.12.18, 27 x inkl. Blockwoche

3091 Beginn: Fr / Sa, 01.02.19 - 25.05.19, 27 x inkl. Blockwoche
(Mehr Info: www.vhs-husum.de, Gesundheit, Download)

Fortbildung für Alltagsbetreuer/innen nach § 43b SGB XI

Männerbeschäftigung



Den Alltag für Männer mit Einschränkungen attraktiv zu gestalten fordert die Alltagsbetreuer besonders heraus. Durch Erfahrungsaustausch und Reflexion entwickeln wir Ideen zur Aktivierung und Anregung für Männer mit einer demenziellen Erkrankung - immer unter Berücksichtigung ihrer Interessen.

8 UStd., Entgelt: 39,00 €, Kirsten Speck

30942 Beginn: Mo, 15.10.18, 9:30 - 16:15 Uhr

30952 Beginn: Mo, 04.02.19, 9:30 - 16:15 Uhr

Wohlbefinden Bettlägeriger



Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz haben es ohnehin schwer. Was passiert aber, wenn sie auch bettlägerig werden? Dieses Seminar nähert sich dieser Problematik anhand vieler Fallbeispiele und eigener Erfahrungen der Teilnehmenden.

8 UStd., Entgelt: 39,00 €, Kirsten Speck

30943 Beginn: Di, 16.10.18, 9:30 - 16:15 Uhr

30953 Beginn: Di, 05.02.19, 9:30 - 16:15 Uhr



Aromabegleitung für Alltagsbetreuer



Düfte sind ein wichtiger Anker im Leben demenziell erkrankter Menschen. Über sie werden die Sinne angeregt, sie haben das Potenzial, längst verloren gegangene Erinnerungen wieder in den Alltag zu holen. Sie stimulieren und beruhigen, beides wichtige Aspekte in der Arbeit der Alltagsbegleiter. Hier erhalten Sie wertvolle Tipps, wie und wann man sie einsetzen kann. Reflexion und Austausch kommen nicht zu kurz.

8 UStd., Entgelt: 39,00 € zzgl. 15,00 € für Aromen, Kirsten Speck

30944 Beginn: Mi, 17.10.18, 9:30 - 16:15 Uhr

30954 Beginn: Mi, 06.02.19, 9:30 - 16:15 Uhr

Ängste bei Angehörigen



Was genau macht den Angehörigen an Demenz erkrankter Menschen Angst? Wie erkennt und nimmt der Alltagsbetreuer ihnen diese Angst? Möglichkeiten und Grenzen der Betreuung der Angehörigen, mit viel Reflexion und kollegialem Austausch

8 UStd., Entgelt: 39,00 €, Kirsten Speck

30945 Beginn: Do, 18.10.18, 9:30 - 16:15 Uhr

30955 Beginn: Do, 07.02.19, 9:30 - 16:15 Uhr

Umgang mit mir



Wie hält man das Gleichgewicht zwischen Arbeits- und Privatleben? Wie erkennt man, wann diese sensible Balance zu kippen droht? Die Teilnehmenden üben den Blick darin, wie man seiner eigenen Möglichkeiten und Grenzen bewusst wird, wie man auf sich aufpassen kann, um Überlastung und Überforderung zu vermeiden. Der kollegiale Austausch ist ein wesentlicher Bestandteil der Veranstaltung.

8 UStd., Entgelt: 39,00 €, Kirsten Speck

30946 Beginn: Fr, 19.10.18, 9:30 - 16:15 Uhr

30956 Beginn: Fr, 08.02.19, 9:30 - 16:15 Uhr

Die Volkshochschule sucht ständig qualifizierte Lehrkräfte

Es muss nicht immer eine Lehrbefähigung oder ein Hochschulabschluss sein. Wir erwarten neben Fachkompetenz vor allem Offenheit und Kommunikationsfähigkeit.

Bitte melden Sie sich, wenn Sie Interesse haben!



Inklusion in der offenen Ganztagsschule

In diesem Modul werden sich die Teilnehmenden mit Möglichkeiten und Grenzen der Inklusion beschäftigen, die eigene Haltung zur Heterogenität reflektieren und intensiv an Fallbeispielen aus ihrer Praxis arbeiten. Dabei werden sie angemessene Interventionsstrategien entsprechend des individuellen Entwicklungsstandes eines Kindes erarbeiten, außerschulische Hilfsangebote kennenlernen und eigene Ressourcen reflektieren.

14 UStd., Entgelt: 75,00 €, Dörthe Kröger

7805 Beginn: Fr / Sa, 26.10. - 27.10.18, 15:00 - 20:00 / 9:00 - 16:00 Uhr

Qualifizierung pädagogischer Mitarbeiter/innen an Ganztagsschulen: Modul 1 – 4

Der Zertifikatskurs bietet fachliches und methodisches Knowhow, Reflexionsmöglichkeiten zur eigenen Rolle und kreative Problemlösungstechniken für die berufliche Praxis.

Voraussetzung für den erfolgreichen Abschluss ist die Teilnahme an den Modulen I bis IV sowie an der abschließenden Präsentation (Modul V). Weitere Info unter www.vhs-husum.de und www.sh.ganztaegig-lernen.de

14 UStd., Entgelt: 65,00 €, Dörthe Kröger, Anja Wurst

Modul II – Kommunikation und Gesprächsführung

7806-2 Beginn: Fr. / Sa 31.08. - 01.09.18, 16:00 - 20:00 / 9:00 - 16:30 Uhr

Modul III – Kommunikation und Konfliktmanagement

7806-3 Beginn: Fr. / Sa 02.11. - 03.11.18, 16:00 - 20:00 / 9:00 - 16:30 Uhr

Modul IV – Pädagogik und Lernen

7804-4 Beginn: Fr. / Sa 14.09. - 15.09.18, 16:00 - 20:00 / 9:00 - 16:30 Uhr

7806-4 Beginn: Fr. / Sa 11.01. - 12.01.19, 16:00 - 20:00 / 9:00 - 16:30 Uhr

Modul I – Arbeitsfeld Ganztagsschule

7804-1 Beginn: Fr. / Sa 09.02. - 10.02.19, 16:00 - 20:00 / 9:00 - 16:30 Uhr

In Zusammenarbeit mit der:

SERVICEAGENTUR

ganztäglich lernen.

Index

A		Erster Allg. Schulabschluss	52
Acrylmalerei	18	Excel	49
Adventsgebäck	34		
Alltagsbetreuer	56	F	
Android	46	Filmprojekt	53
Ansprechpartner	6	Finale Begleitung	12
Aquagymnastik	26	Französisch	42
Aquarellieren	17	Frauenbiografien	17
Ausbilder	51	Fußreflexzonenmassage	29
Auto Selbsthilfe	15		
B		G	
Betreuungsrecht	12	Geschäftsbedingungen	7
Berufliche Weiterbildung	51, 56	Gesellschaftstanz	33
Bewegung	ab 24	Gesundheitsbildung	ab 24
Bewerbungstraining	51	Gitarre	23
Bestattungsvorsorge	12	Grillen	54
Boxen	25	Grundbildung	52
Burlesque	33		
C		H	
Cloudspeicher	50	Handspinnen	21
Computerkurse	47	Handykurse	46
für Senioren	48	Holzfällerkurs	14
Crosstraining	25		
D		I	
Datenschutzerklärung	9	Immobilienrecht	13
Datensicherung	48	Inhaltsverzeichnis	2
Demenz	56	Integrationskurs	36
Deutsch als Fremdsprache	ab 36	iPhone	46
Deutschtest f. Zuwanderer	40	Italienisch	44
E		J	
EDV	45	Junge VHS	53
Einbürgerungstest	40		
Einkommenssteuer	14	K	
Englisch	41	Kalligraphie	18
Entspannung	28	Knüpfen	20
		Kochen	34
		Kreatives	20

Index

L		Schneidern	22
Lesen und Schreiben für		Schulabschluss nachholen	52
Erwachsene	39, 52	Senioren	48
Liedbegleitung	23	Ski-Gymnastik	26
Literaturmatinee	16	Smartphone	ab 46
		Sushi	54
M		Spanisch	43
Makramee	19	Spinnen	21
Malen	ab 17	Stressmanagement	28
Mandalas	19	Sticken	21
Mittlerer Schulabschluss	52		
		T	
N		Tango	32
Nähen	22	Tastschreiben	49
		Trend it up	20
P		Tanzen	30
Papier schöpfen	19		
Pasta	34	V	
Patientenverfügung	12	Vorsorgevollmacht	12
PC-Kurse	ab 45	Vorwort	4
Plattdeutsch	44		
		W	
R		Weben	21
Rechtschreibung	39, 52	Winterküche	54
S		Z	
Salsa	ab 30	Zeichnen	18
Schach	17	Zeitmanagement	29



Unsere Veranstaltungsorte



Unsere Veranstaltungsorte

Schulzentrum Sylt

VHS Raum

Sonderburger Str. 10, Westerland

Gymnasium

Kunstraum KUR 3 / R01

Tonderner Str. 12, Westerland

Klassenzimmer 1. OG / R104

Tonderner Str. 12, Westerland

Schulcafé

Tonderner Str. 12, Westerland

Sprachraum 1. OG / R103

Tonderner Str. 12, Westerland

VHS Raum 06

Tonderner Str. 12, Westerland

AV-Raum PCR 1 / R110

Eingang Hoyerweg, Westerland

Schule St. Nicolai

Aula

St. Nicolai-Str. 6, Westerland

Labor

St. Nicolai-Str. 6, Westerland

Schulküche

St. Nicolai-Str. 6, Westerland

Werkraum

St. Nicolai-Str. 6, Westerland

Alte Post

Seminarraum

Stephanstr. 6, Westerland

Fraktionsräume

Eingang Sylter Archiv

Stephanstr. 6a, Westerland

Boy-Lornsen-Schule

Sporthalle

Boy-Peter-Eben-Weg, Tinnum

Lebenshilfe Sylt

Bastianstraße 22a, Westerland

BSW Dünenhotel

Hörnener Str. 10, Alt-Rantum



Wir können mehr als Kreuzfahrten!

Alte Tonnenhalle 25992 List
Telefon 04651 – 83 62 23 Fax 04651 – 83 62 240
www.syltkontor.de info@syltkontor.de

Liebe Freundinnen und Freunde der VHS,

Sicher haben Sie den gelben Messpfahl auf unserem Titelbild bereits erkannt. Er gehört seit mehr als 30 Jahren zum Horizont vor Sylt. Zwei Kilometer westlich der Küste, zehn Meter im Meeresboden verankert, dient er dazu, den Luftdruck, Pegelstände, Wasser- und Lufttemperatur, Windgeschwindigkeit und deren Richtung zu ermitteln.

Man kann sich sicher die Frage stellen, warum dieses Titelbild ausgewählt wurde.

Diese gelbe Messstation am Horizont ist nicht nur ein wichtiges Orientierungszeichen, sie liefert uns darüber hinaus zuverlässige, ständig veränderte Werte aus der Nordsee. Wie die stetige Veränderung dieser Werte ist auch das Wissen der Menschen: Manches wird vergessen, vieles bleibt, Neues kann erlernt werden.

Ob Sie sich für eine Sprache interessieren, Kenntnisse in der IT oder EDV erwerben oder auffrischen möchten, mehr über die Grundlagen alter Handwerke oder einen achtsamen Umgang mit Ihrem Körper erfahren möchten – bei uns finden Sie dafür eine Vielfalt an Kursen.

Einen Einblick in unser sich ständig erweiterndes Programm der VHS Sylt finden Sie auf „www.VHS-Sylt.de“, auf der Facebook-Seite der Gemeinde Sylt, in der VHS-App, den Sylter Medien oder schauen Sie gerne direkt in der Geschäftsstelle in der Alten Post vorbei.

Und auch in diesem Jahr unsere Bitte an Sie: Melden Sie sich möglichst frühzeitig für Ihren Wunschkurs an. Auf diese Weise erleichtern Sie den Dozenten und Dozentinnen das Programm optimal vorzubereiten und es wird gewährleistet, dass der gewünschte Kurs bei ausreichender Teilnehmerzahl stattfinden kann oder die Teilnehmer rechtzeitig informiert werden können.

Es grüßt Sie ganz herzlich

Ihre
Antje Grass
VHS Sylt



vhsApp

- Kurssuche
- Lernbegleiter
- Übungsvideos

alle Kurse unserer VHS in Ihrer Hosentasche

QR-Code downloaden

Kostenlos erhältlich in den App-Stores

App Store | Google play

www.vhsAppmobi

