

Gesellschaft

Welche Vorteile bringen erneuerbare Energien?

Strom und Wärme aus Biogas, Holz, Pflanzenöl und Solarthermie

Das begrenzte Energieangebot bei weltweit steigender Nachfrage und die Abhängigkeit von Erdöl- und Erdgasimporten haben dem Energiethema neue Brisanz gegeben. Die in der Gesellschaft heiß diskutierte Frage ist: Wird der Ausbau der erneuerbaren Energien reichen, um den Atomausstieg auszugleichen und können wir das noch bezahlen? Schwerpunkte des Vortrages sind die Vorstellung der Möglichkeiten von Fördermitteln und Informationen, wie aus Biomasse Strom und Wärme erzeugt werden können.

U121/140.1

Referent: Elmar Eilbrecht, Bioenergieberater der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung

Termin: Mi., 07.03.12 von 19:00-21:00 Uhr (3 UStd.)

Ort: Kooperative Realschule - Mehrzweckraum 0.17, Unkel

Teilnehmerzahl: min 6

Kursgebühr: 3,00 €

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Beruf

Computerhilfe für Anfänger/innen

Computer mit sieben Siegeln? Das muss nicht sein! In einfachen Schritten lernen Sie den PC besser kennen. Schreiben Sie mühelos ansprechende Texte oder Briefe und nutzen Sie die hilfreichen Funktionen des Programms Word. In Ruhe und in kleinen Einheiten je Termin wird das Geübte bis zum sicheren Anwenden erarbeitet. Auch beim Umgang mit anderen Standard-Programmen werden Sie in Zukunft mehr Freude am PC haben. Entdecken Sie außerdem das Internet: Sie lernen, E-Mails zu versenden, dabei Anhänge (z.B. Fotos) zu meistern oder shoppen zu 'gehen' und sich jede Menge Informationen einzuholen (Fahrpläne, Reisen, Rezepte u.v.a.). Informationen zu Ausstattung, Kosten, Nutzen und Sicherheit kommen nicht zu kurz. – Wenn Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen, ergibt das Lernvorteile! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Schulungsraum befindet sich in der 3. Etage, ein Aufzug ist vorhanden!

U121/515.1

Referent: Axel Culmsee

Termin: ab 29.02.12, jeweils Mi. von 18:45-20:45 Uhr (11 UStd., 4 Termine)

Ort: Kooperative Realschule - Computerlabor 3.23, Unkel

Teilnehmerzahl: max 12 - min 6

Kursgebühr: 39,00 €

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Computerhilfe für fortgeschrittene Anfänger/innen

Voraussetzung: Teilnahme am Kurs 'Computer-Hilfe für Anfänger/innen' oder vergleichbare Kenntnisse im Umgang mit Maus und Tastatur.

U121/517.1

Referent: Axel Culmsee

Termin: ab 28.02.12, jeweils Di. von 18:45-20:45 Uhr (11 UStd., 4 Termine)

Ort: Kooperative Realschule - Computerlabor 3.23, Unkel

Teilnehmerzahl: max 12 - min 6

Kursgebühr: 39,00 €

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

MS Office - Basiswissen für den Job

Ohne Grundwissen um das Software-Programm-Paket MS Office brauchen Sie sich heute kaum noch bewerben. Mit diesem Kurs wird's besser: Ihre Chancen steigen! Mit dem Text-Programm Word erledigen Sie Korrespondenzen, mit Excel bewältigen Sie Diverses rund um Rechnungen. Das ist sehr vereinfacht beschrieben, aber Sie werden lernen, wie leicht das Ganze zu handhaben ist. E-Mails schreiben, verschicken, empfangen, bearbeiten (Downloads), dafür gibt es Outlook. Diese Programme werden Ihnen in kleinen Schritten nähergebracht, Taschenrechner und Befürchtungen sagen Sie bald ade. Auch dem Programm-Schreckgespenst

PowerPoint wird der Aberglaube genommen und Sie werden sog. Präsentationen ohne Wenn und Aber für Ihre/n Chef/in gestalten können.

U121/539.1**Referent:** Axel Culmsee**Termin:** ab 18.04.12, jeweils Mi. von 18:45-21:00 Uhr (30 UStd., 10 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Computerlabor 3.22, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 7**Kursgebühr:** 91,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Laptop-Hilfe für Senioren****Anfänger/innen**

Speziell in einem Kurs für Senioren lernen Sie Ihren mobilen Computer kennen. Berührungängste gegenüber dem PC werden schnell schwinden. In kleinen Einheiten je Termin bekommen Sie die Inhalte in ruhigem Tempo beigebracht. Jede/r erfährt dabei individuelle Unterstützung. Nach dem Bekanntmachen mit dem Gerät lernen Sie u.a. das Programm Word zum Schreiben von Briefen und anderen Texten kennen. Einen weiteren Schwerpunkt bildet das Internet: E-Mails (= Post per Internet), Auskünfte suchen, Einkaufen 'gehen' u.v.m. stehen auf dem Programm. Dies werden Sie, geduldig unterstützt, in den Griff bekommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

U121/514.1**Referent:** Axel Culmsee**Termin:** ab 29.02.12, jeweils Mi. von 16:15-18:30 Uhr (12 UStd., 4 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Computerlabor 3.23, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 37,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Internet für Senioren**

Gerade für Neulinge ist das Internet sehr unübersichtlich. Man wird von der praktisch unendlichen Fülle an Informationen geradezu erschlagen, was speziell Einsteiger/innen häufig frustriert. In diesem Lehrgang soll es darum gehen, Ihnen die Berührungängste zu nehmen und Sie in die Lage zu versetzen, sich in dieser neuen überaus spannenden Welt zurecht zu finden. Nach einem kurzen Überblick über benötigte Ausstattung und anfallende Kosten erfahren Sie, wie Sie den Browser (das Programm zur Navigation im Internet) bedienen und das Internet sinnvoll für sich nutzen können. Ausführlich werden die verschiedenen Suchmöglichkeiten besprochen und, je nach Interesse der Teilnehmenden, Beispiele für typische Internetanwendungen gezeigt (z.B. Einkaufen, Reisen, Fahrpläne, Kochrezepte, Internetforen, Veranstaltungen und vieles mehr). Weitere Schwerpunkte dieses Kurses sind das Anlegen und Bedienen von E-Mail-Konten sowie die Frage wie Sie Ihren PC vor Viren und Hackern schützen können. Der Schulungsraum befindet sich in der 3. Etage, ein Aufzug ist vorhanden!

Kurs in Unkel nur bei Mitbringen eines eigenen Laptops buchbar!

U121/538.1**Referent:** Axel Culmsee**Termin:** ab 28.02.12, jeweils Di. von 16:30-18:30 Uhr (11 UStd., 4 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Computerlabor 3.22, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 6**Kursgebühr:** 48,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Sprachen****Deutsch für polnische Muttersprachler/innen****Anfänger/innen**

Lehrwerk: wird im Kurs bekanntgegeben

Jezyk niemiecki dla Polakow. Der kompakte Deutschsprachkurs für polnische Muttersprachler/innen, die sich solide Grundkenntnisse der Sprache aneignen und sich im deutschen Alltag zurechtfinden wollen.

U121/417.1**Referentin:** Krystyna Bartnicka-Miner**Termin:** ab 29.02.12, jeweils Mi. von 19:00-20:30 Uhr (24 UStd., 12 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 6

Kursgebühr: 78,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Englisch für Senioren A2-b

Lehrwerk: Sterling Silver 2

Wir arbeiten mit einem speziell auf ältere Lernende zugeschnittenen Lehrbuch im langsamen Tempo. Der Kurs ist für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen und leicht Fortgeschrittene geeignet.

U121/406.1**Referentin:** Jutta Capitain**Termin:** ab 27.02.12, jeweils Mo. von 17:00-18:30 Uhr (30 UStd., 15 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 15 - min 8**Kursgebühr:** 82,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

English Conversation B1

Lehrwerk: English network Conversation / Englische Presse

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die schon einige Jahre Englisch gelernt haben und ihr Wissen reaktivieren bzw. vervollständigen möchten. Im Mittelpunkt des Kurses stehen leichte Konversation, die Wiederholung der Grammatik sowie des Wortschatzes, der eine grundlegende Verständigung in Englisch möglich macht.

U121/403.1**Referentin:** Hildegard Ginter**Termin:** ab 23.02.12, jeweils Do. von 09:30-11:00 Uhr (24 UStd., 12 Termine)**Ort:** Obere Burg, Rheinbreitbach**Teilnehmerzahl:** min 7**Kursgebühr:** 75,00 € (ab 8 Teilnehmenden 65,00 €)**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Französisch im Alltag B1

Lehrwerk: Bon Voyage und Zusatztexte

Gespräche über Landeskunde, Alltag und Erlebnisse werden ergänzt durch Wortschatz- und Grammatikübungen. Die verwendeten Materialien richten sich nach dem Interesse der Teilnehmenden.

U121/407.1**Referentin:** Ursula Richter**Termin:** ab 23.02.12, jeweils Do. von 09:30-11:00 Uhr (24 UStd., 12 Termine)**Ort:** Rathaus Sitzungssaal - Sitzungssaal, Erpel**Teilnehmerzahl:** max 15 - min 8**Kursgebühr:** 65,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Französisch Conversation B2-f

Es wird mit Texten aus der französischen Presse und/oder 'Écoute' sowie DVD gearbeitet. Hauptziele sind die Konversation zu verschiedenen Themen sowie die Auffrischung der Grammatik. Der Kurs ist auch für Wiedereinsteiger/innen geeignet, die ihre Französischkenntnisse auffrischen wollen. Voraussetzung sind Kenntnisse aus vier bis fünf Jahren Schulfranzösisch.

U121/413.1**Referentin:** Dominique Braun**Termin:** ab 06.02.12, jeweils Mo. von 09:30-11:00 Uhr (24 UStd., 12 Termine)**Ort:** städtisches Rathaus Ratssaal, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 65,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Griechisch A2-b

Lehrwerk: Lektüre

Es geht weiter - die bereits vorhandenen Kenntnisse werden vertieft und neue hinzugewonnen. Hör- und Lesetexte, meist in Dialogform, bringen Ihnen Land, Leute und Kultur näher.

U121/419.1**Referentin:** Dionisia Giannakoudi-Krippgans**Termin:** ab 23.02.12, jeweils Do. von 19:00-20:30 Uhr (24 UStd., 12 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 15 - min 6**Kursgebühr:** 75,00 € (ab 8 Teilnehmenden 65 €)**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Gesundheit****Buddhistische Meditation**

Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmenden durch die buddhistische Meditation eine Möglichkeit zu bieten, zu innerer Ruhe und innerer Zufriedenheit zu gelangen. Im Kurs erlernen Sie das Achtsamkeitstraining, das auch im Alltag praktiziert werden kann, um dadurch Stress abzubauen, Krankheiten vorzubeugen oder sie verstehen zu lernen. Buddhistische Meditation ist ein Weg, um positives Denken zu erlernen, Konflikte zu lösen, den Sinn des Lebens zu erfassen oder einfach zu mehr Glück im Leben zu gelangen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sitzkissen oder -bank und eine Decke.

U121/336.1**Referent:** Udaya Schöniger**Termin:** ab 16.04.12, jeweils Mo. von 16:30-18:00 Uhr (8 UStd., 4 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum 1.20 (Teppichboden), Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 6**Kursgebühr:** 36,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Hatha Yoga****Mit rückenstärkenden Übungen**

Yoga ist ein Jahrtausende altes ganzheitliches Übungssystem, welches die Erlangung einer harmonischen Einheit von Körper und Geist zum Ziel hat. Körper-, Atem- und Entspannungsübungen helfen Ihnen Ihre Konzentrationsfähigkeit und Beweglichkeit zu verbessern sowie Verspannungen zu lösen. Durch Kräftigung und Entspannung fördert Yoga sowohl Energie und Lebendigkeit als auch innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Es wird so zu einer Kraftquelle für den Alltag und führt zu mehr Achtsamkeit im Umgang mit uns selbst und unserem Körper. Yoga kann unabhängig vom Alter oder besonderen Fähigkeiten ausgeübt werden. Bitte tragen Sie zum Kurs bequeme Kleidung und bringen eine Bodenaufgabe, eine Decke und ein kleines Kissen mit.

U121/312.1**Referentin:** Monika Claes**Termin:** ab 09.01.12, jeweils Mo. von 18:15-19:45 Uhr (20 UStd., 10 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum 1.20, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 62,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**U121/312.2****Referentin:** Monika Claes**Termin:** ab 09.01.12, jeweils Mo. von 20:00-21:30 Uhr (20 UStd., 10 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum 1.20, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 62,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**U121/312.3****Referentin:** Monika Claes**Termin:** ab 16.04.12, jeweils Mo. von 18:15-19:45 Uhr (20 UStd., 10 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum 1.20, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 62,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

U121/312.4**Referentin:** Monika Claes**Termin:** ab 16.04.12, jeweils Mo. von 20:00-21:30 Uhr (20 UStd., 10 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum 1.20, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 62,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Relax-Yoga für Anfänger/innen**

Yoga heißt Vereinigung. Vereinigung von Körper, Geist und Seele. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt Ihren Körper zu erfahren: vom Scheitel zur Sohle, von außen nach innen - zum Geist, zur Seele, zum ICH. Ihr Atem ist Ihr Wegweiser und Ihre Energiequelle. Ihr Atem vereinigt, entspannt und regeneriert. Atemübungen, Dehnungsübungen, Meditation und Tiefenentspannung können Ihnen eine neue Lebenserfahrung schenken. Gönnen Sie sich die Zeit zur Reise ins SELBST. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und eine Decke.

U121/328.3**Referentin:** Nicole Reuter**Termin:** ab 12.01.12, jeweils Do. von 19:45-20:45 Uhr (11 UStd., 8 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum 1.20, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 37,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**U121/328.1****Referentin:** Nicole Reuter**Termin:** ab 08.03.12, jeweils Do. von 19:45-20:45 Uhr (13 UStd., 10 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum 1.20, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 46,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Relax-Yoga für Geübte**

Yoga heißt Vereinigung. Vereinigung von Körper, Geist und Seele. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt Ihren Körper zu erfahren: vom Scheitel zur Sohle, von außen nach innen - zum Geist, zur Seele, zum ICH. Ihr Atem ist Ihr Wegweiser und Ihre Energiequelle. Ihr Atem vereinigt, entspannt und regeneriert. Atemübungen, Dehnungsübungen, Meditation und Tiefenentspannung können Ihnen eine neue Lebenserfahrung schenken. Gönnen Sie sich die Zeit zur Reise ins SELBST. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und eine Decke.

U121/314.2**Referentin:** Nicole Reuter**Termin:** ab 12.01.12, jeweils Do. von 18:00-19:30 Uhr (16 UStd., 8 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum 1.20, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 51,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**U121/314.1****Referentin:** Nicole Reuter**Termin:** ab 08.03.12, jeweils Do. von 18:00-19:30 Uhr (20 UStd., 10 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Klassenraum 1.20, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 63,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Yogilates****Eine Kombination aus Pilates- und Yogatraining**

Durch die Verbindung von Yoga- und Pilatesübungen stellt Yogilates ein körperlich anspruchsvolles, dynamisches, intensives und straffendes Training des gesamten Körpers dar. Die Synchronisation von Atmung und Bewegung verfolgt das Ziel, das Körperzentrum zu kräftigen, die Haltung zu verbessern und Körper und Geist in Einklang zu bringen.

U121/337.1

Referentin: Bettina Heynen

Termin: ab 01.03.12, jeweils Do. von 19:00-20:30 Uhr (24 UStd., 12 Termine)

Ort: Kooperative Realschule - Turnhalle, Unkel

Teilnehmerzahl: max 15 - min 8

Kursgebühr: 85,00 €

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Rückenfitness und Entspannungstraining

Der Kurs ist speziell ausgerichtet auf die Bedürfnisse berufstätiger Menschen, die im täglichen Arbeitsablauf einseitigen körperlichen Belastungen ausgesetzt sind, zum Beispiel Sitzen am PC oder langes Stehen. Es werden praktische Tipps vermittelt und Alternativen aufgezeigt, wie man Haltung und Bewegungsabläufe verbessern kann. Dazu gehören gezieltes Training für Schultern, Rücken- und Bauchmuskulatur, Fitnessübungen nach Musik, Beweglichkeits- und Kräftigungsübungen sowie Elemente aus dem Stretching für den ganzen Körper. Es werden außerdem Übungen vermittelt, die man im üblichen Tagesablauf einflechten kann. Jede Trainingseinheit beschließen wir mit Entspannungsübungen.

U121/303.1

Referentin: Christiane Laschefski

Termin: ab 15.03.12, jeweils Do. von 20:30-21:30 Uhr (13 UStd., 10 Termine)

Ort: Kooperative Realschule - Turnhalle, Unkel

Teilnehmerzahl: max 25 - min 15

Kursgebühr: 32,00 €

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Wassergymnastik / Aquajogging

Erlernen Sie bei diesem spritzigen Bewegungsprogramm gezielt Übungen, die bessere Beweglichkeit der Gelenke, Stärkung der Muskulatur, Förderung des Herz-Kreislaufsystems, Lockerung von Verspannungen und vor allem eine positive Beeinflussung des allgemeinen Wohlbefindens bewirken. Durch das Üben gegen den Wasserwiderstand und den Auftrieb wird ein gelenk- und wirbelsäulenschonendes Training ermöglicht, das für Personen jeden Alters geeignet ist. Der Kurs ist auch für Nichtschwimmer/innen geeignet.

U121/308.1

Referentin: Ute Ebbing

Termin: ab 30.01.12, jeweils Mo. von 13:00-13:45 Uhr (17 UStd., 17 Termine)

Ort: Hallenbad, Unkel

Teilnehmerzahl: max 25 - min 15

Kursgebühr: 90,00 € inkl. Badeintritt

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

U121/323.1

Referentin: Ute Ebbing

Termin: ab 31.01.12, jeweils Di. von 13:00-13:45 Uhr (17 UStd., 17 Termine)

Ort: Hallenbad, Unkel

Teilnehmerzahl: max 25 - min 10

Kursgebühr: 90,00 € inkl. Badeintritt

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

U121/309.1

Referentin: Ute Ebbing

Termin: ab 31.01.12, jeweils Di. von 13:45-14:30 Uhr (17 UStd., 17 Termine)

Ort: Hallenbad, Unkel

Teilnehmerzahl: max 25 - min 15

Kursgebühr: 90,00 € inkl. Badeintritt

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Nordic Walking für Einsteiger/innen

Nordic Walking ist ideal für Menschen, die keinen oder selten Sport treiben oder denen der Arzt leichtes Bewegungstraining mit Herz Kreislauftraining angeraten hat. Nordic Walking ist ein sanftes und zugleich sehr effektives Bewegungskonzept, das grundsätzlich für jeden geeignet ist und für ganz unterschiedliche Trainingsziele eingesetzt werden kann. Nordic Walking ist als Sportart für Beginner ebenso geeignet, wie als Ergänzungstraining für aktive Sportler/innen. Die gesundheitsfördernden Auswirkungen dieses Sports können Sie jedoch nur dann für sich verbuchen, wenn Sie über eine effektive und sichere Technik verfügen.

2 Wochen vor Beginn des Kurses wird sich die Dozentin zwecks evtl. Neuanschaffung der Nordic Walking-Stöcke mit den Kursteilnehmenden in Verbindung setzen.

U121/304.1**Leitung:** Birgit Simo**Termin:** ab 02.05.12, jeweils Mi. von 09:30-11:00 Uhr (12 UStd., 6 Termine)**Ort:** Unkel, Rheinpromenade
(Anleger Köln-Düsseldorfer)**Teilnehmerzahl:** max 10 - min 8**Kursgebühr:** 44,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Nordic Walking****für (leicht) Fortgeschrittene**

Nordic Walking-Kurs für Menschen, die bereits Erfahrung mit dem Nordic Walkingstock gemacht haben, aber noch gerne effektive Technik erlernen möchten oder auch eine Techniküberprüfung wünschen. In diesem Kurs steht die Verbesserung der Technik und die Einübung der verschiedenen Stufen Basic-Fitness und Sporttechnik im Vordergrund.

U121/301.1**Leitung:** Birgit Simo**Termin:** ab 04.05.12, jeweils Fr. von 09:30-11:00 Uhr (12 UStd., 6 Termine)**Ort:** Am 1. Tag Rheinpromenade Unkel
(Anleger Köln-Düsseldorfer)**Teilnehmerzahl:** max 12 - min 8**Kursgebühr:** 44,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Kräuterexkursion und Wildgemüse**

Auch in unserer Region schenkt uns die Natur ein reichhaltiges Angebot an Heilpflanzen und wildwachsendem Gemüse - quasi direkt vor der Haustür. Die Exkursion möchte einige dieser Pflanzen vorstellen und sie als gesunde und wohlschmeckende Bereicherung unseres Speiseplanes näher bringen. Es werden Tipps zum Bestimmen, Sammeln und zur Aufbewahrung gegeben und Sie erfahren Vieles über die verschiedenen Zubereitungsmöglichkeiten, vom Tee über Tinkturen, Öle, Salben und Cremes bis hin zu Likören, Wein und Kräuternessig.

U121/334.1**Referent:** Bernd Mischke**Termin:** Sa., 09.06.12 von 10:00-16:00 Uhr (8 UStd.)**Treffpunkt:** Kooperative Realschule Unkel**Teilnehmerzahl:** max 15 - min 7**Kursgebühr:** 26,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Tapas, Mezze, Antipasti, Hors d'oeuvre & Co**

Sie sind klein, gutaussehend und wirklich lecker! Vorspeisen sind meist schnell gemacht und wecken beim Genießenden die Lust auf mehr. Gemeinsam bereiten wir verschiedene dieser kleinen Speisen zu: aus allen Ländern, für jeden Geschmack und für alle Anlässe. Lassen Sie sich überraschen von knusprigen Brotvarianten, tollen Dips, Antipasti, knackigen Salaten... Bitte bringen Sie ein Küchenhandtuch, Spültücher und Schüsseln für die Reste mit.

U121/335.1**Referentin:** Eva Schütte-Söntgerath, Ernährungswiss., Ernährungsberaterin/DGE**Termin:** Do., 03.05.12 von 19:00-22:00 Uhr (4 UStd.)**Ort:** Kooperative Realschule - Lehrküche 1.18, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 16 - min 8**Kursgebühr:** 11,00 € zzgl. Lebensmittelumlage**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Leckere Gerichte für Brunch, Party, Gartenfest & Co****Einfach zubereitet**

Bei Ihnen steht eine Feier ins Haus und Sie überlegen womit kann ich meine Gäste verwöhnen? Es sollte gut schmecken, ansprechend aussehen und gut vorzubereiten sein? Wir bereiten an diesem Abend viele leckere Gerichte, Snacks sowie Fingerfood zu, mit denen Sie bei Ihrem nächsten Brunch oder Ihrer nächsten Party die Gäste beeindrucken können. Bitte bringen Sie ein Küchenhandtuch, Spültücher und Schüsseln für die Reste mit.

U121/319.1**Referentin:** Eva Schütte-Söntgerath, Ernährungswiss., Ernährungsberaterin/DGE**Termin:** Do., 14.06.12 von 19:00-22:00 Uhr (4 UStd.)**Ort:** Kooperative Realschule - Lehrküche 1.18, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 16 - min 8**Kursgebühr:** 11,00 € zzgl. Lebensmittelumlage**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**'Fair einkaufen und kochen'****Unkel: Faire Trade Town 2011**

Diese Kochkurse stehen ganz im Zeichen des Fairen Handels und regionaler Produkte. Der Faire Handel liefert einen nachhaltigen Beitrag zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen von Kleinbauernfamilien in den Ländern Afrikas, Asien und Lateinamerikas. Zu Beginn des Kurses erhalten Sie Hintergrundinformationen zum Fairen Handel und Unkel als Fair Trade Town. Mit leckeren Rezepten wollen wir uns im Anschluss auf Entdeckungsreise begeben und neue Lebensmittel und Gerichte ausprobieren. Gemeinsam verarbeiten wir Kaffee, Schokolade, Säfte, Früchte und Getreide zu leckeren Gerichten, Soßen, Desserts und Getränken wie Refresco (Erfrischungsgetränk aus Lateinamerika), Spinat-Käse-Auflauf oder einer schwarz-weißen Schokoladenmousse. In beiden werden jeweils unterschiedliche Gerichte zubereitet. Am ersten Abend steht Quinoa im Vordergrund. Das Hauptnahrungsmittel der Andenvölker, das ähnlich wie Getreide und Reis verarbeitet wird. Bitte bringen Sie ein Küchenhandtuch, Spültücher und Schüsseln für die Reste mit.

U121/329.1**Referentin:** Eva Schütte-Söntgerath, Ernährungswiss., Ernährungsberaterin/DGE**Termin:** Do., 22.03.12 von 18:30-22:00 Uhr (5 UStd.)**Ort:** Kooperative Realschule - Lehrküche 1.18, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 16 - min 8**Kursgebühr:** 11,00 € zzgl. Lebensmittelumlage**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**U121/329.2****Referentin:** Eva Schütte-Söntgerath, Ernährungswiss., Ernährungsberaterin/DGE**Termin:** Do., 24.05.12 von 18:30-22:00 Uhr (5 UStd.)**Ort:** Kooperative Realschule - Lehrküche 1.18, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 16 - min 8**Kursgebühr:** 11,00 € zzgl. Lebensmittelumlage**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16**Kultur & Gestalten****Basiskurs Zeichnen****Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene**

Wenn Sie das letzte Mal in ihrer Kindheit zum Zeichnen oder Malen gekommen sind, dann ist der Basiskurs Zeichnen genau das Richtige für Sie! In einfachen anschaulichen Schritten vermittelt der Künstler Ihnen den Weg zum richtigen Zeichnen. Sie erlernen die perspektivischen Grundkenntnisse, das richtige Schraffieren und wie man Licht und Schatten setzt. Sie erfahren zudem nützliche Tipps und Tricks für Skizzen und Zeichnungen und sehen in Zukunft die Welt mit anderen Augen.

Dieser Kurs wird zur Grundlage für viele künstlerische Ausdrucksformen. Sie werden sich wundern, wie schnell Sie sich im Laufe des Kurses zeichnerisch weiterentwickeln.

Mitzubringen sind: 1 Zeichenblock A3 min, Bleistift HB, Radiergummi, Spitzer. Weiteres wird am ersten Kurstag besprochen.

U121/202.1**Leitung:** Hilmar A. Röner staatl. gepr. Gestaltungstechniker**Termin:** ab 16.04.12, jeweils Mo. von 18:30-20:45 Uhr (18 UStd., 6 Termine)**Ort:** Kooperative Realschule - Fachraum Kunst 0.21, Unkel**Teilnehmerzahl:** max 15 - min 8**Kursgebühr:** 67,00 €**Anmeldung:** Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Keramikkurs - Aufbautechnik

Der Kurs ist sowohl für Anfänger/innen als auch für Fortgeschrittene konzipiert. Ob Sie Gefäße oder freie Plastiken fertigen möchten, in diesem Kurs können Sie Ihre individuellen Ideen realisieren. Die Dozentin vermittelt Ihnen dabei grundlegende Kenntnisse der unterschiedlichen Techniken. Auf Wunsch erhalten Sie darüber hinaus gestalterische Anregungen, die Ihrem jeweiligen Kenntnisstand entsprechen.

U121/226.1

Referentin: Beate Sieberz, Diplom Keramik-Designerin

Termin: ab 23.02.12, jeweils Do. von 19:00-21:15 Uhr (30 UStd., 10 Termine)

Ort: Kooperative Realschule - Werkraum I, 0.31, Unkel

Teilnehmerzahl: max 10 - min 8

Kursgebühr: 80,00 € zzgl. Materialkosten

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

U121/226.2

Referentin: Beate Sieberz, Diplom Keramik-Designerin

Termin: ab 22.02.12, jeweils Mi. von 19:00-21:15 Uhr (30 UStd., 10 Termine)

Ort: Kooperative Realschule - Werkraum I, 0.31, Unkel

Teilnehmerzahl: max 10 - min 8

Kursgebühr: 80,00 € zzgl. Materialkosten

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

Mosaikkunst**Die Mosaikkunst – ein Jahrtausende altes Handwerk.**

Aus vielen kleinen Teilen ein neues Ganzes erschaffen. Ein Kunsthandwerk, das fasziniert und Spaß macht. Tauchen Sie ein in die bunte Mosaikwelt aus Glassteinen, Fliesen, Keramik, Spiegelscherben, Muscheln und Steinen. Die Vielfalt der Materialien und Gestaltungsmöglichkeiten ist nahezu unendlich! Bilder, Schalen, Tablett, Spiegel oder auch eigene mitgebrachte Objekte, die jeder individuell gestalten kann, vom Entwurf bis zum Verfugen. Dieser Kurs vermittelt Ihnen Basiswissen über die verschiedenen Techniken und unterschiedlichen Materialien. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

U121/233.1

Referentin: Rhonda Dönges

Termin: ab 28.02.12, jeweils Di. von 18:30-20:45 Uhr (21 UStd., 7 Termine)

Ort: Kooperative Realschule - Werkraum I, 0.31, Unkel

Teilnehmerzahl: max 8 - min 8

Kursgebühr: 58,00 € (bei weniger als 8 TN erhöht sich die Kursgebühr auf 75€),
zzgl. Materialpauschale von ca. 20€

Anmeldung: Außenstelle Unkel - 02224-18 06 16

U121/233.2

Referentin: Rhonda Dönges

Termin: ab 08.05.12, jeweils Di. von 18:30-20:45 Uhr (21 UStd., 7 Termine)

Ort: Kooperative Realschule - Werkraum I, 0.31, Unkel

Teilnehmerzahl: max 8 - min 8

Kursgebühr: 58,00 € (bei geringerer Teilnehmerzahl erhöht sich die Kursgebühr auf 75€),
zzgl. Materialpauschale von ca. 20€

Außenstellenübergreifende Veranstaltungen**Studienreise nach China**

Ab Shanghai in den Norden

Donnerstag, 11. Oktober bis Sonntag, 21. Oktober

2012 bieten Ihnen die Kreisvolkshochschulen Neuwied und Altenkirchen in Zusammenarbeit mit der Firma Intercontact eine faszinierende Reise ins „Reich der Mitte“ an. Auf dieser 10-tägigen Reise lernen Sie neben der Weltmetropole Shanghai den wunderschönen Norden in seiner Ursprünglichkeit kennen.

Zur besten Reisezeit fliegen Sie Non-Stop nach Shanghai. Dort erwarten Sie weltberühmte Sehenswürdigkeiten, beispielsweise die Yu Gärten und Pudong. Das nächste Ziel ist Xian mit seiner weltberühmten Terrakotta-Armee, der wunderschönen Altstadt und der Wildganspagode. Mit dem Nachtzug geht es weiter in den Norden. Erkunden Sie in Pingyao und Taiyyuan die alten Ortskerne. Die gesamte Altstadt von Pingyao wurde 1997 zum Weltkulturerbe erklärt. Bevor es in die ehemalige mongolische

Hauptstadt Datong geht, erwartet Sie eine exklusiv geführte Wanderung auf der chinesischen Mauer. In Datong angekommen, erwartet Sie der monumentale Anblick der Yungang Grotten und des „Hängenden Klosters“.

Diese Reise bietet Ihnen die Möglichkeit das großartige China von seiner Ursprünglichkeit bis zur Moderne kennen zu lernen.

Im Reisepreis enthalten sind: Übernachtung mit Halbpension (einmal Vollpension) in guten Mittelklassehotels, alle Ausflüge und Eintrittsgelder, Flüge und Nachtzug.

Interesse? Dann finden Sie den ausführlichen Flyer auf unserer Internetseite: www.kvhs-neuwied.de oder bestellen Sie ihn telefonisch.

1121/183.1

Referentin: Stephanie Engels

Termin: 11.10.-21.10.2012

Ort: China

Kursgebühr: Voraussichtlicher Reisepreis: 1855 €, Einzelzimmerzuschlag: 195 €

Information und Anmeldung: kvhs Geschäftsstelle -02631 - 34 78 13 oder

Stephanie Engels (Reiseleitung): 02681 – 98 72 53

Anmeldeschluss: 30. Juni 2012

Fotourlaub auf einem Großsegelschiff zu den englischen Kanalinseln

Digitale Fotografie zum Ausprobieren

Auf einem 24-Mann - Segelschiff finden im August/ September interessante Fotofreizeiten statt. Die Kurse dauern jeweils eine Woche. Es werden weder Kenntnisse im Fotografieren noch im Segeln vorausgesetzt. Mit einem geräumigen Schoner segeln die Teilnehmer zu den wunderschönen englischen Kanalinseln Sark, Herm, Guernsey, Jersey und Alderney und gehen dort auf fotografische Erkundung. Eine Fülle der herrlichsten Fotomotive auf dem traditionellen Segelschiff, in den malerischen Häfen und in der abwechslungsreichen Inselwelt werden aufgegriffen und fotografisch umgesetzt. Dabei gibt es Tipps für digitale Anfänger/innen und Fortgeschrittene von der Aufnahmetechnik bis zur Bildbearbeitung. Hochwertige Digitalkameras können ausgeliehen werden. Und wer sich von der klassischen Silberfotografie nicht trennen will ist auch willkommen. Im Schiffslabor werden Diafilme sofort entwickelt, gerahmt und abends auf Segeltuch projiziert und ausgewertet. Für Digitalfotografen stehen Notebooks und Beamer zur Verfügung. Die Fotosegeltörns finden wöchentlich in der Zeit vom 18.8. – 8.9.2012 (18.08.-25.08., 28.08.-01.09., 01.09.-08.09.) statt.

Veranstalter: Rederij Vooruit, IJlst, Holland

P121/204.1

Leitung: Gerhard Gömmel

Termin: Text (30 UStd., 7 Termine)

Ort: rund um die englischen Kanalinseln

Kursgebühr: 875,00 € inkl. Vollverpflegung,

Übernachtung, Hafengebühren und Fotokurs

Anmeldung: 02631-347813 oder 02684-979278

Studienfahrt auf den Spuren des Heiligen Martin

In Zusammenarbeit mit dem Veranstalter Arche Noah Reisen bietet die kvhs eine achttägige Studienreise nach Frankreich an.

Wir haben folgende Programmpunkte für unsere Reise vorgesehen: Amiens: Stadtführung mit Kathedrale, Stadtführung in Orléans, Saint Benoit sur Loire mit Besichtigung des Klosters Fleury, Stadtführung in Tours, Fahrt zum Kloster Marmoutier und Besichtigung, Ausflug zur Abtei Fontevraud und Besichtigung, Poitiers, Ligugé, Candes-Saint-Martin und Chinon mit Besichtigungen, Fahrt durch das Loire-Tal mit Besichtigung der Schlösser Blois und Chenonceaux, Chartres, Versailles mit Führung durch das Schloss, Stadtführung in Paris mit Invalidendom, Notre Dame und Sacre Coeur, Feuerwerk zum frz. Nationalfeiertag, Rückreise über Reims.

Interesse? Gern senden wir Ihnen den ausführlichen Flyer zu dieser Reise.

L121/260.1

Leitung: Wolfgang Hürter

Termin: 08.07.-15.07.2012

Ort: Frankreich

Kursgebühr: Voraussichtlicher Reisepreis: 950 €, Einzelzimmerzuschlag: 250 €, im Reisepreis sind die Eintritte und Führungen gemäß Programm bereits enthalten

Anmeldung: Außenstelle Linz - 02644-56 01 11

Anmeldeschluss: 15. April 2012

Yoga auf der Nordseeinsel Juist

Wohlfühlreise mit der kvhs

Die KreisVolkshochschule Neuwied lädt Sie zu einer Yoga-Wohlfühlreise auf die Insel Juist ein. Kommen Sie mit und entfliehen Sie der Enge und der Hektik des Alltags. Tägliches Yoga, die Insel, der Sand, die Dünen und die frische Meeresbrise sorgen dafür, dass Sie den Alltag vergessen, bei sich selbst ankommen und wieder genau spüren, was Ihnen gut tut, was und wie viel für Sie richtig ist. Tauchen Sie ein in eine Wildnis, die durch Ebbe und Flut, Wind und Wasser täglich Neues entstehen lässt...

Auf der Insel gibt es zwei Orte: den Hauptort Juist und das Loog. Auf der Insel Juist erleben Sie eine Welt, in der manches anders ist als auf dem Festland. Wetter und Gezeiten bestimmen hier den Lebensrhythmus der Menschen. Auf Juist gibt es keine Autos, nur Pferdekutschen und Fahrräder.

Je weiter man sich vom Hauptbadestrand entfernt, desto weniger Menschen begegnet man, so dass der Eindruck entstehen kann, allein auf der Welt zu sein. Genießen Sie den unvergleichlichen Sonnenuntergang über der südlichen Nordsee.

Gemeinsam wollen wir hier tägliche Hatha-Yoga-Übungen machen. Yoga ist ein Jahrtausende altes ganzheitliches Übungssystem, welches die Erlangung einer harmonischen Einheit von Körper und Geist zum Ziel hat. Körper-, Atem- und Entspannungsübungen helfen Ihnen, Ihre Konzentrationsfähigkeit und Beweglichkeit zu verbessern sowie Verspannungen zu lösen. Durch Kräftigung und Entspannung fördert Yoga sowohl Energie und Lebendigkeit als auch innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Es wird so zu einer Kraftquelle für den Alltag und führt zu mehr Achtsamkeit im Umgang mit uns selbst und unserem Körper. Yoga kann jede/r unabhängig vom Alter oder von besonderen Fähigkeiten ausüben – Yoga passt sich an den Menschen an. Sie sind mit und ohne Vorkenntnisse willkommen.

5x morgens: 7:00-7:30 Uhr Meditation, 7:30-09:00 Uhr sanftes Yoga, danach Frühstück,

5x abends: 17:15-18:45 Uhr dynamisches Yoga,

Preis: 5 x 90 Min: 50 €, 10 x 90 Min 90 €

Die Anreise erfolgt in Eigenregie, die Unterkunft wird privat im Hotel und Haus Worch*** gebucht und vor Ort bezahlt (55 € pro Person/Tag inkl. ÜF und leichtes, warmes Abendessen im Doppelzimmer, 60 € im Einzelzimmer), die Kurtaxe beträgt pro Tag ca. 3 € (inkl. 1,5-stündiger Aufenthalt im Meerwassererlebnisbad)

1121/302.1

Referentin: Gabriele Aich

Termin: Mi. 03.10.12 bis Mi. 10.10.12

(20 UStd., 8 Termine)

Ort: Nordseeinsel Juist

Teilnehmerzahl: max 15 - min 8

Anmeldung: kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13

Anmeldeschluss: 08. September 2012

Affe trifft Wolf - dominieren statt kooperieren? Die Hund-Mensch-Beziehung

Vortrag des bekannten Hunde- und Wolfsforschers Günther Bloch in Horhausen in Kooperation mit Kräuterwind und der KreisVolkshochschule Altenkirchen

Der Mensch stammt vom tendenziell eher egoistisch und aufbrausend handelnden Affen ab, der Hund vom familiär-orientierten "Kooperationstier" Wolf. Schon alleine aus diesem Grund kommt es in der Mensch-Hund-Beziehung bisweilen zwangsläufig zu massiven Missverständnissen. In diesem Vortrag beschäftigen wir uns mit der Frage, wie jeder Hundehalter (egal ob Laie oder Profi) lernen kann, die Diskrepanz zwischen unnötigem "Affentheater" und "Sozialkompetenz" einfach zu analysieren und entsprechend Rückschlüsse auf ein harmonisches Gruppenleben zu ziehen.

Grundlage ist das im Kosmos-Verlag im April 2012 neu erscheinende Buch: "Affe trifft Wolf" (G. Bloch & E. H. Radinger), das auf bahnbrechenden Erfahrungen aus 21 Jahren Freilandforschung an Wölfen, jahrelangen Verhaltensbeobachtungen an verwilderten Haushunden und intensiven Beratungen aus über 33.000 Mensch-Hund-Beziehungen basiert.

In diesem Vortrag erklärt Günther Bloch das Sozialleben von Mensch und Hund: Kooperation statt hierarchische Strukturen sollten hier im Vordergrund stehen. Siehe auch www.hundefarm-eifel.de

1121/156.1

Referent: Günther Bloch, Hunde- und Wolfsforscher

Termin: Mo., 21.05.12 von 19:00-21:00 Uhr (3 UStd.)

Ort: Kaplan-Dasbach-Haus, Horhausen

Teilnehmerzahl: max 300 - min 8

Kursgebühr: 10 €

Anmeldung: Ingrid Skrypitz, Tel. 02687/928207 oder Email: i.skrypitz@kraeuterwind.de

Floriade – Weltgartenbauausstellung in Venlo NL

Exkursion

Von April bis Oktober 2012 findet in Venlo die bedeutendste Gartenbauausstellung der Welt statt, das grüne Totalerlebnis in den Niederlanden. Pavillons und Gärten von 35 Ländern und 100 internationalen Ausstellern, 6000 m² Hallenschauen sind dort zu sehen; erwartet werden mehr als 2 Millionen Besucher aus aller Welt. Die Besucher erfahren auf ihrem Weg entlang der wunderschönen Gärten und Pavillons außergewöhnliche Beiträge der teilnehmenden Länder, Gartenbauunternehmen und Organisationen über Pflanzen, Blumen, Bäume, Obst und Gemüse. Eine Seilbahnfahrt bietet einen spektakulären Blick über den gesamten Park. Gastronomische Einrichtungen sorgen für das leibliche Wohl. In einem umfangreichen, täglichen Kulturprogramm werden Musik, Tanz, Literatur, Theater und visuelle Kunst geboten.

1121/179.1

Referent: Werner Schönhofen

Termin: Sa., 12.05.12 von 08:00-19:00 Uhr (3 UStd.)

Ort: Venlo NL

Treffpunkt: 8:00 Uhr Bahnhof Neuwied, Bahnsteig 1

Teilnehmerzahl: min 9

Kursgebühr: ca. 35 €

Anmeldung: kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13

Anmeldeschluss: 04.05.2012

Duft- und Schokoladenmuseum

Exkursion

Diesmal unternehmen wir eine Sinnes-Exkursion. Zunächst wird das Duftmuseum im Farina-Haus Köln aufgesucht. Johann Maria Farina (1685-1766) machte Köln weltweit als Duftstadt berühmt, 100 Jahre bevor die Franzosen Köln eroberten und vierstellige Hausnummern verliehen, deren bekannteste ebenfalls einem 'Dufthaus' den Namen gab. Im Farina-Haus wird die Welt des 18. Jahrhunderts und die Parfumherstellung lebendig. Die Teilnehmer der Exkursion erhalten natürlich ein Duftpräparat. Am Nachmittag wollen wir nicht nur dem Geruchssinn fröhnen. Im Schokoladenmuseum wird die Herstellung dieser Köstlichkeiten gezeigt und Gelegenheit zum Einkauf geboten.

1121/163.1**Referent:** Werner Schönhofen**Termin:** Sa., 03.03.12 von 09:00-17:00 Uhr (5 UStd.)**Ort:** Köln**Treffpunkt:** 9:00 Uhr Bahnhof Neuwied, Bahnsteig 1**Teilnehmerzahl:** max 19 - min 9**Kursgebühr:** ca. 20 €**Anmeldung:** kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13**Anmeldeschluss:** 24.02.2012**Rheinschifffahrt früher und heute****Exkursion**

Der Rhein ist seit der Römerzeit ein wichtiger Verkehrsweg, das Rheintal eine Völkerstraße. Auch heute ist das Rheintal eine Verkehrsachse für den Nord-Süd-Verkehr. Zwei Bahnlinien und zwei Bundesstraßen links und rechts des Flusses, aber auch dieser selbst, sind am Personen- und Güterverkehr beteiligt. Dabei ist der Fluss Europas bedeutendste Wasserstraße. Unsere Nachbarstadt Andernach hat einen der größten Häfen am Mittelrhein. In einer Führung (etwa 1 Stunde) lernen wir den Hafen Andernach kennen. Moderne Kräne verladen Container und Massengüter. Im alten Rheinkrahn erfahren wir in einer Führung wie die Verladung von Gütern seit dem Ausgang des Mittelalters bis in die Zeit nach 1900 durch Menschenkraft bewerkstelligt wurde. In einer Ausstellung im Stadtmuseum wird die Geschichte des Krahnens vorgestellt. Im Anschluss Gelegenheit zur Kaffeepause in der Nähe.

1121/177.1**Referent:** Werner Schönhofen**Termin:** Do., 19.04.12 von 13:00-18:00 Uhr (3 UStd.)**Ort:** Andernach**Treffpunkt:** 13:00 Uhr Parkplatz neben dem Finanzamt Neuwied, Fahrgemeinschaften**Teilnehmerzahl:** max 19 - min 9**Kursgebühr:** ca. 27 €**Anmeldung:** kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13**Anmeldeschluss:** 05.04.2012**Der Alte Friedhof in Bonn****Exkursion**

Er ist eine sehens- und erlebenswerte Oase am Rande der Bonner Innenstadt. Seine Grabstätten sind ein Spiegelbild der Bonner Kultur- und Geistesgeschichte des 18. und 19. Jahrhunderts. So haben hier Robert und Clara Schumann, Beethovens Mutter und weitere Prominente wie Mildred Scheel ihre letzten Ruhestätten gefunden. Zweistündige Führung, anschließend Gelegenheit zum Bummel in der Fußgängerzone.

1121/180.1**Referent:** Werner Schönhofen**Termin:** Do., 24.05.12 von 13:00-18:00 Uhr (3 UStd.)**Ort:** Bonn**Treffpunkt:** 13:00 Uhr Bahnhof Neuwied, Bahnsteig 1**Teilnehmerzahl:** max 24 - min 9**Kursgebühr:** 15,00 €**Anmeldung:** kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13**Anmeldeschluss:** Freitag, 18.05.2012**Oppenheim von unten****Exkursion**

Nach einer kurzen Wanderung durch die Weinberge erreichen wir die Katharinenkirche. Das imposante Gebäude gilt als das größte Bauwerk zwischen dem Kölner Dom und dem Straßburger Münster. Vor der Stadt erhebt sich die Burgruine Landskron. Eine Führung durch die historische Altstadt mit ihren malerischen Gassen und dem Marktplatz führt in das Kellertabyrinth. Hier schlängeln sich zum Teil jahrhundertalte Gänge unter der Stadt her. Führungen, kurze Wege zur Katharinenkirche und Burgruine Landskron, Mittagspause.

1121/182.1**Referent:** Werner Schönhofen**Termin:** Sa., 07.07.12 von 07:15-19:30 Uhr (4 UStd.)**Treffpunkt:** 7:15 Uhr Bahnhof Neuwied, Bahnsteig 1; Rückkehr 19:30 Uhr**Teilnehmerzahl:** max 19 - min 9**Kursgebühr:** ca. 22 €**Anmeldung:** kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13

Anmeldeschluss: 29.06.2012

'...und führe zusammen, was getrennt ist' - Heilig-Rock-Wallfahrt 2012 -**Veranstaltung zum Kultursommer 2012 'Gott und die Welt'**

Am 3. Mai 1512 wurde im Trierer Dom in Anwesenheit von Kaiser Maximilian der 'Heilige Rock' aufgefunden. Der Überlieferung nach soll es sich dabei um das Gewand handeln, das Christus bis zur Kreuzigung getragen hat. In den folgenden Jahrhunderten etablierte sich am Trierer Dom eine Wallfahrt von überregionaler Bedeutung, die in unregelmäßigen Abständen ausgerufen wird. Zum 500. Jahrestag der ersten Erhebung hat der Bischof von Trier erneut zu einer Wallfahrt eingeladen. Das Museum am Dom nimmt dies zum Anlass, in einer Ausstellung erstmals die Geschichte der einzelnen Erhebungen in ihren historischen und frömmigkeitsgeschichtlichen Kontexten darzustellen. Dabei lässt sich der Wandel im Verständnis der Wallfahrt insbesondere an der jeweiligen Darstellung der Reliquie beispielhaft ablesen. Den Höhepunkt bildete der Bau der sog. Heiltumskammer. Anhand einer computeranimierten Rekonstruktion wird der Betrachter der Ausstellung in diese Zeit versetzt und erlebt den Blick durch die wolkenumsäumte Öffnung auf den ehemaligen monumentalen Silberschrein mit dem Heiligen Rock. Woraus besteht der Heilige Rock? Wo kommt er her? Wie lassen sich Legende und Wahrheit trennen? Auf all diese Fragen wird die Ausstellung anschaulich Antwort geben.

Die einzelnen Wallfahrten werden in ihrem Verlauf, mit ihren kirchen- und frömmigkeitsgeschichtlichen Hintergründen, ihrer organisatorischen Durchführung aber auch mit der vorhandenen Kritik dargestellt. Dabei wird deutlich, wie sehr sich die Wallfahrt von der spätmittelalterlichen Reliquienfrömmigkeit über die barocke Schaulust hin zu einer ökumenisch ausgerichteten Christuswallfahrt gewandelt hat. Ohne Devotionalien ist keine Wallfahrt denkbar. So zeigt die Ausstellung Andenken an die Heilig-Rock-Wallfahrten aus 500 Jahren. Die KreisVolkshochschule besucht die Ausstellung im Bischöflichen Museum am Dom (Führung). Gelegenheit zum Mittagessen, Besuch des Doms und individuellem Stadtbummel.

1121/178.1**Referent:** Werner Schönhöfen**Termin:** Sa., 05.05.12 von 07:45-18:00 Uhr (3 UStd.)**Ort:** Trier Treffpunkt: 7:45 Uhr Bahnhof Neuwied, Bahnsteig 1**Teilnehmerzahl:** max 24 - min 9**Kursgebühr:** ca. 18 €**Anmeldung:** kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13**Anmeldeschluss:** 27.04.2012**Unsere Geschichte – Deutschland seit 1945****Exkursion**

Am Vormittag besuchen wir im Haus der Geschichte die neue Dauerausstellung. In ihr werden historische Ereignisse stärker als bisher in ihrem internationalen Kontext gezeigt. Über die Hälfte der gesamten Ausstellungsfläche wurde neugestaltet. 3000 der insgesamt 7000 Objekte sind in neuen Zusammenhängen zu sehen. Inhaltlich und gestalterisch neu präsentieren sich die 50er und 60er Jahre sowie die Zeit seit dem Fall der Mauer. Die unterschiedlichen Wirtschaftsformen in Deutschland West und Ost werden ebenso durch Exponate dargestellt wie das Wirtschaftswunder. Die Zeit seit 1989/90 wird komplett neu präsentiert. Medienterminals mit biografischen Interviews eröffnen unterschiedliche Sichtweisen der Zeitzeugen.

Am Nachmittag ergänzen wir unseren Ausstellungsbesuch durch eine Führung im neuzugänglichen Kanzlerbungalow, der verschiedenen Kanzlern als Wohnung diente bzw. im Palais Schaumburg, dem Sitz der Bundeskanzler (kurzer Fußweg). Auch Bundeskanzlerin Merkel kann das Haus benutzen, wenn sie in Bonn ist. Der Park ist ein bedeutender Landschaftsteil im parkreichen Bonn. Da wir uns in einem Sicherheitsbereich befinden, ist die Angabe der Personalien erforderlich.

1121/181.1**Referent:** Werner Schönhöfen**Termin:** Sa., 23.06.12 von 08:55-18:00 Uhr (5 UStd.)**Ort:** Bonn**Treffpunkt:** 8:55 Uhr Bahnhof Neuwied, Bahnsteig 1**Teilnehmerzahl:** max 24 - min 9**Kursgebühr:** ca. 10-15 €**Anmeldung:** kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13**Anmeldeschluss:** 08.06.2012**Glanz und Größe des Mittelalters****Exkursion**

In seiner Blütezeit von 1000 bis 1550 gehörte Köln zu den führenden Kunstzentren Europas. Heute sind die Meisterwerke aus dieser Schaffenszeit über die großen Museen der Welt verteilt. Doch nun kehren rund 160 Spitzenwerke u.a. aus Berlin, London, Paris, New York, Cleveland, Washington, Detroit, Chicago und Los Angeles an den Rhein zurück und werden zusammen mit 60 Stücken der eigenen Sammlung präsentiert. Aber nur für kurze Zeit! In einer hochkarätigen Sonderschau zeigt das Museum Schnütgen große Kunst aus Kölns besten Jahrhunderten.

1121/227.1**Referent:** Werner Schönhöfen**Termin:** Sa., 04.02.12 von 09:00-17:00 Uhr (3 UStd.)**Treffpunkt:** 9:00 Uhr Bahnhof Neuwied, Bahnsteig 1**Teilnehmerzahl:** max 24 - min 9**Kursgebühr:** ca. 20 €**Anmeldung:** kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13**Anmeldeschluss:** 27.01.2012

Steppenkrieger - Reiternomaden aus der Mongolei**Exkursion**

Gemeinsam mit der Mongolischen Akademie der Wissenschaften und anderen deutschen Instituten führt das Landesmuseum Bonn ein Forschungsobjekt zu drei Felsspaltengräbern aus der Mongolei durch. Sie zeichnen sich durch eine einzigartige Erhaltung der Beigaben aus. Neben den Objekten der Reiterei ist die wohl älteste Vogelkopffige, das Nationalinstrument der Mongolei, zu sehen. Die Objekte lassen die Lebenswelt der frühmittelalterlichen Reiternomaden (6.-9. Jh) wieder erstehen. Anhand der Objekte gelingt ein tiefer Einblick in das Leben der Steppennomaden und damit in eine Kultur, die immer wieder die mitteleuropäische Geschichte maßgeblich beeinflusst hat durch die Völker der Skythen, Hunnen, Awaren, Ungarn, Mongolen u.a.

1121/117.1**Referent:** Werner Schönhöfen**Termin:** Sa., 18.02.12 von 09:00-16:00 Uhr (3 UStd.)**Ort:** Bonn**Treffpunkt:** 9:00 Uhr Bahnhof Neuwied, Bahnsteig 1**Teilnehmerzahl:** max 24 - min 9**Kursgebühr:** ca. 20 €**Anmeldung:** kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13**Anmeldeschluss:** 10.02.2012.**Tao des Wanderns - Auf den Spuren der Dichtkunst**

Eine Rhein-Romantik-Führerin und Entspannungstherapeutin lädt zu einer inspirativen Naturtherapie ein: Auf den Spuren der Dichtkunst von Heinrich Heine und Lord Byron wandert sie mit Ihnen durch das Siebengebirge. Ihre kleine "Pilgerreise" führt von der Margarethenhöhe bei Ittenbach über die Jungfernhardt zum Geisberg und zum Schallenberg hinunter zu den Rhöndorfer Weinbergen. Der Blick auf Berge, Wiesen und Täler sowie das schillernde Wasser des Rheins hat eine befreiende Wirkung. Die Teilnehmer sehen die Natur, welche den Lauf des Lebens symbolisiert, als lyrisches Schöpfungswerk. Wanderpausen werden angereichert mit Poesie, Sagen und Legenden, sowie mit Fantasiereisen, Naturmeditationen und verschiedenen Entspannungsübungen. Vom harten Alltag wenden wir uns dem "Weichen" bzw. Schönen und Erhabenen zu. Der Geist wird frei von Belastung und Schmerz, seelische Verkrustungen lösen sich. Beim Wandern verbrennt der Organismus bis zu 80 Kalorien auf einem Kilometer Weg. Bitte wetterfeste und warme Kleidung, Wanderschuhe, Rucksack, Isomatte (ggfs. für ein Mittagsschälchen in freier Natur), Verpflegung und Getränke (Picknick) mitbringen. Den Fotoapparat bitte zu Hause lassen! Eine Foto-CD zum Meditieren und Träumen sowie zum Nachlesen kann für 5 € erworben werden. Die Rückfahrt erfolgt per Sammeltaxi. Wer möchte, kann zum Parkplatz zurücklaufen.

B121/333.1**Referentin:** Gabriele Walter**Termin:** Sa., 14.04.12 von 09:30-18:00 Uhr (11 UStd.)**Ort:** Treffpunkt: Parkplatz Margarethenhöhe bei Ittenbach, Restaurant-Eingang.**Teilnehmerzahl:** max 15 - min 8**Kursgebühr:** 28,00 € zzgl. ca. 2,50€ für Rückfahrt**Anmeldung:** Außenstelle Bad Honningen -02635-72 25**Anmeldeschluss:** Fr. 06.04.2012**Weltklasse – Die Düsseldorfer Malerschule 1819-1918****Exkursion**

Die Düsseldorfer Malerschule erlangte bereits 1828 unter der Leitung ihres neuen Akademiedirektors Wilhelm Schadow internationale Anerkennung. Die große Überblicksausstellung im Museum Kunstpalast soll die Begeisterung für die Düsseldorfer Malerschule auch beim heutigen Publikum wieder wecken. Sie hat auf alle Bereiche der Kunst, Literatur, Theater, Musik und Gesellschaft gewirkt und war mit vielen Geistesgrößen ihrer Zeit verbunden. Die hier versammelten Projekte geben einen breiten Einblick in die Kunst- und Kulturgeschichte des 19. und beginnenden 20. Jahrhunderts. Die kvhs besucht diese hervorragende Ausstellung im Museum Kunstpalast Düsseldorf mit Werner Schönhöfen.

1121/223.1**Referent:** Werner Schönhöfen**Termin:** Sa., 21.01.12 von 08:00-18:00 Uhr (3 UStd.)**Ort:** Düsseldorf Treffpunkt: 8:00 Uhr Bahnhof Neuwied, Bahnsteig 1**Teilnehmerzahl:** max 24 - min 9**Kursgebühr:** ca. 25 €**Anmeldung:** kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13**Anmeldeschluss:** 18.01.2012**Ägyptens Schätze entdecken – Meisterwerke aus dem Ägyptischen Museum Turin****Exkursion**

Eine der weltweit bedeutendsten Sammlungen altägyptischer Zeugnisse ist zu Gast im Historischen Museum der Pfalz in Speyer, die des Historischen Museums Turin. Die Ausstellung präsentiert herausragende Werke altägyptischer Kunst. Sie spannt den Bogen von der ersten Welle der Ägyptenbegeisterung unter Napoleon Bonaparte bis hin zu spannenden Grabungsprojekten der Gegenwart. Brandneue Forschungsergebnisse liefern die Johannes Gutenberg-Universität Mainz, die Freie Universität Berlin und die ägyptische Universität von Sohag, die auf einem Nekropolenberg (Grabanlage) in Assiut arbeiten. Neben großartigen Skulpturen werden außergewöhnliche Objekte in großartigem Erhaltungszustand das Alltagsleben im alten Ägypten vergegenwärtigen. Unter den Exponaten der Speyerer Ausstellung befinden sich einzigartige Funde aus den

Schatzkammern des Turiner Museums. Die Ausstellung zeigt wichtige Stücke aus allen großen Phasen der Geschichte Ägyptens. Sie bietet eine spannende Auswahl aus einer Sammlung, die denen in Paris und London ebenbürtig ist. Zugleich spiegelt sie die vielfältige Geschichte der Ägyptologie mit großartigen Entdeckungen und kulturgeschichtlichen Erkenntnissen wider.

Ausstellungsbesuch mit Führung. Am Nachmittag besteht Gelegenheit zum Dombesuch und zur eigenständigen Erkundung der Stadt anhand eines Prospektes sowie zur Mittags- und Kaffeepause.

1121/228.1

Referent: Werner Schönhofen

Termin: Sa., 02.06.12 von 08:00-19:00 Uhr (4 UStd.)

Ort: Speyer Treffpunkt: 8:00 Uhr Busbahnhof Neuwied

Teilnehmerzahl: max 24 - min 9

Kursgebühr: ca. 40 €

Anmeldung: kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13

Anmeldeschluss: 25.05.2012

Fortbildung zur Qualifizierung von Praxisanleitung - 'Die Kita als Ausbildungsbetrieb - Lernort Praxis'

Fortbildung für Erzieher/innen

Anerkannt für das Zertifikatsheft Bildung von Anfang an, Praxisanleitung

Im Rahmen der Qualifizierung zur Praxisanleitung geht es um die Auseinandersetzung mit der eigenen beruflichen Rolle und den damit verbundenen Erwartungen, den Rahmenbedingungen und gesetzlichen Grundlagen. Ein weiterer wichtiger Bestandteil ist die Gestaltung des Anleitungsprozesses und der Entwicklung einer Konzeption hierfür. Die Anleitung von Praktikanten geschieht nicht nebenbei, sondern in dem Bewusstsein für den qualifizierten Nachwuchs pädagogischer Fachkräfte Verantwortung zu tragen und diese als Chance für die Kita zu sehen.

1121/556.1

Leitung: Andrea Fuß (B.A. BiSo, Erzieherin) und Judith Ulrich (Erzieherin)

Termin: 24.02./25.02., 16.03./17.03., 20.04./21.04. und 12.05.12, jeweils Fr./Sa. von 09:00-16:00 Uhr (56 UStd., 7 Termine)

Kursgebühr: 105,00 €

Info und Anmeldung: kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13

Qualifizierung von Sprachförderkräften

Im Rahmen des Landesprogramms 'Zukunftschance Kinder - Bildung von Anfang an' wird der Ausbau der Sprachfördermaßnahmen besonders gefördert. Um zu gewährleisten, dass diese Sprachfördermaßnahmen auf hohem Niveau durchgeführt werden, hat das Projekt 'Qualifizierung von Sprachförderkräften in Rheinland-Pfalz' ein Weiterbildungskonzept für eine kompetenz- und praxisbezogene Qualifizierungsmaßnahme im Elementarbereich entwickelt. In acht bzw. neun Fortbildungsmodulen sollen die Personen, die Sprachförderung in Kindertagesstätten durchführen, in ihren Kompetenzen gestärkt bzw. weitergebildet werden. Nach der Teilnahme an allen acht Modulen und Bearbeitung einer Praxisaufgabe wird das Landes-Zertifikat 'Sprachförderkraft' verliehen.

1121/512.1

Leitung: Barbara Neuendorf (1-2), Tanja Reuter-Rietz (3),

Judith Ulrich (4-5), Nicole Ling (6-8)

Termine: ab 10.02. freitags von 9 -16 Uhr, 8 Termine (64 UStd.)

Kursgebühr: 215 €

Info und Anmeldung: kvhs Geschäftsstelle - 02631-34 78 13