

MANCHMAL  
BRAUCHT  
MAN  
FREUNDLICHE  
BEGEGNUNGEN

# Volkshochschule Südkreis Aachen



SEMESTER 01/2024

START:  
28. JANUAR

ANMELDUNG

[www.vhs-suedkreis-aachen.de](http://www.vhs-suedkreis-aachen.de)  
Telefon 02472/5656

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



**Kofinanziert von der  
Europäischen Union**

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## Volkshochschulzweckverband Südkreis Aachen

Vorsitzender der Verbandsversammlung:  
Bürgermeister Bernd Goffart,  
Simmerath

Verbandsvorsteher:  
Bürgermeister Jorma Klauss,  
Roetgen

stellvertr. Verbandsvorsteher:  
Allgemeiner Vertreter des Bürgermeisters  
Dirk Recker, Roetgen

## Volkshochschule

Leitung der Volkshochschule:  
Marlies Breuer

Strukturaufbau:  
- Lernen in der digitalen Welt -  
Ingo Blees

Service, Verwaltung und Assistenz:  
Maria Willems

Service und Verwaltung  
Lidia Liehr

## Geschäftsstelle der



HIMO, Am Handwerkerzentrum 1, B 21  
52156 Monschau  
Telefon-Nr.: 02472/5656  
Telefax: 02472-80 31 43  
E-Mail: [vhs@vhs-suedkreis-aachen.de](mailto:vhs@vhs-suedkreis-aachen.de)  
Internet: [www.vhs-suedkreis-aachen.de](http://www.vhs-suedkreis-aachen.de)

Volkshochschulzweckverband  
Südkreis Aachen  
IBAN: DE06390500001070172570

**Kursbeginn: ab 29.01.2024**

**Anmeldung: ab sofort**

## Liebe Freunde und Freundinnen der

es ist mir eine große Freude, Sie herzlich zu unserem neuen Programmheft begrüßen zu dürfen. Bei der Erstellung dieses Werkes standen für uns nicht nur die fachlichen Aspekte im Vordergrund, sondern auch die besonderen Begegnungen, die wir während des Lernprozesses erleben dürfen.

In der Welt des Wissens und der Bildung spielen nicht nur Bücher und Lehrpläne eine entscheidende Rolle, sondern vor allem auch die Dozenten, die mit ihrer fachlichen Versiertheit und ihrer Begeisterung für das Thema eine inspirierende Lernumgebung schaffen. Wir haben das große Glück, auf engagierte

und kompetente Lehrkräfte zu treffen, die nicht nur Experten auf ihrem Gebiet sind, sondern auch die Kunst beherrschen, komplexe Inhalte verständlich und lebendig zu vermitteln.

Freundliche Begegnungen tragen nicht nur dazu bei, dass wir die Materie besser verstehen, sondern schaffen auch eine positive Lernatmosphäre, in der der Wissensaustausch zu einer bereichernden Erfahrung wird. In diesem Sinne hoffe ich, dass das Blättern in diesem Ihnen vorliegenden Programmheft nicht nur als Informationsquelle dient, sondern auch dazu beiträgt, die Freude am Lernen zu fördern.

Mögen ihre ausgesuchten Kurse Ihnen nicht nur fachliche Kenntnisse vermitteln, sondern auch zu weiteren bereichernden Begegnungen und Lernmomenten führen.

Mit freundlichen Grüßen für das gesamte Team,

Leiterin der Volkshochschule  
Südkreis Aachen

### Den Durchblick haben.

Wir beraten gerne über den individuell geförderten:



Ein einfacher Weg zur **Unterstützung Ihrer Weiterbildung** ist Ihre  vor Ort. Rufen Sie bei Fragen an unter der Telefonnummer 02472/5656 oder melden Sie sich per E-Mail unter [vhs@vhs-suedkreis-aachen.de](mailto:vhs@vhs-suedkreis-aachen.de)

### Ferienordnung:

08.02. – 13.02.2024	Karneval	25.03 – 06.04.2024	Osterferien
01.05.2024	Maifeiertag	09.05.2024	Christi Himmelfahrt
21.05.2024	Pfingstferien	30.05.2024	Fronleichnam
Semesterende:	07.06.2024		

### Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag 9.00 – 12.00 Uhr  
und 14.00 – 15.30 Uhr  
Freitag 9.00 – 12.00 Uhr  
In den Schulferien gelten andere Öffnungszeiten  
Weitere Termine nach Vereinbarung.





## Digitale Sonderveranstaltungen

Bei diesen digitalen Sonderveranstaltungen der Reihe vhs-wissen-live – in Kooperation mit den Münchener Volkshochschulen und der Süddeutschen Zeitung – handelt es sich um Online-Vorträge im Livestream.

Den Zugangslink erhalten Sie nach Anmeldung, direkt über das Kursprogramm im Internet:

[vhs-suedkreis-aachen.de/kurse](http://vhs-suedkreis-aachen.de/kurse)

(Kursnummer in die Suche eingeben)

per E-Mail unter [vhs@vhs-suedkreis-aachen.de](mailto:vhs@vhs-suedkreis-aachen.de) oder telefonisch unter 02472-5656.

### 001 ○ Abschied von der Öffentlichkeit

Der öffentliche Raum war immer beides: Agora und Markt. Wenn wir uns aber alle immer weiter ins Private zurückziehen, stehen unsere politischen, sozialen und wirtschaftlichen Strukturen zur Disposition. Doch wie kann der öffentliche Raum neu bestimmt und damit auch die moderne Demokratie zukünftig gesichert werden?

Mo., 29.01.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Michael Hüther, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 002 ○ Der Tiber und die ewige Stadt

Über Jahrtausende war der Tiber Roms Schicksalsfluss. Als Gott verehrt und als Geißel gefürchtet, bestimmte er das Leben der Ewigen Stadt. An seinen Ufern erhoben sich Kirchenstaat und Ghetto, Prunkpaläste und Armenhäuser, hier wurde gekämpft, gelitten, gefeiert – und Geschichte geschrieben. Der Tiber hielt das tägliche Leben in Gang, vom Getreide bis zum Marmor-Obelisk wurde auf ihm alles transportiert. Sein Wasser stillte den Durst der Stadt, trieb Mühlräder an, seine Fischgründe machten die Kirche reich. Ein Fluss voller Grandezza, Schrecken und Wunder.

Mo., 05.02.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Birgit Schönau, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 003 ○ Warum Fachleute und Laien Risiken häufig ganz unterschiedlich bewerten

Im Falle von technologischen Risiken, Naturkatastrophen oder auch bei einer Pandemie kommt es immer wieder vor, dass Fachleute und Laien Risiken vollkommen unterschiedlich bewerten. Die Folge ist nicht selten, dass Bürgerinnen und Bürger

sich anders verhalten als die Fachleute sich dies wünschen. Woran kann das liegen?

Di., 20.02.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Ralph Hertwig, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 004 ○ Afrika! Rückblicke in die Zukunft eines Kontinents

Wo steht Afrika heute, was wird die Zukunft bringen? Trotz Armut und grassierender Korruption birgt Afrika gewaltige Potenziale: Es ist der rohstoffreichste Kontinent der Erde mit einem großen Reservoir an ungenutztem Agrarland. Und es hat eine junge, schnell wachsende Bevölkerung. Zudem eröffnet die digitale Revolution neue Horizonte. Zwar hat China überall seine Finger im Spiel, doch es kann afrikanische Lösungen geben für die afrikanischen Probleme, etwa durch die Rückbesinnung auf umweltschonende Produktionsformen und wirtschaftliche Alternativen zur westlichen Wachstumsreligion. Kann eine »zivilisatorische Wende« zur Rettung unseres Planeten von Afrika ausgehen?

So., 25.02.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Bartholomäus Grill, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 005 ○ Wie gestalten wir lebenswerte Städte von morgen?

Städtebauliche Strukturen beeinflussen maßgeblich die Art und Weise, wie wir uns fortbewegen und leben. Wie lassen sich echte Wahlmöglichkeiten schaffen und Stadträume hin zu vielfältig nutzbaren Lebensräumen entwickeln? Denn urbane Flächen haben nicht nur einen Einfluss auf Klima und Nachhaltigkeit, sondern erfüllen auch Aspekte der sozialen Gerechtigkeit.

Di., 27.02.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Klaus Beckmann, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 006 ○ Geschichte und Zukunft der Mode

Befindet sich das System der „schnellen“ Mode, wie es im zwanzigsten Jahrhundert entstanden ist, in einer tiefen Krise? Die Mode ist ein starker Motor für ökologische und wirtschaftliche Ungleichheiten in der Welt. Das macht die Diskussion über die Vergangenheit und Zukunft der Mode zu einer dringenden Aufgabe. Eine Betrachtung der Mode als globale Geschichte seit dem Mittelalter zeigt, wie wir über neue ökologische und ästhetische Zukünfte nachdenken können.

Di., 05.03.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Ulinka Rublack, 1 x 2 UStd., gebührenfrei

Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 007 ○ Donald Trump und der Populismus in den USA

Donald Trump wird immer wieder als Populist bezeichnet. Dabei ist eigentlich gar nicht klar, was dieser Begriff konkret bedeutet. Im aktuellen Sprachgebrauch werden damit unterschiedslos komplett divergierende politische Haltungen umschrieben. In den USA gab es allerdings um 1900 eine Bewegung, die sich selbst als populistisch bezeichnete und die gerne als Vorbild sämtlicher gegenwärtiger Populisten bezeichnet wird. Der Vortrag geht der Frage nach, ob dies berechtigt ist, oder ob Trump nicht vielmehr ein politisches Phänomen darstellt, das mit dem traditionellen Populismus wenig bis gar nichts mehr zu tun hat.

So., 10.03.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Michael Hochgeschwender, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 008 ○ Klimawandel und Wetterkatastrophen: Wie verändern sich Schadenwahrscheinlichkeiten?

Die jährlichen versicherten Schäden aus Wetterkatastrophen liegen inzwischen weltweit bei über 100 Mrd. Euro – mit steigender Tendenz. In Deutschland hat die Assekuranz beispielsweise für die Überschwemmung im Ahrtal mehr als 8 Mrd. Euro bezahlt, und damit rund viel Mal so viel wie für das nun zweit teuerste Schadenereignis - das Hochwasser an Elbe, Saale und Donau 2013. Munich Re Analysen von Schadenzeitreihen aus Unwetterereignissen liefern Indizien dafür, dass neben sozioökonomischen Faktoren als Haupttreiber für zunehmende Schäden bereits heute zunehmende Wetterextreme eine Rolle spielen.

Di., 12.03.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Ernst Rauch, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 009 ○ Die multiplen Krisen der Gegenwart

Der Journalist Gustav Seibt hat in den letzten Jahren in Essays für die «Süddeutsche Zeitung» die multiplen Krisen der Gegenwart präzise analysiert. In dieser Veranstaltung wird er einige dieser Essays vorstellen und durch historische Betrachtungen oder Vergleiche aufzeigen, was gerade geschieht oder auf dem Spiel steht.

Mi., 20.03.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Gustav Seibt, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 010 ○ Tito - der ewige Partisan

Josip Broz Tito war Visionär und Pragmatiker, Stratege und Macher. Ohne den ewigen Partisanen hätte es Jugoslawien nach dem Zweiten Weltkrieg wahrscheinlich nicht mehr gegeben. Doch Titos Jugoslawien überlebte seinen Schöpfer kaum eine Dekade, und es folgte ein Gewaltausbruch, wie ihn Europa seit dem Zweiten Weltkrieg nicht mehr erlebt hatte. Bei seinem Tod galt er als ein international anerkannter Staatsmann. Heute halten ihn viele für einen brutalen Diktator. Doch was war er wirklich?

So., 24.03.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Marie-Janine Calic, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 011 ○ Ein Zoo im 21. Jahrhundert: Die Rolle von Zoos im Bereich Artenschutz, Bildung und Nachhaltigkeit

Zoos im 21. Jahrhundert sind kein Selbstzweck, sondern sie sind generationsübergreifende Bildungsstätte, moderne Arche Noah für bedrohte Tierarten und gleichermaßen Orte des Natur- und Artenschutzes. Anhand konkreter Beispiele und globaler Zahlen und Trends gibt der Vortrag Einblick in die Arbeit moderner Zoos und ihren Auftrag für Bildung und den Erhalt der biologischen Vielfalt auf unserem Planeten.

Mi., 10.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Jörg Junhold, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 012 ○ Philosophie in der islamischen Welt

Dieser Vortrag thematisiert eine wichtige und oft unterschätzte Tradition der Geschichte der Philosophie, nämlich die Philosophie in der islamischen Welt. Die chronologischen und geographischen Grenzen dieser Tradition werden skizziert, mit einem Überblick der Verbindung zwischen arabischsprachiger und altgriechischer Philosophie. Schließlich werden einige zentrale Ideen des wichtigsten islamischen Philosophen Ibn Sina (Avicenna, gest. 1037) besprochen.

So., 14.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Peter Adamson, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 013 ○ Antisemitismus: Eine deutsche Geschichte

Peter Longerich zeigt in seinem Vortrag, dass wir den gegenwärtigen Antisemitismus in Deutschland nicht begreifen können, wenn wir ihn vor allem als Sündenbock-Phänomen verstehen, wie es hierzulande in Schule und Hochschule gelehrt wird. Denn der Blick in die Geschichte offenbart, dass

das Verhältnis zum Judentum bis heute vor allem ein Spiegel des deutschen Selbstbildes und der Suche nach nationaler Identität geblieben ist.

Do., 18.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Peter Longerich, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 014 ○ Verbreitung und Zustand der Moore in Deutschland, Europa und weltweit

Im Vortrag werden Moore in Deutschland, Europa und weltweit vorgestellt und ihre wichtige Rolle für Klima, Wasserhaushalt und die biologische Vielfalt – und damit für uns Menschen – erklärt. Daran anschließend werden Beispiele für die praktische Umsetzung für Moorschutz und zukunftsfähige, nachhaltige Moornutzung vorgestellt.

Do., 25.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Franziska Tanneberger, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 015 ○ Das Geld und der Staat

Die Macht und der Handlungsspielraum der Zentralbanken haben in den Jahren seit der globalen Finanzkrise von 2008 enorm zugenommen. Auch die Rückkehr der hohen Inflation stellt eine neue Herausforderung für diese Institutionen dar. Sind sie zu mächtig und zu unabhängig von den Regierungen geworden oder sind sie ihnen im Gegenteil zu stark untergeordnet?

Mo., 29.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
James Harold, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 016 ○ Zeitenwende im Indopazifik: Der Kollisionskurs zwischen China und den USA

Während die Welt gebannt auf die Ukraine schaut, formiert sich viele tausend Kilometer entfernt ein noch viel größerer Konflikt – China und die USA sind im Indopazifik auf Kollisionskurs. Im neuen Epizentrum der globalisierten Weltwirtschaft entscheidet sich, wer im 21. Jahrhundert tonangebend sein wird, der kapitalistisch-demokratische Westen oder das staatskapitalistisch-autokratische Regime Chinas. Die Insel Taiwan, auf die China Anspruch erhebt, ist der Dominostein, dessen Fall die ganze Sicherheitsarchitektur Asiens zum Einsturz bringen würde. Im Vortrag werden die Ursachen und der Verlauf des Konfliktes sowie die sehr unterschiedlichen Interessen der beteiligten Akteure analysiert.

Do., 02.05.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Matthias Nass, 1 x 2 UStd., gebührenfrei

Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 017 ○ Gewalt: Die dunkle Seite der Antike

Im Mittelpunkt dieses Vortrages stehen daher nicht edle Körper, die strahlende Marmorarchitektur und die literarische Hochkultur, sondern die schrecklichen Gewaltexzesse, die diese Epoche ebenfalls prägten. Wie grausam regierten die Herrscher der Antike? Wie und zu welchem Zweck wurde Gewalt dargestellt? Welche Schlüsse müssen wir aus den blutrünstigen Überlieferungen des Altertums ziehen?

So., 12.05.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Martin Zimmermann, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 018 ○ Demokratie - Warum wir Experten (nicht) vertrauen

Expertise und Wissenschaft sind sowohl für die Gestaltung des privaten als auch des öffentlichen Lebens heute von größerer Bedeutung als je zuvor. Gleichzeitig wird Expertise und Wissenschaft vermehrt attackiert und verliert ihren Status als politisch neutrale Instanz.

Mo., 03.06.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Michael Zürn, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 019 ○ Die neue Astronomie-Ära des James-Webb-Weltraumteleskops

An Weihnachten 2021 wurde das neue Flaggschiff der Astronomie gestartet: das James Webb Space Telescope (JWST). Das Infrarotobservatorium ist 1,5 Millionen Kilometer von der Erde entfernt und mit seinem 6,5-Meter-Spiegel das aktuell größte satellitengestützte Teleskop. Die ersten wissenschaftlichen Bilder wurden im Sommer 2022 veröffentlicht. Seither versetzt uns das Superinstrument mit atemberaubenden Bildern und faszinierenden Erkenntnissen immer wieder in Staunen. Es beflügelt das Erforschen von Exoplaneten, Sternen und Galaxien.

Fr., 14.06.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Andreas Müller, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online



**Gesellschaft - Politik  
- Umwelt - Lebens-  
gestaltendes Lernen**

## **VHS** **Wirtschaft und Finanzen**

### **Bildungsurlaub digital: Das liebe Geld**

Ziel dieser Bildungswoche insgesamt ist es, eine umfassende Grund- und Weiterbildung zur selbstbewussten Durchführung eigener Finanzgeschäfte zu vermitteln und das Verständnis für aktuelle geldpolitische und den damit zusammenhängenden volkswirtschaftlichen Entwicklungen zu fördern. Ergänzend ist vorgesehen zur Mitte der Woche zwei Live-Online-Vorträge eines Referenten der Deutschen Bundesbank zu präsentieren; dieser Programmpunkt kann allerdings nur vorbehaltlich positiver Terminabsprachen garantiert werden. Alle Teilnehmenden erhalten rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung die entsprechenden Zugangsinformationen zur Nutzung der Video-Konferenz-Software Zoom sowie den einheitlich für alle fünf Tage geltenden Zugangslink. Bei Fragen zum Inhalt oder auch zur Technik nehmen Sie bitte direkt mit unserem Dozenten Herrn Lehmann Kontakt auf: [vhs\\_role@web.de](mailto:vhs_role@web.de). An der Veranstaltung können auch Personen teilnehmen, die dies nicht mit einem Bildungsurlaub verbinden wollen.

### **100 O/BU Bildungsurlaub digital: Das liebe Geld (1)**

Online-Bildungswoche vom 4.-8.3.

Mo., 04.03.2024, 09:00 - 16:00 Uhr  
Roland Lehmann, 5 x 8 UStd., 260,00 EUR  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,  
Online

### **101 O/BU Bildungsurlaub digital: Das liebe Geld (2)**

Online-Bildungswoche vom 10.-14.6.

Mo., 10.06.2024, 09:00 - 16:00 Uhr  
Roland Lehmann, 5 x 8 UStd., 260,00 EUR  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,  
Online

### **102 O Geldanlage und Vermögens- aufbau - „Do it yourself“**

Wochenend-Seminar Sa. 9:30 - 16:30  
und So. 10:00 - 16:00. Wer wissen will,  
welche Instrumente und welche erprobten  
Strategien es für den privaten Anleger gibt,  
für den ist das 2-tägige Intensiv-Seminar  
zu Geldanlage und Vermögensaufbau und  
-absicherung wahrscheinlich genau der  
erste richtige Schritt, um sich eigenverant-  
wortlich zunächst einmal selbst das eigene  
Finanzportfolio zusammenzustellen. Und  
wer dann noch unsicher ist, kann seine/  
ihre Ideen einmal gegenprüfen lassen. Alle

Teilnehmenden erhalten rechtzeitig vor Be-  
ginn der Veranstaltung die entsprechenden  
Zugangsinformationen zur Nutzung der  
Video-Konferenz-Software Zoom sowie  
den einheitlich für beide Tage geltenden  
Zugangslink. Bei Fragen zum Inhalt oder  
auch zur Technik nehmen Sie bitte direkt  
mit unserem Dozenten Herrn Lehmann Kon-  
takt auf: [vhs\\_role@web.de](mailto:vhs_role@web.de)

Sa., 16.03.2024, 09:30 - 16:30 Uhr/ So.,  
17.03.2024, 10:00 - 16:00 Uhr  
Roland Lehmann, 2 x 8 UStd., 32,50 EUR  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,  
Online

### **Management des Digitalen Nachlasses**

Die Nichtkenntnis und die Nichtbearbei-  
tung des persönlichen digitalen Nach-  
lasses können zu erheblichen, nicht ge-  
wünschten negativen Folgen führen. Laut  
Bundesgerichtshof gilt für den digitalen  
Nachlass Erbrecht, und das wiederum hat  
weitreichende Auswirkungen; Stichworte  
hier sind Erbvertrag, Testament, Vorsorge-  
vollmacht, Passwortmanager, usw. Folgen-  
de Themenbereiche werden angespro-  
chen: Was versteht man unter digitalem  
Nachlass? Warum besteht hoher Rege-  
lungsbedarf? Was bedeutet das BGH-Ur-  
teil für mich? Welche Möglichkeiten habe  
ich zur Regelung? Die Veranstaltung wird  
als Online-Webinar via Zoom durchge-  
führt, der Zugangslink wird nach Anmel-  
dung rechtzeitig zugestellt. Bei Fragen zum  
Inhalt oder auch zur Technik nehmen Sie  
bitte direkt mit unserem Dozenten Herrn  
Lehmann Kontakt auf: [vhs\\_role@web.de](mailto:vhs_role@web.de)

### **103 O Management des Digitalen Nachlasses (1)**

Do., 14.03.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Roland Lehmann, 1 x 4 UStd., 30,00 EUR  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,  
Online

### **104 O Management des Digitalen Nachlasses (2)**

Do., 27.06.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Roland Lehmann, 1 x 4 UStd., 30,00 EUR  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,  
Online

### **Wissenschaft vor Ort - Phi- losophisch-digitaler Salon -**

- In Zusammenarbeit mit der RWTH NRW in  
Aachen -

### **105 M/V Wenn Dorfgemeinschaften sich für die Zukunft wappnen**

Im Vortrag soll beleuchtet werden, wel-  
chen zukünftigen Herausforderungen sich  
der ländliche Raum und damit die Dorfgemein-  
schaften jetzt stellen müssen und wie

sie diesen selbstbestimmt und eigenverant-  
wortlich begegnen können.

Mi., 20.03.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Dr. Raphaela Kell, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am  
Handwerkerzentrum 1

### **106 M/V Veganismus und das Dilem- ma des Mitgefühls - Eine ethisch-emo- tionale Perspektive**

Der Vortrag reflektiert, wie sich Menschen  
zunehmend aus tierethischen Gründen mit  
Veganismus auseinandersetzen. Dabei  
werden neben den umweltpolitischen Be-  
weggründen insbesondere die Herausfor-  
derungen und inneren Konflikte beleuch-  
tet, mit denen Veganerinnen und Veganer  
konfrontiert sind, wenn sie das Element des  
Mitgefühls gegenüber Tieren in die Debat-  
te um eine vegane Lebensweise einbrin-  
gen.

Mi., 07.02.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Dr. Raphaela Kell, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am  
Handwerkerzentrum 1

### **107 M/V Was tun gegen populistische Sprüche, gegen Vorurteile und Rassismus?**

Eine Workshopreihe zur Unterstützung des  
Ehrenamts in der Arbeit mit Geflüchteten -  
in Kooperation mit dem Kommunalen Inte-  
grationszentrum der Städteregion Aachen  
und den VHS Nordkreis Aachen, Esch-  
weiler, Stolberg. Ein Argumentationstrai-  
ning für Vielfalt, Respekt und Toleranz. Wer  
kennt die Situationen nicht - im Jugend-  
treff, während der Kaffeerunde oder beim  
Sport: Die Stimmung bei Gesprächen kippt  
bei dem Thema Migranten und Geflüch-  
tete, die zu viele und zu anders seien. Auf  
dem Sportplatz werden rassistische Paro-  
len quer über den Platz gebrüllt und online  
wird in Ihrer Blase „gesellschaftliche Viel-  
falt“ als unzeitgemäße „Sozialromantik“  
verunglimpft. Das macht Sie fassungslos,  
teils sprachlos und ein wenig ohnmäch-  
tig? Was tun? Wegschauen? Reagieren!  
Aber wie? Im Workshop werden Hinter-  
gründe von Vorurteilen, diskriminierenden  
Sprüchen beleuchtet. Es werden Kommuni-  
kations- und Verhaltensmöglichkeiten auf-  
gezeigt, um sich im Alltag für Vielfalt, Res-  
pekt und Toleranz einzusetzen. 2 Termine:  
6.3. und 7.3. Weitere Workshops zu Social  
Media Marketing (auch online), Capacitar  
- eine Methode zur Resilienzstärkung und  
Selbstheilung sowie Regulation von Nähe  
und Distanz finden Sie im Kurskalender auf  
unserer Webseite.

Mi., 06.03.2024, 18:30 - 20:00 Uhr + Do.,  
07.03.2024, 18:30 - 20:00 Uhr  
Stefan Kirschgens, 2 x 3 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am  
Handwerkerzentrum 1

**108 M Grundkurs Psychologie, Teil 2**

Themen: Vertiefung der psychologischen Perspektiven und Konzepte im Hinblick auf Anwendung und Praxisfelder. Forschungsmethoden der Psychologie. Einblick in psychische Störungen - Diagnostik und therapeutische Arbeit.

Di., 20.02.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Ulrike Scheytt, 10 x 2 UStd., 40,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

**vhs** **Länder und Kulturen****109 R/V Die Türkei - Die große Reise in das Land der Vielfalt**

Flexi-Kurs - Ein Land zwischen vier Meeren, Orient und Okzident werden verbunden durch die Galata-Brücke in Istanbul. Das Land hat sich entwickelt mit vielen Kulturen, Ethnien und religiösen Gruppierungen: eine Herausforderung - nicht nur für den Tourismus! Quo vadis Türkei?

Fr., 15.03.2024, 20:00 - 21:30 Uhr  
Ahmet Tarak, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

**110 S/V Island - Land zwischen Feuer und Eis**

Island, die größte nordatlantische Insel zwischen Großbritannien und Grönland, ist vor allem durch den Vulkanismus, bedingt durch das Zusammentreffen zweier Kontinentalplatten, in seiner Oberflächen-gestalt geprägt. Die fjordreichen Steilküsten und die klimatischen Bedingungen ließen diese Insel erst spät in das Licht der Geschichte treten. Norwegische Normanen bzw. Wikinger waren um 800 n.Chr. wahrscheinlich die ersten Besiedler der „Saga-“ und „Edda-“ Insel. 930 trafen sie sich zur Gründung des ersten Parlamentes in Thingvellir unter freiem Himmel. Island ist wie ein Lehrbuch der Erdgeschichte. Raue vulkanische Landschaft mit bizzaren Gesteinsformationen, ungezähmte Flüsse, imposante Wasserfälle, heiße Quellen als Geysire oder Thermalfelder, Gletscher und Mitternachtssonne beeindruckten den Besucher. Alle diese Erscheinungsformen weist der Südtteil der Insel auf dichtgedrängtem Raume auf, vor allem die Snaefellsnes-Halbinsel und das Urstromtal Thorsmörk. Mit Reykjavik schließlich stellt sich dem Besucher eine aufstrebende Hauptstadt vor. Der Besuch der „Blauen Lagune“ stellt schließlich den krönenden Abschluss dar.

Di., 07.05.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Hans Helmut Wiskirchen, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-1, Walter-Bachmann-Str. 40

**vhs** **Geschichte****111 R/V Hitlers Inspektionsfahrten**

Im August 1938 und Mai 1939 unternahm Hitler mit führenden Wehrmachtsoffizieren und hohen Parteimännern Inspektionsfahrten entlang des Westwalls, die aus dem Aachener Raum bis an die Schweizer Grenze führten. Sie wurden mit einem riesigen Aufgebot von Fahrzeugen und einem Sonderzug durchgeführt, so dass sie große Aufmerksamkeit in den beteiligten Eifel-Orten auslösten. Ziel der Darstellung sind nicht die Westwallanlagen, sondern die beabsichtigten und ausgelösten Mobilisierungseffekte, wie Schaulust, Jubel, Glaube, Respekt oder Angst. Diese Effekte wurden nicht nur beim deutschen Volk, sondern auch bei den westlichen Alliierten bewirkt, so dass sie kraftlos die Einverleibung Österreichs, die Eroberung der Tschechoslowakei und den Überfall auf Polen zuließen, womit dem Krieg NS-Deutschlands gegen Osteuropa die Bahn eröffnet wurde.

Di., 12.03.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Rainer Hülshager, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Rott, Saal Hütten, Quirinusstraße 15

**112 R/V Römerstraße Köln-Trier**

Nach einer allgemeinen Darstellung der sog. AgrippasträÙe als römischer Militär- und Handelsstraße wendet sich der Vortrag ihrer Bedeutung in der Spätantike ab 300 nach Christus zu. So fungierte sie als Achse der Christianisierung und Verdrängung kelto-römischer Kulte oder auch deren Weiterführung und Anpassung in christlichem Gewande. Nach einer Zeitphase der Repaganisierung (Neuverheidung) wenden sich mit dem 6. Jahrhundert die fränkischen Eroberer allmählich dem römisch-christlichen Bekenntnis zu, womit eine gewisse Kontinuität in der kelto-römischen Geschichte des Rheinlands erhalten bleibt, die Basis zum sog. heiligen römischen Reich deutscher Nation und zu der engen Verflechtung mit dem römischen Papsttum gelegt wird. So wie sich die Neuchristianisierung entlang der Römerstraße Trier- Köln vollzieht, ereignet sich auch die Neubesiedlung beiderseits dieser Achse, allerdings in weit geringerem Maße ab-

seits davon in den nordwestlichen Teilen der Eifel. Der allmähliche Verfall der Römerstraße geht einher mit neuen Erschließungswegen, die christlichem Pilgerverkehr und Handelsbeziehungen geschuldet sind.

Di., 09.04.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Rainer Hülshager, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Rott, Saal Hütten, Quirinusstraße 15

**113 R/V Pilger- und Handelswege in Eifel und Ardennen**

Thematisch knüpft das Thema an die Vorträge über die RömerstraÙen der Region an. Er zeigt auf, wie Eifel und Ardennen nach dem Verfall der RömerstraÙen im Mittelalter allmählich ins Abseits gegenüber den großen Verkehrswegen gerieten, die sich entlang der Flüsse Rhein und Mosel mithin außerhalb unserer Region Raumes entwickeln. Dazu trägt auch bei eine Verlagerung der Herrschaft deutscher Könige und Kaiser in nachkarolingische Zeit (nach ca. 900) vom rheinisch-maasländischen, fränkischen Raum nach Osten ebenso wie der Zerfall einer zentralen Staatsgewalt. Mit der Festigung des Christentums sind es insbesondere die großen Pilgerorte, wie Aachen, Kornelimünster, Trier, Santiago de Compostella und Jerusalem, die die mittelalterlichen Menschen auf große Fahrten locken und zur Ausbildung von überregionalen Pilgerwegen führen. Der Austausch von Gütern und der Personenverkehr fanden überwiegend im lokal-regionalen Raum statt. Erst mit der massenweisen Produktion, z. B. von Tuch- und Messingwaren, bildeten sich überregionale HandelsstraÙen aus.

Di., 07.05.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Rainer Hülshager, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Rott, Saal Hütten, Quirinusstraße 15

**vhs** **Rat und Recht****114 M/V Die Mieterhöhung**

Infos zu Mietspiegel, Index & Co. Eine der schwierigsten Aufgaben für den Vermieter ist die wirksame Durchführung einer Mieterhöhung. Sie bereitet keine Probleme, wenn sich der Mieter einverstanden zeigt, aber viele Hürden, wenn der Mieter nicht

Die VHS sucht immer wieder qualifizierte neue Kursleiterinnen und Kursleiter. Sollten Sie an einer Tätigkeit diesbezüglich interessiert sein, wenden Sie sich bitte an:

VHS Südkreis Aachen  
HIMO, Am Handwerkerzentrum 1, 52156 Monschau  
Tel.-Nr.: 02472-5656, Telefax: 02472-803143  
E-Mail: [vhs@vhs-suedkreis-aachen.de](mailto:vhs@vhs-suedkreis-aachen.de)

einverstanden ist und das Gericht über die Wirksamkeit einer Mieterhöhung entscheiden muss. Die hier beschriebene Infoveranstaltung behandelt ausführlich an zahlreichen Beispielen, auf welche Arten eine Mieterhöhung im Wohnraummietverhältnis durchgeführt werden kann. Die aktuelle Rechtsprechung ist jeweils berücksichtigt.

Mo., 22.04.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Árpád Farkas, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, Seminarraum Q-Bus, Am  
Handwerkerzentrum 1

### **115 S/V Sonnenstrom nutzen: Photovoltaik + Steckersolar**

In diesem Seminar informiert der Energieberater der Verbraucherzentrale NRW darüber, was wirtschaftlich und technisch nötig ist, um die selbsterzeugte Sonnenenergie ins Hausnetz einzuspeisen. Die Teilnehmenden erhalten Informationen zur Installation und Inbetriebnahme von Photovoltaikanlagen auf dem Dach und Stecker-Solargeräten auf Balkon und Terrasse. Sie erfahren, worauf bei Handwerkerangeboten und Preisen zu achten ist, und bekommen Tipps zur Überwindung von Hürden bei der Umsetzung. Auf Fragen der Teilnehmenden wird intensiv eingegangen.

Di., 16.04.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Joschka Pelzer, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-4,  
Walter-Bachmann-Str. 40

### **116 S/V Wie klappt's mit der Wärmepumpe im Bestand**

Welche Vorteile die Wärmepumpe gegenüber herkömmlichen Heizungstechnologien hat, erfahren die Teilnehmenden in diesem Seminar. Der Energieberater der Verbraucherzentrale NRW gibt den Teilnehmenden die wichtigsten Informationen zu Installation und Inbetriebnahme der Wärmepumpe an die Hand. Zudem informiert er darüber, wie die Wärmepumpe auch in Bestandsgebäuden zum Einsatz kommen kann. Außerdem gibt es Wissenswertes zu Kosten und Förderprogrammen. Auf Fragen der Teilnehmenden wird intensiv eingegangen.

Di., 14.05.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Joschka Pelzer, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-4,  
Walter-Bachmann-Str. 40

### **117 O Förderprogramme zur Gebäude-Modernisierung**

In Zusammenarbeit mit altbau plus.

Di., 23.04.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Justus Osterloh, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung,  
Online

### **118 R/V Der Strom kommt aus der Steckdose – aber wie kommt er da rein?**

Der Energiemarkt hat ein ereignisreiches Jahr hinter sich. Die kommenden Jahre werden nicht anders werden – Wärmepumpen, Elektroautos, jeden Tag 5 neue Windräder. Doch wie funktioniert eigentlich die Stromversorgung, technisch und kaufmännisch? Wer sind die Player in diesem Markt? Ein Streifzug durch die Entwicklung des Strommarktes in den letzten 25 Jahren mit einem Ausblick auf die (mögliche) Entwicklung in den nächsten Jahren.

Mi., 21.02.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

### **119 R/V Der Rentenbeginn rückt näher – und wie sind Sie vorbereitet?**

Der Ausstieg aus dem Arbeitsleben ist ein harter Schnitt, jahrelange Abläufe und Gewohnheiten enden abrupt und neue Inhalte müssen her. Aber welche? Jetzt ist man plötzlich sein eigener Vorgesetzter. Wie damit umgehen, wie kann man sich darauf vorbereiten? Es warten viele Entscheidungen zu neuen Strukturen, Gesundheit, Kommunikation / Kontakte, sinnvollen Aufgaben auf Sie. Der Kurs ist für Menschen gedacht, die vor diesem Schritt stehen und Anregungen suchen.

Mi., 07.02.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Martin Lange, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

## **Faszinierendes/ Grenzüberschreitendes**

### **120 R/V Künstliche Intelligenz – Chat GPT – worum geht es dabei?**

Im ersten Jahr nach Freigabe von ChatGPT waren alle überrascht von der Qualität der Antworten der KI. Durch die aktuellen Erweiterungen kann ChatGPT jetzt auch sehen, hören und sprechen. Wie ist das möglich und wer kann diese Technik alles nutzen?

Der Termin ist für die Interessenten, die sich bisher mit dem Thema noch nicht befasst haben, nur die Schlagzeilen in den Nachrichten dazu mitbekommen haben. Im Seminar werden die theoretischen Grundlagen der „KI“ (künstlichen Intelligenz) behandelt, anschließend gibt es eine spannende Diskussion über die Auswirkungen auf unser Leben.

Mi., 06.03.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

### **121 R/V Sudoku – Spaß, Qual oder Sucht?**

Sudoku wird als Logiktraining beworben um geistig fit zu bleiben im Alter. Aber die Strategie „probieren und radieren“ kann sehr frustrierend sein. Ein Vorteil bei Sudoku ist nicht nur, dass die Spieler eine logische Herausforderung bekommen, sondern auch, dass sie lernen, Lösungsstrategien zu erarbeiten. Sie können sogar Regeln für die Probleme erstellen und dadurch systematisch sich zur richtigen Lösung vorarbeiten. Sudoku ist daher eher ein Spiel für Strategen und den langfristigen Erfolg. Also – in der Gruppe gegenseitig Lösungsstrategien vorstellen und gleich praktisch ausprobieren. Im Seminar üben wir anhand von Papier-Beispielrätseln, stellen Online-Lösungen vor und geben Hinweise um in den Olymp des Sudoku zu gelangen.

Mi., 20.03.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

### **122 R/V Smart Home - Hausautomatisierung über ein KNX-Bussystem**

Projektbericht - Umbau eines Einfamilienhauses Baujahr 1965. KNX ist der weltweite Standard in der Gebäudeautomatisierung. Wer in das Thema einsteigt hat eine Menge Fragen: Was kostet eine Installation, was sind die Vorteile gegenüber klassischer Elektroverteilung? Wie sicher ist ein Smart Home? Ist Eigenleistung möglich? Der Dozent hat 2017 ein Einfamilienhaus saniert und mit dem Bussystem ausgestattet, neben den Grundlagen der KNX-Technik gibt es also einen Erfahrungsbericht mit den echten Kosten, Problemen und Erfahrungen.

Mi., 13.03.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Martin Lange, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

### **123 R/V Schach für Anfänger**

Für alle Schacheinsteiger bieten wir eine Einführung in das königliche Spiel. Wir zeigen die Grundlagen der Eröffnung, die Wichtigkeit der Taktiken im Mittelspiel und die Grundlagen eines kontrollierten Endspiels.

Di., 30.01.2024, 18:30 - 20:00 Uhr  
Ben Alders, 10 x 2 UStd., 40,00 EUR  
Roetgen, Schule Kapelle-Schachraum,  
Hauptstr. 95

### **124 R/V Faszination Weltall**

Flexi-Kurs - Es erwartet Sie eine spannende „Raumreise“ von der Erde bis zu den fernsten Galaxien. Wollen Sie wissen, „wie viel Sternlein stehen“ und wie groß das Weltall ist? Erleben Sie das aktuelle Bild des Kosmos mit den Planeten des Sonnensystems, der Welt der Sterne, neu entdeck-

ten Himmelskörpern bis zu den Grenzen des sichtbaren Universums. Größen und Entfernungen werden anschaulich erklärt und neueste Aufnahmen aus Astronomie und Raumfahrt präsentiert. Natürlich gibt es auch immer wieder neue Bilder von Paul Hombachs eigenen astronomischen Expeditionen zu sehen! Der Wissenschaftsjournalist und Pianist versteht es, einige Himmelsphänomene sogar musikalisch vorzustellen. Und keine Angst vor „astronomischen Zahlen“: Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Lernen Sie Ihre Umwelt kennen – im größten Sinne! Bei guter Wetterlage stellt Herr Winter von den Monschauer Sternfreunden ein Teleskop zur Live-Himmelsbeobachtung zur Verfügung.

Di., 12.03.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Paul Hombach, 1 x 2 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### **125 M/V Das Geheimnis der Gezeiten - Ebbe und Flut**

Wer war nicht schon fasziniert vom ständigen Wechsel zwischen Ebbe und Flut an unseren Küsten. Dass der Mond dabei eine Rolle spielt, ist allgemein bekannt. Doch wie ist der wirkliche Zusammenhang? Warum ist die Flut z. B. in der Bretagne höher als in Ostfriesland und warum ändert sich die Höhe am gleichen Ort während des Jahres? Wann spricht man von Nipp-, Spring- und Sturmfluten? Die physikalischen Zusammenhänge werden in diesem Vortrag mit Beispielen anschaulich erklärt.

Mi., 24.04.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Jürgen Burster, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Monschau, Stadtbücherei-Aula Realschule, Wilhelm-Jansen-Straße 5

### **126 M Märchen, Mythen und Moore**

In Kooperation mit Haus Ternell (B). Naturführung und frei erzählte Märchen und Geschichten vom Moor. Wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk; Rucksackverpflegung empfohlen. Anmeldung bis 9.2., Preis: 25,-€. Anmeldung unter 0032 87 55 23 13.

Sa., 10.02.2024, 10:30 - 15:00 Uhr  
U. Steinert, 1 x 6 UStd., gebührenfrei  
Ternell (B), Parkplatz Nahtsief, N67 Richtung Mützenich links

### **127 M Seife sieden im Kaltverfahren: Basiskurs**

In Kooperation mit Haus Ternell (B). Workshop zur Herstellung von Naturseifen. Ab 16 Jahren. Anmeldung bis 17.05., Preis 42,50 €. Bei Anmeldung nachfragen, was mitzubringen ist. Anmeldung unter 0032 87 55 23 13.

Sa., 18.05.2024, 11:00 - 15:00 Uhr  
F. Lang, 1 x 5 UStd., gebührenfrei  
Eupen (B), Naturzentrum Haus Ternell,

Monschauer Straße Ternell 2

### **128 M Faszinierende Erlebniswelt Moorlandschaft - Pflanzen, Tiere, Menschen im Hohen Venn**

In Kooperation mit Haus Ternell (B). Bitte Rucksackverpflegung vorsehen. Keine Hunde. Anmeldung bis 23.05., Preise: Erw. 15,-€/Kind 7,-€. Anmeldung unter 0032 87 55 23 13.

So., 26.05.2024, 10:30 - 14:00 Uhr  
M. Bertram, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Ternell (B), Parkplatz Nahtsief, N67 Richtung Mützenich links

### **129 S Vögel im Oberen Kalltal**

In Kooperation mit der Biologischen Station Aachen. Anmeldung erforderlich unter 02402 12617-12. Exkursion: Das obere Kalltal mit seinen Nebenbächen bietet einer Vielzahl gefährdeter Vogelarten wie Baumpieper, Feldschwirl, Neuntöter, Schwarzkehlchen und Wiesenpieper einen Lebensraum. Auf einer gemütlichen Wanderung (ca. 7 km) werden diese sehen oder hören. Nebenher werden auch Maßnahmen der Biologischen Station zum Erhalt einer eindrucksvollen Kulturlandschaft vorgestellt. Wenn vorhanden, bitte Fernglas mitbringen.

Sa., 18.05.2024, 10:00 - 13:30 Uhr  
Daniel Lück, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Simmerath, Walter-Bachmann-Str., am SimmBad

### **130 M Der Blauschillernde Feuerfalter und andere Schmetterlinge**

In Kooperation mit der Biologischen Station Aachen. Anmeldung erforderlich unter 02402 12617-12. Tagpfauenauge und Kleiner Fuchs sind den meisten Leuten bekannt. Tatsächlich kann man in der Nordeifel aber mehr als dreißig verschiedene Schmetterlingsarten auffinden. Darunter befinden sich Einige, deren Vorkommen Schmetterlingsfreunde von weither in die Eifel lockt. Auf einer ca. 8km weiten Wanderung durch das NSG Perlenbachtal/Fuhrtsbachtal werden sie vorgestellt. Darüber hinaus erfährt der Teilnehmer Wissenswertes über ihre Lebensweise und wie man ihnen im Naturschutz gerecht wird.

Sa., 08.06.2024, 10:00 - 13:00 Uhr  
Bernhard Theißen, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Monschau-Kalterherberg, Parkplatz Gut Heistert

### **131 M Lebensraum Hochmoor**

Seltene Pflanzen, wie der fleischfressende Sonnentau und Lungenenzian, Spuren von Bibern, Kreuzottern und Rotwild in einer großartigen Landschaft. 3-stündige Wanderung mit einem diplomierten Naturführer, Jäger und zertifizierten Waldführer.

Die Strecke ist unter 10 km lang und wird ca. 3 bis 4 Stunden dauern.

So., 16.06.2024, 10:00 - 13:00 Uhr  
Hermann Carl, 1 x 4 UStd., 8,00 EUR  
Mützenich, Plattevenn, Eupener Straße

### **132 M Erlebnismuseum Lernort Natur**

Die Natur „begreifen“. Über 1000 Präparate und Exponate zu sehen, zu erfühlen und zu erkennen. Schöne Geschichten aus dem Reich der Natur. Heimische Tierwelt aus ganz Deutschland von der Küste bis zu den Alpen. Erstaunlich, was es hier für eine Vielfalt gibt. Tiere aus aller Welt: Löwen, Leopard, Krokodile, eine Giraffe, viele Antilopen, ein Eisbär, ein Elch in Lebensgröße, ein Hirsch, der von Wölfen angegriffen wird, riesige Grizzlybären. Dazu unzählige Wunderdinge aus der Natur. Eine zweistündige Führung vergeht wie im Fluge. Es ist eine einmalige, mehrfach ausgezeichnete Einrichtung, die auch als außerschulischer Lernort anerkannt ist. Teilnehmerzahl: 20 Personen

So., 17.03.2024, 10:00 - 11:30 Uhr  
Hermann Carl, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Monschau, Erlebnismuseum, Burgau 15

### **133 R/V Das Darknet - wie gefährlich ist es wirklich?**

Immer wieder erscheint der Begriff Darknet in den Nachrichten und wird fast ausschließlich mit negativen Schlagzeilen in Verbindung gebracht. Deshalb steht dieser Begriff speziell in Deutschland für Kriminalität, Illegalität und Gefahr. Der Dozent knipst für Sie das Licht an und gibt Ihnen einen Einblick in die Welt des Darknets. Er gibt Antwort auf die Fragen: Wie ist dieses Netz mit Hilfe von TOR (The Onion Router) entstanden und in welchen Bereichen wird es am häufigsten eingesetzt? Was ist das Darknet wirklich und wie interessant ist es? Welche Gefahr geht tatsächlich von ihm aus? Was brauche ich, um ins Darknet zu kommen? Kann ich eine Gefahr frühzeitig erkennen? In sehr verständlicher Art und Weise erklärt der Referent die Kernpunkte und welche Zusammenhänge oder Unterschiede zwischen dem „normalen“ Internet und dem Darknet bestehen. Ein Handout mit den wichtigsten Informationen und Hinweisen wird als kurze Zusammenfassung zur Verfügung gestellt.

Di., 09.04.2024, 18:00 - 20:00 Uhr  
Lothar Zielasko, 1 x 2,666666 UStd., 5,50 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1



## Arbeit und Beruf, Alltagserleichterung

(Berufsbezogene Sprachkurse: s. unter Rubrik Sprachkurse)

### **VHS Sie sind Ihr(e) eigene(r) Meister(in)**

#### **134 M Schulabschluss nachholen - Informationsveranstaltung**

In Kooperation mit der VHS Aachen. Wer seine Schulzeit ohne Abschluss beendet hat, kann einen staatlichen anerkannten Schulabschluss auch später noch nachholen. Und wer bereits einen hat, kann einen höherwertigen Abschluss anschließen. Die Möglichkeiten, die es dafür in der Region gibt, werden im Rahmen dieser Informationsveranstaltung vorgestellt. Die Expert\*innen für den Zweiten Bildungsweg von der vhs Aachen und vhs Nordkreis Aachen erklären, welche Abschlüsse angeboten werden, wie lange die Lehrgänge dauern und welche Voraussetzungen es gibt. Zudem geben sie einen Einblick, welche Fächer unterrichtet werden, wie der Unterricht abläuft und wie die Teilnehmenden gefördert werden.

Mo., 15.04.2024, 17:00 - 19:00 Uhr  
Dr. Susanne Stemmler, 1 x 2,66666 UStd.,  
gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am  
Handwerkerzentrum 1

#### **135 R Körpersprache**

Ihre Körpersprache bestimmt zum Großteil Ihre Aussagekraft. Dazu gehören der unmittelbare Körperausdruck, die Tonlage und der Klang der Stimme. Nur zu 7 Prozent bestimmt der Wortinhalt die Wirkung

der Kommunikation. Authentisch wirkt derjenige, dessen Kommunikationskanäle ein einheitliches Bild ergeben. Folgende Themen sind Seminarinhalte: Wie funktioniert Körpersprache? Wie und wodurch spricht der Körper? Wie kann ich diese Ursprache beeinflussen? Wie ist die eigene Ausstrahlung? Was sind meine Stärken im Auftreten und wo liegt Entwicklungspotential? Wir lernen in Theorie und Praxis Körpersprache zu lesen und anzuwenden. Rollenspiele und szenisches Arbeiten dienen der Vertiefung. Nur Samstag.

Sa., 20.04.2024, 10:00 - 16:00 Uhr  
Jeanne Kohnemann, 1 x 8 UStd., 16,00  
EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr.  
1

#### **136 R Entspannt, achtsam und stressfrei durch den Alltag**

Der Alltag unserer Zeit fordert dem modernen Menschen viel ab: Vielfältige Aufgaben von Job und Familie sind in atemberaubendem Tempo zu erledigen. In diesem Seminar geht es um ihr persönliches Stress-thema: Was löst Stress in uns aus? Was können wir tun? Wir suchen individuelle Lösungen für stressige Alltagslagen. Resilienz, Selbstfürsorge, Atem- und Entspannungstechniken sowie Achtsamkeitstraining sind Themen dieses Kurses. Im Wechsel von Theorie- und Praxiseinheiten erlangen wir Freiräume zurück und neue Lebensqualität.

Sa., 09.03.2024, 10:00 - 16:00 Uhr  
Jeanne Kohnemann, 1 x 8 UStd., 16,00  
EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr.  
1

#### **137 R/V Das ABC der Pflegeversicherung. Leistungen verstehen und beantragen.**

82% der pflegebedürftigen Menschen

werden in der häuslichen Umgebung gepflegt. Dies ist eine große Herausforderung für pflegende Angehörige und ihre Familien. Die Pflegeversicherung sieht aber verschiedene Entlastungs- und Hilfsangebote vor, die häufig wenig bekannt sind. Diese werden im Vortrag praxisnah vorgestellt. Zudem informiert der Vortrag über Grundzüge des Antrags- und Begutachtungsverfahrens zur Erlangung eines Pflegegrads und wie Sie sich auf die Begutachtung durch den medizinischen Dienst vorbereiten können.

Di., 14.05.2024, 17:00 - 19:15 Uhr  
Stephan Löhmann, 1 x 3 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr.  
1

#### **138 M Workshop: Psychologische Spiele**

Sa., 16.03.2024, 10:00 - 16:30 Uhr  
Carine-Emmanuelle Dortmann, 2 x 7  
UStd., 28,00 EUR, Imgenbroich, HIMO-  
B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

#### **139 M Workshop: Nähe und Distanz - Grenzen setzen**

Sa., 23.03.2024, 10:00 - 16:30 Uhr  
Carine-Emmanuelle Dortmann, 2 x 7  
UStd., 28,00 EUR, Imgenbroich, HIMO-B2  
(Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

#### **140 R Biografisches Schreiben**

Aus jedem Leben gibt es etwas Wertvolles aufzuschreiben. Aber wo anfangen und wie alles sortieren? Kann ich das überhaupt? Und wer würde das lesen? Probieren und finde es heraus. Wenn du Lust hast, etwas aus deinem Leben zu Papier zu bringen, für die Familie, als Zeitdokument oder einfach, um im eigenen Kopf und Herz Ordnung zu schaffen, kannst du jetzt unter sachkundiger Begleitung loslegen. Beim



**Traumjobs direkt vor der Haustüre!**



**WOCHENSPIEGEL**  
Stellenmarkt

Jetzt Traumjob finden unter  
[jobs.wochenspiegellive.de](http://jobs.wochenspiegellive.de)

Schreiben erfährst du Interessantes über dich und dein unverwechselbares Leben. Du kannst in der Gruppe Erinnerungen teilen, Handwerkliches dazulernen und dir selbst schreibend auf die Spur kommen. Bitte bring Papier und Stift mit.

Mo., 19.02.2024, 16:30 - 18:45 Uhr  
Uta Kegel, 10 x 3 UStd., 60,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### Die Herz über Kopf Methode

Eine einfache Formel für ein glückliches Leben. Wer bist Du? Wer möchtest du sein? Wo willst Du hin? Eine spannende Reise zu Dir selbst... Hör' auf die Stimme Deines Herzens. Möchtest Du in Deinem Leben etwas verändern? Dann bist du hier genau richtig.

### 141 R Herz über Kopf 1

Mo., 26.02.2024, 18:45 - 20:45 Uhr  
Astrid Wittgen, 1 x 2,66666 UStd., 5,50 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 142 M Herz über Kopf 2

Do., 21.03.2024, 19:00 - 21:00 Uhr  
Astrid Wittgen, 1 x 2,66666 UStd., 5,50 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

### 143 M Robotik-Family-Nachmittag

Beim Robotik-Family-Nachmittag können Kinder im Grundschulalter zusammen mit ihren Eltern, Großeltern oder anderen begeisterten Erwachsenen verschiedene Stationen zu Robotik und co. ausprobieren. Angeboten werden unter anderem der Holzroboter Cubetto, den die Familien auf einer Hafenrundfahrt begleiten können, der BeeBot, der eine Biene, die nicht flie-

gen, aber fahren kann und gerne Honig sammeln möchte und die WeDo-Modelle, die verschiedene Sensoren mitbringen und mittels Tablet programmiert werden. Ein Highlight im wahrsten Sinne des Wortes sind die Ozobots, die mittels farbiger Linien (auf dem Tablet oder auf Papier) programmiert werden.  
Teilnehmerzahl: max. 5 Familien (sprich 1-3 Kids im Grundschulalter mit 1-2 Erwachsenen)

Fr., 07.06.2024, 16:30 - 18:30 Uhr  
Prof. Dr. Nadine Bergner, 1 x 2,6666 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

### EDV

### 200 M Keine Angst vor dem Computer f. Senior:innen, Teil 1: Grundlagen und Windows

Anfängerkurs ohne Vorkenntnisse. Der Kurs richtet sich an Anfänger ohne oder nur geringen Vorkenntnisse und vermittelt die Grundlagen im Umgang mit dem Computer und Windows 10/11. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do., 20.-22.02.

Di., 20.02.2024, 09:00 - 12:45 Uhr  
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 37,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### 201 M Keine Angst vor dem Computer f. Senior:innen, Teil 2: Windows und Dateiverwaltung

Der Kurs baut auf die Grundlagen aus Kurs 200 M auf. Neben weiteren Windows Grundlagen wird der Umgang mit Dateien, Ordern, Laufwerken vermittelt. Außerdem wird die Verwaltung von Programmen (z.B. Downloads, De-/Installation) gezeigt.

Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem PC und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do., 5.-7.3.

Di., 05.03.2024, 09:00 - 12:45 Uhr  
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 37,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### 202 M Keine Angst vor dem Computer f. Senior:innen, Teil 3: Internet und E-Mail

Aufbaukurs Teil 2. In diesem Kurs erhalten Sie nötigen Grundlagen, um sich im Internet richtig und vor allem sicher zu bewegen. Neben dem Aufbau und die Arbeitsweise des Internets wird auch das Thema Datenschutz und die Sicherheit (z.B. Virenschutz). Ein weiteres Thema ist der richtige Umgang mit E-Mails. Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem PC und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do., 19.-21.3.

Di., 19.03.2024, 09:00 - 12:45 Uhr  
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 37,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### 203 M Keine Angst vor dem Computer f. Senior:innen, Teil 4: Texte schreiben und Fotos bearbeiten

Aufbaukurs. Dieser Kurs zeigt, aufbauend auf den Grundlagen aus den Teilen 1-3, die Eingabe und Bearbeitung von Texten und der Umgang mit Fotos am Computer. Es wird auch gezeigt, wie man Texte und Fotos mischen kann.  
Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem PC und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do., 16.-18.4.

Di., 16.04.2024, 09:00 - 12:45 Uhr  
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 37,00 EUR



## Serviceprofi bei Hard-/Software und Dienstleistungen



- ▲ Günstige Notebooks, PC-Systeme, Tablets u. Smartphones aller Hersteller
- ▲ Gebrauchte Geräte mit Windows u. Garantie
- ▲ Reparatur & Service auch bei Ihnen vor Ort

**Kompetent & zuverlässig**

**rader**  
**Computer & Service**

[www.rader-computer.de](http://www.rader-computer.de) • [info@rader-computer.de](mailto:info@rader-computer.de)

Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **204 M Keine Angst vor dem Computer f. Senior:innen, Teil 5: Erstellen eines Fotobuches am PC**

Aufbaukurs. Der Kurs zeigt, wie man mit Fotos ein eigenes Fotobuch am Computer erstellen kann. Bitte bringen Sie einen USB Stick mit Fotos (ca. 30-50 Fotos), die in das Fotobuch übernommen werden sollen. Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem PC und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. D.-Do., 14.-16.5.

Di., 14.05.2024, 09:00 - 15:00 Uhr  
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 37,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **205 M Computer Vertiefungskurs für Senior:innen**

Der Kurs richtet sich an Senior:innen, die bereits Grundkenntnisse wie sie in den Grundlagenkurs vermittelt wurden und diese ausbauen möchten. Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem PC und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do., 4.-6.6.

Di., 04.06.2024, 09:00 - 12:45 Uhr  
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 37,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **206 M PC-Cafe für Senior:innen**

In unserem PC-Smartphone Cafe werden Grundkenntnisse aufgefrischt, Fragen beantwortet und neue Programme/Apps vorgestellt. Sie können Ihr eigenes Notebook mitbringen. Bitte denken Sie daran Ihre Passwörter/PINs dabei zu haben. Das PC-Cafe findet 14tägig jeweils freitags von 9-12.45 Uhr statt. Termine: 16.02., 01.03., 15.03., 05.04.2024. Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem PC und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €.

Fr., 16.02.2024, 09:00 - 12:45 Uhr  
Jürgen Hilbich, 4 x 5 UStd., 47,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **207 M Der richtige Umgang mit dem Smartphone/Tablet für Senior:innen**

Das Smartphone/Tablet gehört heute zum Alltag und fast jeder besitzt eins bzw. möchte sich eins anschaffen. Um allerdings ein Smartphone/Tablet sicher und effizient einsetzen zu können, sind einige Grundlagen notwendig die oft fehlen. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger, die den richtigen und sicheren Umgang mit dem Smartphone/Tablet erlernen möchten. Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr Smartphone und alle

PIN/Passwörter mit. Achten Sie bitte darauf, dass der Akku aufgeladen ist bzw. bringen sie das Netzteil mit, um das Smartphone notfalls laden zu können. Es werden nur Smartphones mit Android behandelt, für iPhones gibt es einen extra Kurs. Di. – Do., 11.-13.06.

Di., 11.06.2024, 09:00 - 12:45 Uhr  
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 37,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **208 M WhatsApp mit dem Smartphone und Tablet f. Senior:innen**

Für viele Menschen ist die Nutzung von WhatsApp auf dem Smartphone eine absolute Selbstverständlichkeit. Wer damit nicht zurechtkommt und sich eine verständliche Einführung wünscht, sollte diesen Kurs besuchen. Die Teilnehmenden werden Schritt für Schritt an WhatsApp herangeführt und lernen gemeinsam mit Gleichgesinnten. Hier muss sich niemand für seine Unwissenheit schämen, denn es ergeht allen Teilnehmenden sehr ähnlich. Von der Installation auf dem Smartphone/Tablet oder PC bis zum Thema Sicherheit wird alles behandelt, was für den richtigen Einsatz von WhatsApp notwendig ist.

Sa., 15.06.2024, 09:00 - 14:15 Uhr  
Jürgen Hilbich, 1 x 7 UStd., 21,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **209 M Smartphone und Tablet im Alltagseinsatz**

Gerade im Alter bzw. bei gewissen körperlichen Einschränkungen sind die kleinen Smartphone sehr schwer zu bedienen. Es gibt aber Alternativen wie Senioren Smartphones oder Tablets, die technisch gesehen nichts anderes wie große Smartphones sind. Diese Infoveranstaltung möchte darüber informieren, was es als Alternativen gibt, worauf man achten muss und welche Programme (Apps) hilfreich sein können. Tablets lassen sich mit bestimmten, meist kostenlosen, Apps zu richtigen Kommunikationszentren ausbauen, die den Kontakt zu Angehörigen möglich machen und das sehr bedienerfreundlich.

Sa., 09.03.2024, 09:00 - 14:15 Uhr  
Jürgen Hilbich, 1 x 7 UStd., 21,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **210 M Den Computer richtig einsetzen – Grundlagen (für Frauen)**

Anfängerkurs ohne Vorkenntnisse. Dieser Kurs vermittelt die nötigen Grundlagen im Umgang mit Windows 10 und richtet sich an Anfänger ohne oder mit nur geringen Vorkenntnissen. Themen sind u.a. der Umgang mit dem Computer (PC oder Notebook), Grundlagen im Umgang mit

Windows 10, Dateien richtig speichern, verwalten und wiederfinden, Umgang mit Speichermedien wie Festplatte, USB-Stick usw. Außerdem werden die wichtigsten Programme am Computer besprochen. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Di.-Do., 23.-25.4.

Di., 23.04.2024, 09:00 - 12:45 Uhr  
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 37,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **211 M Grundlagen im Umgang mit dem Internet (für Frauen)**

In diesem Kurs erhalten Sie die nötigen Grundlagen, um sich im Internet richtig und vor allem sicher zu bewegen. Neben der Arbeitsweise und dem Aufbau des Internets, wird der richtige Umgang mit dem Internet und dem E-Mail-Diensten gezeigt. Weiteres Thema ist die Sicherheit im Internet (Onlinebanking, Bezahlen im Internet). Vorkenntnisse: Grundlagen im Umgang mit dem Computer und Windows 10/11. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Mo.-Mi., 27.-29.5.

Mo., 27.05.2024, 09:00 - 12:45 Uhr  
Jürgen Hilbich, 3 x 5 UStd., 37,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **212 M 10-Finger-Tastenschreiben am PC - Crashkurs**

Auch für Schülerinnen und Schüler geeignet. In diesem Kurs werden die Grundlagen des 10-Finger-Tastenschreibens am PC vermittelt. Erlernen Sie das 10-Fingersystem an nur einem Wochenende, nach einer neuen und erfolgreichen Methode. Lange Schreibmaschinenkurse gehören der Vergangenheit an. Nicht nur im Beruf, auch in der Schule und im privaten Bereich bringt das Erlernen der 10-Finger-Technik einen Zeitvorteil. Bitte bringen Sie einen leeren USB-Stick mit. Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem Computer und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Wochenendkurs: Sa. 16.3. und So. 17.3., je von 9:00 - 15:00 Uhr

Sa., 16.03.2024, 09:00 - 15:00 Uhr  
Jürgen Hilbich, 2 x 8 UStd., 39,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **213 M Excel für Anfänger und Genervte**

Die Tabellenkalkulation von Microsoft Excel wird in immer mehr Bereichen des täglichen Lebens eingesetzt aber nur selten wirklich richtig gelernt. Da werden einem ein paar Grundlagen zu Hause beigebracht, anderes schaut man sich auf der Arbeit ab und dann versucht man sich durchzukämpfen. Nicht selten sieht das Er-

gebnis dann so aus, dass man es genervt aufgibt oder das Programm nur dann einsetzt, wenn es gar nicht anders geht. Hier setzt dieser Kurs an, in dem Sie die wirklich wichtigen Grundlagen erlernen und dann darauf aufbauend weitere Kenntnisse aneignen können. Sie werden schnell sehen, mit dem richtigen Wissen kann man jedes Problem lösen und Excel wird zu einem Werkzeug, das Ihnen Zeit, Arbeit und Nerven sparen kann. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Wochenendkurs: Sa 25.5. und So. 26.5.

Sa., 25.05.2024, 09:00 - 15:00 Uhr  
Jürgen Hilbich, 2 x 8 UStd., 39,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **214 M Microsoft Word für Anfänger und Genervte**

Der Kurs richtet sich an Anfänger ohne oder nur mit geringen Word-Kenntnissen. Neben den Grundlagen der Textbearbeitung, der Textformatierung, das Erstellen von Tabellen in Word, werden auch der Seriendruck und das Einbinden von Grafiken in Texte behandelt. Voraussetzung: Umgang mit dem Computer und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Wochenendkurs: Sa. 4.5. und So. 6.5.

Sa., 04.05.2024, 09:00 - 15:00 Uhr  
Jürgen Hilbich, 2 x 8 UStd., 39,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **215 M Fotos am PC bearbeiten mit Affinity Photo**

Eine kostengünstige Alternative zu Photoshop (ohne Cloud oder Abo) für Hobby- und Profifotografen. Für Bildentwicklung, Bildbearbeitung und Bildmontage. Das Programm ähnelt in seinen Grundzügen und Funktionen stark Photoshop und ersetzt dies in fast jeder Hinsicht vollwertig. Es kann auch auf Apple Tablets genutzt werden. Mit einem Preis von knapp 80 Euro liegt es auch weit unter dem der bekannten Programme. Im Kurs lernen Sie die Oberfläche von Affinity Photo kennen und bedienen. Sie lernen Grundlagen professioneller Bildbearbeitung kennen, wie das Ausfiltern von Farbstichen, Retuschieren von Bildern, Aufbau von Montagen und das Anlegen von Masken. Voraussetzung: Umgang mit dem Computer und Windows 10. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Wochenendkurs: Sa. 1.6. und So. 2.6.

Sa., 01.06.2024, 09:00 - 15:00 Uhr  
Jürgen Hilbich, 2 x 8 UStd., 39,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **216 M Das eigene Notebook richtig einrichten und optimieren**

Oft werden Notebooks mit unnötigen Programmen und nicht wenig optimal eingerichtet (Testversionen, Abo-Fallen, Werbung usw.) In diesem Kurs sollen alle Probleme behoben, unnötige Programme entfernt und die persönliche Sicherheit gewährleistet werden. Ältere Notebooks werden im Kurs ebenfalls optimiert. Bringen Sie alle Passwörter zum Kurs mit. Wenn Sie zu einem der anderen Kurse Ihr eigenes Notebook einsetzen möchten, ist dieser Kurs Voraussetzung dafür. Voraussetzungen: Grundlagen im Umgang mit dem PC und Windows. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 10,00 €.

Sa., 24.02.2024, 09:00 - 14:15 Uhr  
Jürgen Hilbich, 1 x 7 UStd., 21,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **217 M Windows 11 auf dem eigenen Notebook**

Nur mit dem eigenen Notebook und Windows 11. Dieser Kurs bietet einen Einstieg in die Bedienung von Windows 11. Themen sind die Benutzeroberfläche von Windows 11, Einstellungen, Datenschutz und Sicherungsfunktionen richtig nutzen. Bringen Sie Ihre Passwörter und PINs mit. Umlage für Materialkosten und Kursbegleitmappe 15,00 €. Sa., 13.04. und So., 14.04.

Sa., 13.04.2024, 09:00 - 15:00 Uhr  
Jürgen Hilbich, 2 x 8 UStd., 39,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **218 M/BU Textverarbeitung (Word) und Elektronischer Schriftverkehr nach DIN 5008**

Der richtige Umgang im Elektronischen Schriftverkehr gehört heute zu den Grundlagen sowohl im Berufsleben als auch im Privatleben. Die DIN 5008 (Stand 2020) gibt genaue Vorgaben, wie Briefe, Dokumente, Seriendruck und E-Mails aussehen sollten. Der Kurs gibt eine umfangreiche Einführung in die Textverarbeitung Word (2013-2021), das Erstellen von E-Mails (Aufbau), Umgang und Erstellen von PDF-Dateien, alles auf Basis der DIN 5008. Außerdem bietet der Kurs den Teilnehmenden die Möglichkeit, das 10-Finger Tastenschreiben zu erlernen. Materialkosten: 20,00 Euro. Mo. – Fr., 08.04 – 12.04.

Mo., 08.04.2024, 09:00 - 14:15 Uhr  
Jürgen Hilbich, 5 x 7 UStd., 77,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **Kreativ mit LINUX und freier Software: Arbeitstreffen LINUX-Gruppe**

Bei den Monatstreffen werden Themen vorgeschlagen, die wir gemeinsam verste-

hen und bei diesen Treffen realisieren wollen. Da wir auch fast alle Arbeiten am PC mit LINUX erledigen können, werden wir uns bei den Arbeitstreffen auch der Installation und Handhabung von Anwendungsprogrammen auf unserem LINUX-PC/Laptop widmen. Nach den Wünschen der Teilnehmer werden wir bei Bedarf auch Referenten anderer LINUX-Gruppen einladen, damit wir die zahlreichen Themen und Schwerpunkte von LINUX insgesamt kennen lernen können. Termine: 11.01., 15.02., 21.03., 18.04., 16.05., 20.06.

### **219 M Kreativ mit LINUX 1**

Do., 11.01.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Karl-Heinz Buchenthal-Heggen, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **220 M Kreativ mit LINUX 2**

Do., 15.02.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Karl-Heinz Buchenthal-Heggen, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **221 M Kreativ mit LINUX 3**

Do., 21.03.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Karl-Heinz Buchenthal-Heggen, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **222 M Kreativ mit LINUX 4**

Do., 18.04.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Karl-Heinz Buchenthal-Heggen, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **223 M Kreativ mit LINUX 5**

Do., 16.05.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Karl-Heinz Buchenthal-Heggen, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **224 M Kreativ mit LINUX 6**

Do., 20.06.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Karl-Heinz Buchenthal-Heggen, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **225 M Startup 1x1 Fotografie - Grundlagenworkshop**

Ziel dieses Workshops ist es, die vielseitigen, technischen Funktionen Ihrer Fotokamera besser zu kennen und für Ihre Bildideen bewusst einsetzen können. Dabei unterstützt Sie Roland Artur Berg, langjährig erfahrener Fototrainer. Im Workshop vermittelt er diese Themen: Belichtung, Weißabgleich, Autofokus, Schärfentiefe, sowie die Wahl des richtigen Objektivs. Ihr hinzugewonnenes Wissen wird unter

professioneller Anleitung sofort im Workshop ausprobiert und Fehler korrigiert. So gewinnen Sie noch mehr Sicherheit in der Anwendung. Bringen Sie Ihre eigene Spiegelreflex-, Bridge- oder Systemkamera mit. Lernende, die noch keine Kamera besitzen, können mit der vorhandenen Ausrüstung arbeiten. Umlage für Handout und Arbeitsmaterial 6,- €.

So., 24.03.2024, 10:00 - 16:15 Uhr  
Roland Artur Berg, 1 x 8 UStd., 16,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

### 226 M Smartphone-Fotografie

Bahnbrechende Kamerainnovationen und das innovative Design heben Smartphone-Fotografie auf ein neues Level gehoben. Mittlerweile hat die Verwendung von Smartphones in der professionellen Fotografie Einzug gehalten. Viele Ereignisse lassen sich spontan und diskret festhalten. Dieser Workshop vermittelt das Knowhow über die Vorbereitung, Aufnahme, Bildgestaltung und Präsentation in der Smartphonefotografie. Von Profis häufig genutzte Apps werden vorgestellt. Die weiteren Themen: Grundlagen des Lichts, Kontraste, Linienführung und Bildkomposition. Der Workshop bietet genug Raum das Erlebte mit seinem eigenen Smartphone vor Ort umzusetzen. Bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablett mit ausreichend Speicher für die praktischen Übungen mit. Dieser Workshop eignet sich für Teilnehmer\*innen, die die Fotografie beruflich nutzen wollen. Ebenso sind alle Interessierten willkommen, die das Berufsfeld Fotografie näher kennenlernen wollen, entweder als Orientierungskurs für die Berufswahl oder zur Vorbereitung auf den Beruf.

So., 26.05.2024, 10:00 - 16:15 Uhr  
Roland Artur Berg, 1 x 8 UStd., 16,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

### 227 M/BU Bildungswoche: Word - Excel - Powerpoint

In diesem Kurs werden in verständlicher Sprache und mit leicht nachvollziehbaren Übungen Möglichkeiten aufgezeigt, wie PC-Programme eingesetzt werden können, um Aufgaben zu lösen, die in Alltag und Beruf immer wieder anfallen. Es wird mit Office 2016 und Windows 10 oder 11 gearbeitet. Inhalte: Texte gestalten; Korrespondenz im Griff haben; Faltblätter erstellen und Texte in Spalten einfügen; Broschüren & Co erstellen; Ordnung in Dateien und Ordner bringen; Fotos mit Powerpoint präsentieren; Tabellen, Berechnungen und Diagramme mit Excel erstellen. Anerkennung als Bildungsurlaub nach Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) des Landes NRW möglich. Bescheinigung für den Arbeitgeber wird auf Wunsch aus-

gestellt. Auch Personen ohne Antrag Bildungsurlaub können teilnehmen. Bildungswoche, Mo. – Fr., 11.03. – 15.03.

Mo., 11.03.2024, 09:00 - 14:00 Uhr  
Lothar Zielasko, 5 x 6 UStd., 60,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### 228 M Smartphone für Senior:innen - ein Buch mit 7 Siegeln, muss nicht sein

Ein Leben ohne Smartphone – nahezu unmöglich. Je später der Einstieg erfolgt, umso größer ist die Angst vor der Technik. Zunächst gibt es einen Überblick zur Technik und zu den Kosten und dann werden die wichtigsten Anwendungen (Apps) vorgestellt. Und wie sieht es mit der Sicherheit aus? Hierzu einige Tipps für den täglichen Umgang. Bringen Sie ihr Smartphone und Ihre Fragen dazu mit. 2 Termine: 19.2. und 4.3.

Mo., 19.02.2024, 10:00 - 11:30 Uhr  
Martin Lange, 2 x 2 UStd., 8,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1



Sprachen  
Sprachen  
Sprachen

**DEUTSCH**

### NEU:

Sprachenberatung und Einstufung  
**Einmal monatlich dienstags 12.45 - 13.30 Uhr**

Erster Termin: 30.01.2024  
Weitere Termine sind: 05.03., 09.04.,  
07.05., 04.06.2024

### 300 M Deutsch als Zweitsprache - Frühstunde „Lesen und Schreiben“, Teil 1

Dieser Kurs richtet sich an alle neuen Mitbürger, Jung und Alt, die besser lesen und schreiben lernen möchten. Die ersten Vorkenntnisse eines A1.1 Kurses sollten vorhanden sein, denn wir lesen gemeinsam ein kleines Buch mit der Behandlung einfacher Grammatik, welche das bisher Gelernte wiederholt und vertieft. Eine gute Aussprache und Intonation, Rechtschreibung sowie Schreibsicherheit zu erlangen und unbefangen vorlesen zu können sind die Lernziele dieses Kurses. Literatur: Wird noch bekannt gegeben. Mo. und Mi.

Mo., 29.01.2024, 08:30 - 09:15 Uhr  
Vera Monterey, 15 x 1 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### 301 M Deutsch als Zweitsprache - Frühstunde „Lesen und Schreiben“, Teil 2

Fortführungskurs von 300M (Teil 1). Mo. Und Mi.

Mo., 08.04.2024, 08:30 - 09:15 Uhr  
Vera Monterey, 16 x 1 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### 302 M Deutsch als Zweitsprache - A1.2/A2.1, Intensiver Deutschkurs am Vormittag, Teil 1

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger mit



**FAHRSCHULE  
DRIVE  
CONCEPT**

*„Your success is our claim“*

**Inh. Dirk Klauen**

**0157-83 77 07 83**

 **drive.concept**

**Öffnungszeiten:**  
Di./Do./ von 17:00 bis 19:30 Uhr  
Mi./Fr. geschlossen  
Samstag von 10:30 bis 13:00 Uhr

**52152 Simmerath, Hauptstraße 7**

Vorkenntnissen, die an drei Vormittagen in einem normalen Lerntempo Deutsch lernen und vertiefen möchten. Ein anschaulicher und abwechslungsreicher Unterricht mit vielen lebensnahen Themen aus Alltag und Beruf behandelt sowohl Schrift, Sprache, Phonetik, Wortschatzbildung und Grammatik. Digitale Tafelmedien unterstützen das Lernziel. Lehrwerke: „Berliner Platz 1“, NEU vom Klett Verlag und „Komm, wir lernen einfach Deutsch“ von Lothar Strunk. Der Kurs führt zum Sprachniveau A1 des Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens (GER) und strebt das Lernziel A2 an. Mo., Mi. und Fr.

Mo., 29.01.2024, 09:30 - 12:30 Uhr  
Vera Monterey, 22 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **303 M Deutsch als Zweitsprache A2.1, Intensiver Deutschkurs am Vormittag, Teil 2**

Fortführungskurs von 302M: Deutsch als Zweitsprache A1.2/2.1, Intensiver Deutschkurs am Vormittag, Teil 1. Mo., Mi. und Fr.

Mo., 08.04.2024, 09:30 - 12:30 Uhr  
Vera Monterey, 24 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **304 M Deutsch als Zweitsprache - A1.1/A1.2, Intensiver Deutschkurs am Vormittag, Teil 1**

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die an zwei Vormittagen in einem langsamen bis normalen Lerntempo Deutsch lernen und vertiefen möchten. Ein anschaulicher und abwechslungsreicher Unterricht mit vielen lebensnahen Themen aus Alltag und Beruf behandelt sowohl Schrift, Sprache, Phonetik, Wortschatzbildung und Grammatik. Lehrwerke: „Berliner Platz 1“, NEU vom Klett Verlag und „Komm, wir lernen einfach Deutsch“ von Lothar Strunk. Der Kurs führt zum Sprachniveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Di. und Do.

Di., 30.01.2024, 09:30 - 12:30 Uhr  
Vera Monterey, 14 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **305 M Deutsch als Zweitsprache A1.2, Intensiver Deutschkurs am Vormittag, Teil 2**

Fortführungskurs von 304M: Deutsch als Zweitsprache A1.1/A1.2, Intensiver Deutschkurs am Vormittag, Teil 1. Di. und Do.

Di., 09.04.2024, 09:30 - 12:30 Uhr  
Vera Monterey, 15 x 4 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **306 M Deutsch als Zweitsprache, A1.2/A2.1 am Abend, Teil 1**

Dieser Kurs für Berufstätige richtet sich an Fortgeschrittene, die an zwei Abenden in einem normalen bis zügigen Lerntempo Deutsch lernen und vertiefen möchten. Ein anschaulicher und abwechslungsreicher Unterricht mit vielen lebensnahen Themen aus Alltag und Beruf behandelt sowohl Schrift, Sprache, Phonetik, Wortschatzbildung und Grammatik. Lehrwerke: „Berliner Platz 1 und 2“, NEU vom Klett Verlag und „Komm, wir lernen einfach Deutsch“ von Lothar Strunk. Der Kurs führt zum Sprachniveau A2 des Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens (GER). Mo. und Mi.

Mo., 29.01.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Vera Monterey, 15 x 2 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **307 M Deutsch als Zweitsprache, A2.1 am Abend, Teil 2**

Fortführungskurs von 306M: Deutsch als Zweitsprache am Abend, A1.2/2.1, Teil 1

Mo., 08.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Vera Monterey, 16 x 2 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **308 M DaF/DaZ A1.1 am frühen Abend, Teil 1**

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger/innen mit leichten Vorkenntnissen, die zwei mal in der Woche am frühen Abend die Deutsche Sprache erlernen wollen. Ein anschaulicher und abwechslungsreicher Unterricht mit vielen lebensnahen Themen aus Alltag und Beruf behandelt sowohl Schrift, Sprache, Phonetik, Wortschatzbildung und Grammatik. Lehrwerke: „Berliner Platz, NEU, Band 1 vom Klett Verlag und „Komm, wir lernen einfach Deutsch“ von Lothar Strunk sowie weiterführende Literatur. Der Kurs führt zum Sprachniveau A1 und strebt das Gesamtlernziel A2 des Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens (GER) an. Di. und Do.

Di., 30.01.2024, 17:45 - 19:15 Uhr  
Vera Monterey, 14 x 2 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **309 M DaF/DaZ A1.1/A1.2 am frühen Abend, Teil 2**

Fortführungskurs von 308M: DaF/DaZ am frühen Abend, Teil 1

Di., 30.01.2024, 17:45 - 19:15 Uhr  
Vera Monterey, 15 x 2 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **310 M DaF/DaZ - „Cool & Relaxed“ in die Prüfung - Prüfungsvorbereitungs-**

### **kurs für A2 & B1**

Dieser Kurs richtet sich an Fortgeschrittene, die ihre Deutschkenntnisse festigen und gerne die A2 und/oder B1 Prüfung ablegen wollen. Ein anschaulicher und abwechslungsreicher Unterricht mit unterschiedlichsten Themen aus Kultur, Freizeit, Alltag, Familie und Beruf behandeln sowohl die „Fallstricke der Deutschen Sprache“, die Prüfungsvorbereitung als auch den mündlichen und schriftlichen Ausdruck, Phonetik, Wortschatzbildung und Grammatik. Der Kurs führt zum Sprachniveau A2, bzw. B1 (GER), mit dem Lernziel B1/B2. Lehrwerke: „Berliner Platz, NEU, Band 2 und 3 vom Klett Verlag, Übungsgrammatik für die Grundstufe (A2-B1), Verlag Liebaug-Dartmann sowie mit weiterführender Literatur.

Di., 30.01.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Vera Monterey, 15 x 2 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **311 M Deutsch als Zweitsprache - von furchtbar gut bis ultra cool - Niveau B2**

Dieser Kurs richtet sich an sehr gute Fortgeschrittene, die ihre Deutschkenntnisse erweitern und mit anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern mit riesig viel Spaß kommunizieren wollen. Ein anschaulicher und abwechslungsreicher Unterricht mit unterschiedlichsten Themen aus Literatur und Theater, Freizeit, Alltag, Familie und Beruf behandeln sowohl die „Fallstricke der Deutschen Sprache“, als auch Schrift, Sprache, Phonetik, Wortschatzbildung und Grammatik. Darüber hinaus arbeiten wir mit Übungen aus dem „Kreativen Schreiben“ und dem beruflichen und literarischen Schreiben. Der Kurs führt zum Sprachniveau B2 (GER) mit dem Lernziel C1. Lehrwerke: „Berliner Platz, NEU, Band 4 vom Klett Verlag, Übungsgrammatik für die Grundstufe (A2-B1) und Mittelstufe (C1), Verlag Liebaug-Dartmann sowie mit weiterführender Literatur.

Mo., 29.01.2024, 17:45 - 19:15 Uhr  
Vera Monterey, 15 x 2 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **312 R Deutsch als Fremdsprache, „Je später der Abend, desto...“, B1**

Dieser Kurs richtet sich an gute Fortgeschrittene, die ihre Deutschkenntnisse festigen und ggf. gerne die B1/B2 Prüfung ablegen wollen. Ein anschaulicher und abwechslungsreicher Unterricht mit unterschiedlichsten Themen aus Kultur, Freizeit, Alltag, Familie und Beruf behandeln sowohl die „Fallstricke der Deutschen Sprache“, die Prüfungsvorbereitung als auch Sprache, Phonetik, Wortschatzbildung und Grammatik. Der Kurs führt zum Sprachniveau B1 (GER) mit dem Lernziel B2. Lehr-

werke: Berliner Platz 1, Band 3, Klett Verlag; Übungsgrammatik für die Grundstufe, Verlag Liebaug-Dartmann sowie mit weiterführender Literatur.

Mo., 29.01.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Joachim Korth, 16 x 2 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 313 R Vorbereitung auf den Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ)

Wie kann man die „Lesen“ und „Hören“ Teile des DTZ optimal bewältigen? In dieser Veranstaltung möchten wir bewährte Tipps für diese DTZ-Teile vorstellen, wichtigen Lernstoff kurz wiederholen und einige Übungen gemeinsam durchführen. Voraussetzung: Sie haben bereits die Stufe A2.1 abgeschlossen.

Fr., 15.03.2024, 09:00 - 12:15 Uhr  
Marta De Gerdas, 1 x 4 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 314 R Deutsch als Fremdsprache - Kurs A

Flexi-Kurs -

Sa., 03.02.2024, 12:00 - 13:30 Uhr  
Ahmet Tarak, 16 x 2 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 315 R Deutsch als Fremdsprache - Kurs B

Flexi-Kurs -

Sa., 03.02.2024, 15:30 - 17:00 Uhr  
Ahmet Tarak, 16 x 2 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 316 R Deutsch als Fremdsprache - Kurs C

Flexi-Kurs -

So., 04.02.2024, 16:00 - 17:30 Uhr  
Ahmet Tarak, 16 x 2 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 317 R Deutsch als Fremdsprache - Kurs D

Flexi-Kurs -

So., 04.02.2024, 17:30 - 19:00 Uhr  
Ahmet Tarak, 16 x 2 UStd., gebührenfrei  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 318 R Deutsch als Fremdsprache - Kurs E

Flexi-Kurs -

Sa., 03.02.2024, 10:00 - 11:30 Uhr  
Ahmet Tarak, 16 x 2 UStd., gebührenfrei  
Rott, Jugendhaus, Quirinustr. 43

## ENGLISCH

### 319 M/BU Bildungswoche: Englisch

### für Anfänger (auch mit leichten Vorkenntnissen)

Bildungswoche vom 22.4. bis 26.4., Headway A1, ISBN 978-0-19-474123-1

Mo., 22.04.2024, 08:00 - 13:00 Uhr  
Dieter Lorenzen, 5 x 6 UStd., 60,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

### 320 M/BU Bildungswoche: Englisch für Anfänger

Bildungswoche vom 18.3 bis 22.3. Auch für Teilnehmende, deren Muttersprache nicht Deutsch ist. Headway A1, ISBN 978-0-19-474123-1

Mo., 18.03.2024, 08:00 - 13:00 Uhr  
Joachim Korth, 5 x 6 UStd., 60,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

### 321 R Let's Enjoy English! A1/A2

Dieser Kurs richtet sich an alle Altersgruppen mit geringen Vorkenntnissen, die ihr Englisch ausbauen möchten. Lernen mit Muße. d.h. Gelerntes wird auf vielfältige Weise und so oft wie nötig wiederholt. Die Schwerpunkte liegen auf Verstehen und situationsbezogenem Sprechen. Welcome!

Mo., 29.01.2024, 10:00 - 11:30 Uhr  
Gert Peter Koch, 13 x 2 UStd., 52,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 322 R English Refresher Club B1(+)

You have learnt English at school but feel like you have forgotten much of it. This course will help you get it back again. Expand your vocabulary, brush up the main grammatical skills and practise speaking in a relaxed atmosphere. Bring along any topics and questions you may have.

Mi., 31.01.2024, 17:30 - 19:00 Uhr  
Gert Peter Koch, 13 x 2 UStd., 52,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 323 R Englisch für Anfänger

Flexi-Kurs - Headway A1, ISBN 978-0-19-474123-1

Mi., 31.01.2024, 12:00 - 13:30 Uhr  
Dieter Lorenzen, 16 x 2 UStd., 64,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 324 R Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Flexi-Kurs - Headway A2, ISBN 978-0-19-474123-1. 2 Termine/Woche: Mo, 11:00 - 12:30 und Do, 9:30 - 11:00

Mo., 29.01.2024, 11:00 - 12:30 Uhr  
Dieter Lorenzen, 30 x 2 UStd., 120,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 325 R Englisch für Fortgeschrittene

Flexi-Kurs - Headway B1, ISBN 978-0194741392

Mo., 29.01.2024, 09:30 - 11:00 Uhr  
Dieter Lorenzen, 15 x 2 UStd., 60,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 326 R English Conversation

Flexi-Kurs - Topics are e.g. music, literature, happiness, hobbies, restaurants, travel, movies....time to talk in a relaxed way. Feel free to join us and exchange ideas.

Mi., 31.01.2024, 09:00 - 10:30 Uhr  
Dieter Lorenzen, 16 x 2 UStd., 64,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 327 R Englisch für touristische Ziele (Niveau A2)

Flexi-Kurs - Dieser Kurs richtet sich besonders an Personen, die sich im Urlaub mit Englisch verständigen möchten. Headway A2, ISBN 978-0194741316

Mo., 29.01.2024, 12:30 - 14:00 Uhr  
Dieter Lorenzen, 15 x 2 UStd., 60,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 328 S Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Flexi-Kurs - Dieser Kurs richtet sich an Anfänger oder Wiedereinsteiger. Auf der Grundlage von authentischem Englisch (Cambridge University certified) erwerben die Teilnehmenden Fähigkeiten und Strategien zu einer sicheren Kommunikation. Das Lerntempo wird an die Gruppe angepasst. Lehrwerk: English Unlimited A2 (Klett), ISBN:978-3-12-539903-7

Mo., 29.01.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Birgitt Brust, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-4, Walter-Bachmann-Str. 40

### 329 M Englisch für Verwaltung und Firmen

Flexi-Kurs - Dieser Kurs richtet sich an Berufstätige, die aufgrund ihrer Tätigkeit häufiger mit der englischen Sprache konfrontiert werden und daher die vorhandenen Englischkenntnisse wieder auffrischen wollen. Selbstverständlich sind auch Teilnehmende willkommen, die aus anderen Gründen ihr Englisch aufbessern möchten. Lehrwerk: English Unlimited A2 (Klett) ISBN 978-3-12-539903-7

Mo., 29.01.2024, 14:00 - 15:30 Uhr  
Birgitt Brust, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

## FRANZÖSISCH

### 330 M/BU Bildungswoche: Französisch für Anfänger (auch mit leichten Vorkenntnissen)

Bildungswoche vom 13.5. bis 17.5., Voyages Neu A1, ISBN 978-3-12-529412-7

Mo., 13.05.2024, 08:00 - 13:00 Uhr  
Dieter Lorenzen, 5 x 6 UStd., 60,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

### 331 S Französisch für Anfänger

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Ein sanfter Einstieg in die französische Sprache. Lehrwerk: Voyages NEU A1 (Lektion 3), ISBN 978-3-12-529412-7

Di., 30.01.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Birgitt Brust, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-2, Walter-Bachmann-Str. 40

### 332 O Französisch für Teilnehmer/innen mit leichten Vorkenntnissen (online)

Für Teilnehmer/innen mit leichten Vorkenntnissen. Online-Kurs, Zugangsdaten nach Anmeldung. Lehrwerk: Voyages NEU A2 (Lektion 2), ISBN 978-3-12-529422-6.

Do., 01.02.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Birgitt Brust, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 333 R Französisch für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Flexi-Kurs - Kompakt und intensiv an 7 Samstagen. Lehrwerk: Voyages NEU A2, ISBN 978-3-12-529422-6. Samstags, 14-täglich, ab 2.9.,

weitere Termine nach Absprache

Sa., 02.03.2024, 09:00 - 11:15 Uhr  
Birgitt Brust, 7 x 3 UStd., 42,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 334 R Französisch für Fortgeschrittene

Flexi-Kurs - Sie lieben Frankreich und möchten Ihre Sprechfertigkeit verbessern – auf der Grundlage von aktuellen Themen aus Gesellschaft, Wirtschaft, Politik und Kultur bietet sich ausreichend Gelegenheit, Ihre Französischkenntnisse zu aktivieren und zu verbessern.

Di., 30.01.2024, 09:00 - 10:30 Uhr  
Birgitt Brust, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 335 R Französisch für Anfänger

Flexi-Kurs - Voyages NEU A1, ISBN 978-3-12-529412-7

Mi., 31.01.2024, 10:30 - 12:00 Uhr  
Dieter Lorenzen, 16 x 2 UStd., 64,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 336 R Französisch für Fortgeschrittene

Flexi-Kurs - Voyages NEU A2, ISBN 978-3-12-529422-6

Di., 30.01.2024, 14:30 - 16:45 Uhr  
Dieter Lorenzen, 12 x 3 UStd., 72,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 337 S Französisch Voyages NEU A2, Lektion 3

Mi., 31.01.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Helene Kuck, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-3, Walter-Bachmann-Str. 40

### 338 S Französisch Voyages NEU B1

Di., 30.01.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Helene Kuck, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-3, Walter-Bachmann-Str. 40

### 339 M Französisch - freies Material 1

Di., 30.01.2024, 09:30 - 11:00 Uhr  
Helene Kuck, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Monschau, Stadtbücherei-Aula Realschule, Wilhelm-Jansen-Straße 5

### 340 S Französisch - freies Material 2

Mo., 29.01.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Helene Kuck, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-3, Walter-Bachmann-Str. 40

## SPANISCH

### 341 R Spanisch Caminos NEU A1 - Lektion 10

Flexi-Kurs -

Mi., 31.01.2024, 19:35 - 21:05 Uhr  
Emilse Vargas de Kissenkötter, 14 x 2 UStd., 56,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 342 R Spanisch Caminos NEU B1 - Lektion 1

Flexi-Kurs -

Mi., 31.01.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Emilse Vargas de Kissenkötter, 14 x 2 UStd., 56,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 343 R Spanisch Caminos NEU A1 - Lektion 5

Flexi-Kurs -

Mo., 29.01.2024, 19:35 - 21:05 Uhr  
Emilse Vargas de Kissenkötter, 14 x 2 UStd., 56,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 344 R Spanisch - con gusto nuevo A2 - Lektion 9

Flexi-Kurs -

Mo., 29.01.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Emilse Vargas de Kissenkötter, 14 x 2 UStd., 56,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

## ITALIENISCH

### 345 R Italienisch Buongiorno I - Anfängerkurs

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Mi., 31.01.2024, 10:00 - 11:30 Uhr  
Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR



**Abschluss schaffen**

**#endlichgetraut**

**#neueChance**

**Abitur, Fachhochschulreife, Real- oder Hauptschulabschluss für Erwachsene.**  
In jedem Alter kostenlos möglich.

**wbk-ac.de**  
Ihre Schule für den Zweiten Bildungsweg

**WBK**  
Weiterbildungskolleg  
der Städteregion Aachen

**Städteregion Aachen**

Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 346 R Italienisch Buongiorno I - Lektion 6

Für Teilnehmer/innen mit etwas Vorkenntnissen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 30.01.2024, 10:00 - 11:30 Uhr

Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd.,  
48,00 EUR

Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 347 R Italienisch Buonasera

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 30.01.2024, 18:00 - 19:30 Uhr

Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd.,  
48,00 EUR

Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 348 R Italienisch Buongiorno 2 - Lektion 1

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Do., 01.02.2024, 10:00 - 11:30 Uhr

Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd.,  
48,00 EUR

Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 349 R Italienisch Buongiorno I Anfängerkurs

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Di., 30.01.2024, 19:30 - 21:00 Uhr

Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd.,  
48,00 EUR

Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 350 R Parliamo Italiano Fortgeschrittene

Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Fr., 02.02.2024, 10:00 - 11:30 Uhr

Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd.,  
48,00 EUR

Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 351 R Italienisch Buongiorno I - Lektion 6

Für Teilnehmer/innen mit etwas Vorkenntnissen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

Do., 01.02.2024, 18:00 - 19:30 Uhr

Dr. Nicoletta Olivieri, 12 x 2 UStd.,  
48,00 EUR

Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

## TÜRKISCH

### 352 R Türkisch für Anfänger

Flexi-Kurs - Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse

Sa., 03.02.2024, 10:00 - 11:30 Uhr

Ahmet Tarak, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR

Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### 353 R Türkisch

Flexi-Kurs - Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Sa., 03.02.2024, 14:00 - 15:30 Uhr

Ahmet Tarak, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR

Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

## ALLGEMEIN

### 354 Sightseeing im Sprachbad

Kooperation mit Zeitkreis e.V. Ostbelgien. Euregio.- Lüttich, Maastricht, Verviers. – Haben Sie Lust auf ein englisches oder französisches Sprachbad in Ferienlaune? Unsere Sprachlehrenden und FremdenführerInnen Ariane Herdemerten oder Johanna Schröder nehmen Sie mit in die Region und zeigen Ihnen hier Neues, Bekanntes, Spannendes und Amüsantes - ausschließlich in leichter Fremdsprache. Angewendet wird ein „easy english“ oder „français facile“, um den unterschiedlichen Wissenskenntnissen der Teilnehmenden in der Fremdsprache gerecht zu werden. Ihre Begleitenden sprechen langsam, deutlich und mit einfachem Satzbau, sodass auch SprachanfängerInnen den Inhalten folgen können. Fortgeschrittene können die Fremdsprache auffrischen und eine Vielzahl von neuen Worten, Fachbegriffen und Redewendungen lernen. Mehrere Termine in Maastricht, Lüttich und Verviers. Details unter [www.zeitkreis.de](http://www.zeitkreis.de), Fragen und Anmeldung bitte über 0032-87-450124 oder 0032-489-526666 oder E-Mail [info@zeitkreis.be](mailto:info@zeitkreis.be).

Sa., 20.04.2024, 13:00 - 16:00 Uhr

Ariane Herdemerten, 1 x 4 UStd.,  
gebührenfrei

Maastricht und weitere Orte



Gesundheit

 **Schwimmen**

### 400 S Schwimmen für Mutter, Vater u. Kind - A

Für Eltern mit Kleinkindern ab 8 Wochen bis einschließlich 2. Lebensjahr. Anmeldung nur bei der Kursleiterin Frau Lennarz am Sa., 27.01. von 10.00 - 12.00 Uhr unter 02473/939388.

Di., 30.01.2024, 16:15 - 17:00 Uhr

Angelika Lennarz, 8 x 1 UStd., 16,00 EUR  
Lammersdorf, Grundschule-Lehrschwimmbecken, Im Pohl 7

### 401 S Schwimmen für Mutter, Vater u. Kind - B

Für Eltern mit Kleinkindern von 2 bis zum vollendeten 4. Lebensjahr. Anmeldung nur bei der Kursleiterin Frau Lennarz am Sa., 27.1. von 10.00 - 12.00 Uhr unter 02473/939388.

Di., 30.01.2024, 17:00 - 17:45 Uhr

Angelika Lennarz, 8 x 1 UStd., 16,00 EUR  
Lammersdorf, Grundschule-Lehrschwimmbecken, Im Pohl 7

### 402 S Schwimmen für Mutter, Vater u. Kind - C

Für Eltern mit Kleinkindern ab 8 Wochen bis einschließlich 2. Lebensjahr. Anmeldung nur bei der Kursleiterin Frau Lennarz am Sa., 27.1. von 10.00 - 12.00 Uhr unter 02473/939388.

Di., 16.04.2024, 16:15 - 17:00 Uhr

Angelika Lennarz, 9 x 1 UStd., 18,00 EUR  
Lammersdorf, Grundschule-Lehrschwimmbecken, Im Pohl 7

### 403 S Schwimmen für Mutter, Vater u. Kind - D

Für Eltern mit Kleinkindern von 2 bis zum vollendeten 4. Lebensjahr. Anmeldung nur bei der Kursleiterin Frau Lennarz am Sa., 27.1. von 10.00 - 12.00 Uhr unter 02473/939388.

Di., 16.04.2024, 17:00 - 17:45 Uhr

Angelika Lennarz, 9 x 1 UStd., 18,00 EUR  
Lammersdorf, Grundschule-Lehrschwimmbecken, Im Pohl 7

### 404 S Schwimmen für Mutter, Vater u. Kind - E

Für Eltern mit Kindern von 5 - 6 Jahren. Anmeldung nur am Sa. 27.1., 10.00 - 12.00 Uhr direkt bei der Kursleiterin Frau Discher unter Tel. 02473/3399.

Mi., 31.01.2024, 16:15 - 17:45 Uhr

Elisabeth Discher, 10 x 2 UStd., 40,00 EUR  
Lammersdorf, Grundschule-Lehrschwimmbecken, Im Pohl 7

### 405 S Schwimmen für Mutter, Vater u. Kind - F

Für Eltern mit Kindern von 5 - 6 Jahren. Anmeldung nur am Sa. 27.1., 10.00 - 12.00 Uhr direkt bei der Kursleiterin Frau Discher unter Tel. 02473/3399.

Mi., 24.04.2024, 16:15 - 17:45 Uhr

Elisabeth Discher, 10 x 2 UStd., 40,00 EUR  
Lammersdorf, Grundschule-Lehrschwimmbecken, Im Pohl 7

### 406 R Notfälle im Säuglings- u. Kindesalter

Wir werden uns anhand von Beispielen mit unterschiedlichen Anlässen zur Ersten Hilfeleistung bei Säuglingen und Kleinkindern beschäftigen sowie durch das Einbeziehen von Fallbeispielen eine weitgehend aktuelle und praktisch orientierte Veranstaltung durchführen. Durch die erworbenen Kenntnisse können Sie zukünftig erheblich sicherer Erste-Hilfe-Maßnahmen durchführen.

Di., 07.05.2024, 18:30 - 21:30 Uhr  
Stefan Wilms, 1 x 4 UStd., 8,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 1, Faulenbruchstr. 1

### **Backen - Kochen**

### „Fremdes“ ist eine anregende Bereicherung

#### 407 S Cucina Tipica Toscana - in der Eifel

Beim Zubereiten eines 4 Gänge-Menüs lernen wir, wie die Italiener kochen. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen. Bitte Küchenhandtücher und Dosen mit Deckel mitbringen.

Sa., 13.04.2024, 09:00 - 13:30 Uhr  
Dr. Nicoletta Olivieri, 1 x 6 UStd., 12,00 EUR, Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

#### Kochen Sie mit dem Preisträger Anik Rodrigo!

Asiatisch und mediterran, das ist die kulinarische Philosophie des international ausgezeichneten Kochs Anik Rodrigo, dem Leiter dieses Kochkurses. Der Wahl-Eifeler mit Wurzeln in Sri Lanka und Italien war bereits 2016 als Teilnehmer bei der Olympiade der Köche ganz vorne dabei und hat 2018 bei der Koch-Weltmeisterschaft in Luxemburg sowie erneut bei der Koch-Olympiade 2020 die Bronze-Medaille gewonnen. Das Spezielle an seinen Gerichten ist die Verbindung von Lebensmitteln, die typisch für verschiedene Nationalitäten sind. Sri Lanka, Italien und Eifel bringt der Koch auf einen Teller. Die Zubereitung der Gerichte im Kochkurs erfolgt mit der Sous-Vide-Garmethode. Eine Umlage für Arbeitsmaterialien ist gesondert zu zahlen.

#### 408 S Kochen mit Rodrigo - Kurs A

Di., 20.02.2024, 16:00 - 22:00 Uhr  
Anik Rodrigo, 1 x 8 UStd., 16,00 EUR  
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

#### 409 S Kochen mit Rodrigo - Kurs B

Di., 12.03.2024, 16:00 - 22:00 Uhr  
Anik Rodrigo, 1 x 8 UStd., 16,00 EUR  
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

#### 410 S Kochen mit Rodrigo - Kurs C

Di., 16.04.2024, 16:00 - 22:00 Uhr  
Anik Rodrigo, 1 x 8 UStd., 16,00 EUR  
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

#### 411 S Kochen mit Rodrigo - Kurs D

Di., 14.05.2024, 16:00 - 22:00 Uhr  
Anik Rodrigo, 1 x 8 UStd., 16,00 EUR  
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

#### 412 S Kochen mit Rodrigo - Kurs E

Di., 04.06.2024, 16:00 - 22:00 Uhr  
Anik Rodrigo, 1 x 8 UStd., 16,00 EUR  
Eicherscheid, Förderschule-Küche, Bachstr. 13

#### 413 S Kochen verbindet

Internationaler Kochkurs. Treffen von Menschen aus verschiedenen Ländern. Beim zusammen Kochen findet ein Austausch statt über verschiedene Kulturen und Erfahrungen.

Mo., 22.01.2024, 17:30 - 22:00 Uhr  
Alfred Metohu, 16 x 6 UStd., gebührenfrei  
Simmerath, Sekundarschule Nordeifel-Küche, Walter-Bachmann-Str. 40

### **Entspannung/Sport/Tanz**

#### NEU: Badminton probieren

Dieser Kurs bietet eine fundierte Einführung in eine attraktive Sportart für die ganze Familie. Erfahrungen mit Federball spielen sind dabei vorteilhaft. Wir üben uns in Technik und Taktik und können so schnell Erfolgserlebnisse sammeln. Ein Schläger kann auf Wunsch gestellt werden. Bitte Hallenturnschuhe (nichtfärbende Sohle) mitbringen. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie einen Schläger benötigen.

#### 414 S Badminton 1

Di., 20.02.2024, 20:15 - 21:45 Uhr  
Heinz Discher, 4 x 2 UStd., 16,00 EUR  
Kesternich, Sporthalle, Vereinsweg 12

#### 415 R Badminton 2

Mo., 26.02.2024, 20:30 - 22:00 Uhr  
Heinz Discher, 4 x 2 UStd., 16,00 EUR  
Roetgen, Sporthalle, Rosentalstr. 38a

#### 416 S Badminton 3

Do., 11.04.2024, 20:00 - 21:30 Uhr  
Heinz Discher, 4 x 2 UStd., 16,00 EUR  
Simmerath, Berufskolleg-Sporthalle, Im Römbchen 1

#### Yoga und Achtsamkeit

In unseren Yogastunden werden wir ein gemäßigtes Hatha-Yoga mit Elementen aus dem Yin-Yoga praktizieren. Der achtsame Umgang mit unserem Körper und unserem Geist steht dabei an erster Stelle. Pranayama, Meditation und Mudras werden uns auf unserem Weg begleiten. Dieser Kurs ist sowohl für Anfänger:innen als auch für Fortgeschrittene geeignet. Eine eigene Matte sollte mitgebracht werden. Gern auch zwei Yogablocke und einen Yogagurt, bequeme Kleidung und eine Decke.

#### 417 R Yoga und Achtsamkeit 1

Auch in den Osterferien.

Mo., 19.02.2024, 16:45 - 18:15 Uhr  
Marion Engel, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

#### 418 R Yoga und Achtsamkeit 2

Auch in den Osterferien.

Sa., 24.02.2024, 10:00 - 11:30 Uhr  
Marion Engel, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

#### 419 R WOHLSEIN!

Flexi-Kurs - Geht es Dir gut? Weißt Du, welche Faktoren dabei eine Rolle spielen? Oder geht es Dir gerade nicht so gut? Weißt Du, woran das liegt? Wir glauben, unser Wohlbefinden hat nur mit äußeren Faktoren zu tun: Arbeit, Familie, Gesundheit. – Ich wünsche Dir, dass es in all diesen drei Bereichen gut läuft! Allerdings liegt der Schlüssel, ob ich glücklich bin oder nicht, in mir selbst. Wie ich meine Seele schütze, wie ich sie stärke, wie ich Ohnmacht lerne in Freude zu entwickeln, darüber werden wir sprechen. Außerdem wird es eine Energieübertragung geben, um seelisch-geistige Blockaden zu lösen. Von ganzem Herzen – WOHLSEIN! Voranmeldung beim Kursleiter erforderlich: 02471-990349

Fr., 08.03.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Thomas Klubert, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Roetgen, Jennepeterstr. 30

#### 420 R „Yoga tut gut“

Flexi-Kurs - Ein Schnuppertermin. Yoga wird immer beliebter. Denn es ist wohlthuend für Körper, Geist und Seele. Ist Yoga auch etwas für mich? Das werden wir in Praxis und Theorie ausprobieren. Bitte bequeme Kleidung mitbringen! Voranmeldung beim Kursleiter ist notwendig, Tel.-Nr.

02471/990349

Sa., 09.03.2024, 15:00 - 17:15 Uhr  
Thomas Klubert, 1 x 3 UStd., 6,00 EUR  
Roetgen, , Jennepeterstr. 30

### **421 R Die Darm-Hirnachse – oder wie unsere Verdauung alles beeinflusst**

Früher hieß es in manchen Kreisen „der Tod sitzt im Darm“. Heute blicken wir andersrum drauf und erfahren an diesem Abend: „der Darm erfrischt das Leben“. Der Darm ist das größte Kontakt-Organ des Körpers mit seiner Umgebung und beeinflusst in hohem Maße unsere gesamte Gesundheit, Immunkraft, Lebensqualität und wie wohl wir uns fühlen. Eine starke Nervenverbindung besteht zwischen Darm und Gehirn und beide sind voneinander abhängig, bzw. beeinflussen einander. Dennoch erledigt der Darm unabhängig von unserem Bewusstsein unablässig seine Arbeit: die Verdauung mit Aufnahme lebenswichtiger Nährstoffe und Abgabe von Abfallstoffen. In ihren vielfältigen Funktionen ist die Verdauung lebensnotwendig abhängig von Mikroorganismen. Diese sind in großer Anzahl nötig und haben im Zusammenspiel sehr verschiedene Aufgaben auch im Team mit wichtigen Enzymen aus Leber und Bauchspeicheldrüse. Die wichtigsten Zusammenhänge des Verdauungssystems sowie die Lieblingsspeisen der wichtigsten Darmbakterien erfahren Sie an diesem Abend. Denn wenn wir unsere Darmbakterien gut versorgen, versorgen sie uns auch gut!

Di., 05.03.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Else Schnakenberg, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

### **422 R Vitamin D3 – nicht nur für Zähne und Knochen unentbehrlich**

Vitamin D3 ist schon lange bekannt als Essenz für gesunde Knochen und Zähne. Erfreulicherweise messen nun auch zunehmend Hausärzt\*innen den Vitamin D-Spiegel doch leider immer noch nur als IGeL-Leistung. Dabei ist wissenschaftlich vielfach nachgewiesen, dass Vitamin D eine wichtige Rolle für das Herz-Kreislaufsystem, den Darm, das Hormon-, Immun- und Nervensystem, als Sturzprophylaxe bei älteren Menschen, die Regulation des Calciumhaushalts und zur Vorbeugung vieler Beschwerden spielt. Dem gegenüber steht der erhebliche und weit verbreitete Vitamin D3 Mangel bei Menschen jeden Alters! Wie und wo Vitamin D3 wirkt, wie sich Mängel zeigen können und wie eine ausreichende Versorgung sichergestellt werden kann, erfahren Sie an diesem Abend.

Di., 16.04.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Else Schnakenberg, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

### **423 S Autogenes Training - Grundstufe**

Bitte Kissen, Decke und warme Socken mitbringen! Voranmeldung beim Kursleiter ist notwendig, Tel.-Nr. 02473-931213

Mo., 29.01.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Burkhard Herpers, 7 x 2 UStd., 28,00 EUR  
Rollesbroich, , Fuhrtr. 3

### **424 R Qigong - Meditation in Bewegung**

Flexi-Kurs - Qi Gong ist Teil der alten traditionellen chinesischen Heilkunst, die sich der Pflege der Lebensenergie Qi und der Gesunderhaltung widmet. Durch sanfte Bewegungen, Atem- und Meditationsübungen wird das Qi harmonisiert und zum Fließen gebracht. Hierdurch werden Blockaden und Verspannungen gelöst, Selbstheilungskräfte aktiviert. Die achtsame Wahrnehmung des eigenen Körpers in seiner Bewegung führt zu einer tiefen Entspannung und inneren Ruhe. Unser Kursziel ist die Herstellung des harmonischen Gleichgewichts und die Entwicklung größerer Gelassenheit. Bitte bequeme Sportkleidung, leichte Sportschuhe oder Stoppersocken mitbringen.

Do., 01.02.2024, 15:30 - 16:15 Uhr  
Marion Schnermann, 12 x 1 UStd.  
24,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

### **425 R Ayurveda für Alle: Augenheilkunde und Sehübungen**

Der Ayurveda ist in mehrer Fachbereiche eingeteilt. Einer davon bezieht sich auf Belastungen und Erkrankungen im Kopfbereich. In diesem Zusammenhang finden wir die ayurvedische Augenheilkunde mit besonderen vorbeugenden und therapeutischen Maßnahmen für die Augen. Einige davon werden wir uns gemeinsam anschauen und wohlthuende und effektive Sehübungen durchführen. Heutzutage werden die Augen durch Bildschirmarbeit und -freizeitbeschäftigung extrem strapaziert, so dass Anwendungen und Übungen zur Erhaltung der Sehkraft besonders wichtig sind.

Sa., 13.04.2024, 15:00 - 18:00 Uhr  
Marie Luise Kalmuth-Blank, 1 x 4 UStd., 8,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### **426 M Gesundheitskiosk der Städte-region**

Der Gesundheitskiosk der StädteRegion Aachen bietet Ihnen unkomplizierte Hilfe bei Fragen zu Ihrer eigenen Gesundheit an. Wir klären Sie über die Funktionsweise des deutschen Gesundheitssystems und den Leistungsansprüchen auf, die Sie haben. Wir unterstützen Sie bei Antragsstellung (z.B. bei einem Antrag auf Pflege-

grad oder einem Antrag auf Schwerbehinderung, Zuzahlungsbefreiung). Wir bieten Ihnen eine Bedarfsgerechte Aufklärung zu medizinischen Themen wie z.B. gesunder Lebensstil, Vorsorgeuntersuchungen etc.) an. Wir helfen Ihnen dabei Angebote in Ihrer Kommune (Sportangebote für Kinder, Soziale Kontakte, Selbsthilfegruppen...) zu finden. Die Angebote im Gesundheitskiosk sind an Ihrem persönlichen Bedarf und ganzheitlich ausgerichtet. Termine: 16.1., 20.2., 19.3.

Di., 16.01.2024, 10:00 - 14:00 Uhr  
Lale Bilgen, 3 x 5 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21, Am Handwerkerzentrum 1

### **427 M Orient Tanz für Anfänger:innen mit/ohne Vorkenntnisse/n**

Grundschriffe, Tanzfiguren und Handstellung werden trainiert. Die Basistechnik wird vermittelt. Diese Tanzart hilft auch bei Rückenproblemen. Bitte mitbringen: Leggings, Socken und ein einfaches Tuch für die Hüfte. Voranmeldung bei der Kursleiterin ist notwendig, tagsüber: Tel.-Nr. 02473/939072 oder [i.gunkel@nesrin-orient-tanz.de](mailto:i.gunkel@nesrin-orient-tanz.de)

Sa., 20.04.2024, 14:00 - 17:00 Uhr  
Irmgard Gunkel, 1 x 4 UStd., 8,00 EUR  
Imgenbroich, Turnhalle, Schulstr. 12

### **428 M Linedance**

In der Gruppe tanzen zu toller Musik, sei es Abba, Country, Schlager, Hits aus allen Zeiten, das macht Spaß und trainiert automatisch Körper und Geist. Turnschuhe oder Tanzschuhe bitte mitbringen.

Fr., 02.02.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Marianne Röhrens, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Imgenbroich, Turnhalle, Schulstr. 12

### **429 M Tanz dich fit**

Tanzen in der Gruppe ohne Partner. Getanzt wird zu lateinamerikanischen Rhythmen, Salsa, Rumba, Cha Cha, Samba. Bei flotter Musik tanzen wir uns fit. Mitmachen kann jeder, Hallenschuhe, besser noch Tanzschuhe, mitbringen.

Mo., 05.02.2024, 17:00 - 18:30 Uhr  
Marianne Röhrens, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Höfen, Turnhalle, Hauptstr. 88

### **430 M Bodystyling**

Das Programm baut sich auf aus Übungen für Bauch- Bein- und Gesäßmuskulatur, Trainingselemente für Oberkörper und Arme, Cellulitis-Muskeltraining, rücken schonendes Pilates sowie Beckenbodenmuskulatur. Ebenso trainieren wir die Faszien. Callanetics-Elemente als Vorbeugung gegen Osteoporose und zur Schwanger-

schaftsrückbildung. Bodystyle kann in jedem Alter unbedenklich ausgeübt werden und ist auch für Berufstätige ein Ausgleich. Erwiesenermaßen ist diese Art der Gymnastik auch für Teilnehmer/innen mit Fibromyalgie geeignet. Bitte Gymnastikmatte und Faszienrolle mitbringen! Voranmeldung bei der Kursleiterin ist notwendig, tagsüber: Tel.-Nr. 02473/939072 oder [i.gunkel@nesrin-orient-tanz.de](mailto:i.gunkel@nesrin-orient-tanz.de)

Do., 07.03.2024, 18:15 - 19:45 Uhr  
Irmgard Gunkel, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Lammersdorf, Grundschule-Turnhalle, Im Pohl 7

### 431 R Sitzgymnastik

Eine tolle Option gegen Nichtstun. Sportliche Betätigung ist in jedem Alter wichtig. Ausreichende Bewegung hilft den Körper fit und beweglich zu AB174 sowie Schmerzen vorzubeugen. Mit zunehmendem Alter baut der Körper allerdings ab. Oft kann man sich in späteren Lebensjahren nicht mehr ganz so gut bewegen. Hier bietet Sitzgymnastik eine tolle Option. Voranmeldung bei der Kursleiterin ist AB173 tagsüber: Tel.-Nr. 02473/939072 oder [i.gunkel@nesrin-orient-tanz.de](mailto:i.gunkel@nesrin-orient-tanz.de)

Mi., 06.03.2024, 16:30 - 17:30 Uhr  
Irmgard Gunkel, 10 x 1,3333 UStd., 27,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

### 432 O Yogische Entspannung

Online-Kurs - Basierend auf Hata Yoga, ergänzt um Elemente des Kundalini-Yoga, führen wir im Wechsel energetisierende und ruhespendende Übungen durch. Wir lernen, Bewegungen und Atem zu koordinieren und entdecken den Weg zu nachhaltiger Entspannung. Gleichzeitig betreiben wir auf schonende Weise Muskelaufbau und fördern die Elastizität und den Gleichgewichtssinn unseres Körpers. Vorerfahrung mit Entspannungstechniken ist nicht hinderlich – Neueinsteigern bietet sich die Chance auf eine neue Erfahrung. Bequeme Kleidung, warme (Stopper-)Socken, Gymnastikmatte, 2 Decken, ggf. 1 Kissen. Termine: 02.02., 09.02., 01.03., 08.03., 15.03., 22.03., 05.04., 12.04., 26.04., 04.05., 11.05., 18.05.

Fr., 02.02.2024, 17:00 - 18:30 Uhr  
Dr. Irmela Schwartz, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Online, Zugangsdaten nach Anmeldung, Online

### 433 M Stress und Entspannung

Es ist modern, von Stress zu reden. Dabei ist Stress ein uraltes Phänomen. Warum es Stress gibt und was bei Stress in unserem Körper passiert, erfahren Sie in diesem Vortrag. Relativ „modern“ ist die Entwicklung von Methoden zum Stressabbau. Eine

Reihe von Methoden, deren Wirkung und deren Abläufe werden Ihnen ebenfalls vorgestellt.

Do., 08.02.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Dr. Irmela Schwartz, 1 x 2 UStd., 4,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

### Qigong – Lebenskraft stärken

Qi Gong wird in China schon seit Jahrtausenden zur Aktivierung der Lebensenergie und somit zur Erhaltung der Gesundheit und Selbstheilung eingesetzt. Es verbindet fließende Bewegungen mit dem Atem und achtsamer Wahrnehmung, wodurch der Fluss der Lebensenergie (Qi) harmonisiert wird. Dadurch werden Verspannungen gelöst, die Beweglichkeit in den Gelenken und die Koordinationsfähigkeit des Körpers gefördert. Auch sind positive Wirkungen auf das Herz-Kreislauf-System und das Immunsystem zu verzeichnen. Stress wird reduziert und das Empfinden innerer Ausgeglichenheit und Zentriertheit werden gestärkt. Kurz gesagt: Den Körper mit sanften Bewegungen durchlässig machen, den Geist zur Ruhe bringen, entspannt sein und zugleich voller Energie – das ist Qigong. Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet. Bitte bequeme Kleidung und Schuhe oder Noppensocken, kleines Kissen und Isomatte mitbringen.

### 434 S Qigong – Lebenskraft stärken 1

Di., 30.01.2024, 18:30 - 20:00 Uhr  
Gabriele Sissy Martens, 15 x 2 UStd., 60,00 EUR  
Lammersdorf, Familienzentrum St. Johannes der Täufer, Im Pohl 29

### 435 R Qigong – Lebenskraft stärken 2

Fr., 02.02.2024, 16:00 - 17:30 Uhr  
Gabriele Sissy Martens, 14 x 2 UStd., 56,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 3, Faulenbruchstr. 1

### 436 R Pilates

Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen.

Mo., 19.02.2024, 19:00 - 20:00 Uhr  
Claudia Kreuzer-Hennes, 9 x 1,33 UStd., 24,00 EUR  
Roetgen, Schule Kapelle-Schachraum, Hauptstr. 95

### 437 S Sport! Spaß garantiert! Bewegung verbindet! Kurs 1

Mi., 31.01.2024, 20:15 - 21:45 Uhr  
Alfred Metohu, 16 x 2 UStd., gebührenfrei  
Simmerath, Berufskolleg-Sporthalle, Im Römbchen 1

### 438 S Sport! Spaß garantiert! Bewegung verbindet! Kurs 2

Mi., 31.01.2024, 18:30 - 20:00 Uhr  
Alfred Metohu, 16 x 2 UStd., gebührenfrei  
Simmerath, Berufskolleg-Sporthalle, Im Römbchen 1



**Kultur,  
Gestalten,  
Kreativität**

### 500 R Sportbootführerschein Binnen (SBFB)

Segel-, Surf- und Motorbootkurs. Theoretischer Lehrgang zum Erwerb des amtlichen Sportbootführerscheins Binnen für Sportboote unter Segel, als Segelsurfbrett und mit Antriebsmaschine. Wissen rund um Boot, seemännische Arbeiten, Wetter-, Verkehrs- und kurze Regattakunde sowie Bootsmotoren. Der Kurs kann mit der theoretischen Prüfung für den Erwerb des Sportbootführerscheins Binnen abgeschlossen werden. Über die erforderliche praktische Ausbildung, die Prüfungsmodalitäten und Literatur informiert Sie der Kursleiter zum Seminarbeginn. Die Prüfungsgebühren (maximal: theoretische Prüfung 55,64 €, praktische Prüfung 69,20 €) sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Do., 01.02.2024, 18:30 - 21:30 Uhr  
Volker Mühlens, 8 x 4 UStd., 64,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 501 R Sportbootführerschein See (SBFS) / Sportküstenschifferschein (SKS)

Theoretischer Lehrgang zum Erwerb des amtlichen Sportbootführerschein See (SBFS) und des Sportküstenschifferschein (SKS). Unterrichtsthemen: Navigation, Seemannschaft, Boots-, Motoren-, Wetter-, Gezeiten- und Gesetzeskunde. Über die erforderliche praktische Ausbildung, Prüfungsmodalitäten, notwendige Literatur und Unterrichtsmaterialien informiert Sie der Dozent zu Beginn des Seminars. Die Prüfungsgebühren (Sportbootführerschein See, Theorie 51,36 € und Praxis 59,57 €; SKS Theorie 74,02 € und Praxis 88,93 €) sind nicht in der Teilnehmergebühr enthalten.

Mi., 31.01.2024, 19:00 - 22:00 Uhr  
Volker Mühlens, 8 x 4 UStd., 64,00 EUR  
Roetgen, Vennhof-Raum 2, Faulenbruchstr. 1

### 502 M Gitarre für Anfänger

Gitarre spielen - bekannte deutsche, englische oder auch Kinderlieder begleiten. Dies zu erlernen ist Ziel des Kurses. „Learning by doing“ werden Grundakkorde

und einfache Zupf- und Schlagtechniken vermittelt. Notenkenntnisse brauchen wir nicht, aber bitte eine Gitarre mitbringen. Fragen beantwortet gerne die Kursleiterin Renate Müller 02472 9702091

Di., 20.02.2024, 18:30 - 20:00 Uhr  
Renate Müller, 12 x 2 UStd., 48,00 EUR  
Kalterherberg, , Theißbaumweg 23a

### **Harfenschnupperkurs**

Die Harfe ist eines der ältesten Instrumente und auf der ganzen Welt bekannt. Leider ist sie heute bei vielen Menschen in Vergessenheit geraten. Der Workshop bietet ihnen die Möglichkeit, dieses schöne Instrument neu zu entdecken und das eine oder andere Lied darauf zu spielen. Der Kurs ist geeignet für Erwachsene in jedem Alter und Kinder ab 10 Jahren. Gelernt wird in der Gruppe oder auch ganz individuell. Jeder wie er kann! Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Kursleiterin stellt an diesem Nachmittag jedem Teilnehmer eine Harfe zur Verfügung. Hierfür ist eine Umlage in Höhe von 20,- € direkt an die Kursleiterin zu zahlen. Maximal 6 Teilnehmer/innen. Fragen beantwortet gerne die Kursleiterin Renate Müller 02472 9702091.

### **503 M Harfe 1**

So., 17.03.2024, 14:00 - 18:00 Uhr  
Renate Müller, 1 x 5 UStd., 16,70 EUR  
Kalterherberg, , Theißbaumweg 23a

### **504 M Harfe 2**

So., 16.06.2024, 14:00 - 18:00 Uhr  
Renate Müller, 1 x 5 UStd., 16,70 EUR  
Kalterherberg, , Theißbaumweg 23a

### **Folk-Ensemble für Sänger und Instrumentalisten**

Auf dem Programm stehen traditionelle Lieder und Instrumentalstücke aus Irland, Schottland, Deutschland, Skandinavien und... Wir freuen uns über jeden, der Lust hat, im Kreise netter Menschen alte Lieder neu zu entdecken. Eine musikalische Begegnung der besonderen Art. Fragen beantwortet gerne die Kursleiterin Renate Müller 02472 9702091

### **505 M Folk-Ensemble - Kurs 1**

So., 14.04.2024, 14:00 - 18:00 Uhr  
Renate Müller, 1 x 5 UStd., 10,00 EUR  
Kalterherberg, Theißbaumweg 23a

### **506 M Folk-Ensemble - Kurs 2**

So., 28.04.2024, 14:00 - 18:00 Uhr  
Renate Müller, 1 x 5 UStd., 10,00 EUR  
Kalterherberg, Theißbaumweg 23a

### **507 M Gitarre I.- Akkordspiel für Anfänger:innen**

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger/innen aller Altersgruppen mit geringen Vorkenntnissen, die gerne Gitarre spielen lernen möchten. Notenkenntnisse sind nicht Voraussetzung. Mit viel Spaß lernen wir die ersten Melodien, Akkorde und Harmonien, die uns befähigen, eine Vielfalt von einfachen Songs und Liedern aus aller Welt zu spielen und zu singen. Wir lernen das Stimmen, einiges über Gitarren und die ersten Griffe, um in erster Linie Lust am Musizieren und Singen zu wecken. Das Gehör und Rhythmusgefühl werden geschult. Eine Gitarre, Stimmgerät, Papier und Schreibzeug (eventuell ein Notenständer) sind mitzubringen. Termine: 1.2., 15.2., 22.2., 29.2., 7.3., 14.3., 21.3.

Do., 01.02.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Vera Monterey, 7 x 2 UStd., 28,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **508 M Gitarre II - Akkordspiel für Anfänger mit guten Vorkenntnissen**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen, die gerne besser Gitarre spielen lernen möchten oder einst einmal Angefangenes wieder auffrischen wollen. Notenkenntnisse sind nicht Voraussetzung. Mit viel Spaß lernen wir neue Melodien, Akkorde und Harmonien kennen, die uns befähigen, eine Vielfalt von Songs und Liedern aus aller Welt zu spielen und zu singen. Wir lernen weitere Griffe und einfache Barré-Griffe, Anschlag- und Zupftechniken, um in erster Linie Lust am Musizieren und Singen zu weiterzuentwickeln. Das Gehör und Rhythmusgefühl werden geschult, die Stimme trainiert. Eine Gitarre, Stimmgerät oder Stimmgabel, Papier und Schreibzeug (und eventuell ein Notenständer) sind mitzubringen. Termine: 11.4., 18.4., 25.4., 2.5., 16.5, 23.5., 6.6

Do., 11.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr  
Vera Monterey, 7 x 2 UStd., 28,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **509 M „Warten auf Godot“ oder „Die kreative Schreibwerkstatt für alle, die sagen, ...**

...ich weiß nicht, was ich schreiben soll“, geschweige denn „wie“ und unbeantwortete Briefe, Notizen für eine spannende Kurzgeschichte oder das schöne, inzwischen reichlich verstaubte Tagebuch auf dem Schreibtisch horten. Mit Übungen aus dem „Kreativen Schreiben“ wollen wir verschiedene Textformen erarbeiten. Ob als Auseinandersetzung mit uns selbst und der Umwelt, als Eindruck oder Ausdruck, als sachlicher Bericht, Brief oder Karte, als phantastische Geschichte, Märchen oder

Komödie. Hier macht Schreiben Spaß! Termine (ca. alle zwei Wochen): 31.1., 7.2., 14.2., 21.2., 28.2., 6.3., 13.3., 20.3.

Mi., 31.01.2024, 17:45 - 19:15 Uhr  
Vera Monterey, 8 x 2 UStd., 32,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B23, Am Handwerkerzentrum 1

### **510 M ZAF Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene**

Schwerpunkt Landschaft. Grundlagenvermittlung und lockere Übungsphasen wechseln sich ab. Landschaft ist ein Begriff für unterschiedlichste Erscheinungsbilder im Detail, im übertragenen Sinn oder in der natürlichen Ansicht. In der Betrachtung von Oberflächenbeschaffenheiten, von Biotopen oder urbanen Lebensräumen bewegen wir uns im Innen- oder Außenraum. Bevorzugte Orte werden in der Gruppe abgeprochen. Bitte ziehen sie dem Wetter angepasste Kleidung an. Das eigene Zeichenmaterial darf verwendet und vorhandenes Material erprobt werden. Kursleitung: Sabine Jacobs / Diplom Designerin / Bildende Künstlerin

Mo., 15.04.2024, 18:00 - 19:30 Uhr  
Sabine Jacobs, 10 x 2 UStd., 40,00 EUR  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1

### **Selbstschneidern macht Spaß**

In den Kursen werden Grundkenntnisse, Tipps und Kniffe vermittelt. Jede/r wird individuell betreut und beraten, je nach seinen/ihren Kenntnissen und Fähigkeiten. Auch für Upcycling geeignet! Für Fragen und Anmeldungen steht Ihnen Edith Schmitz zur Verfügung, Tel.-Nr. 02472/1782.

### **510 R Selbstschneidern - Kurs A**

Mo., 05.02.2024, 09:30 - 11:45 Uhr  
Edith Schmitz, 8 x 3 UStd., 50,00 EUR  
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

### **511 R Selbstschneidern macht Spaß - Kurs B**

Mo., 05.02.2024, 19:00 - 21:15 Uhr  
Edith Schmitz, 8 x 3 UStd., 50,00 EUR  
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

### **512 R Selbstschneidern macht Spaß - Kurs C**

Für Teilnehmende mit und ohne Handicap. Die Kurse Nr. 510 R und 511 R sind auch offen für Menschen mit Handicap, die zu diesem Mittwochstermin nicht teilnehmen können.

Mi., 07.02.2024, 09:30 - 11:45 Uhr  
Edith Schmitz, 8 x 3 UStd., 50,00 EUR  
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

### Nähen am Wochenende

Einen ganzen Tag lang nähen, die Seele baumeln lassen und dabei in gemütlicher Runde kreativ sein. Wir schneiden in kleinen Gruppen von 10.00 – 16.30 Uhr (incl. 30 Minuten Mittagspause) Für Fragen und Anmeldungen steht Ihnen Edith Schmitz zur Verfügung, Tel.-Nr. 02472/1782. Um zeitige Anmeldung wird gebeten!

### 513 R Nähen am Wochenende - Kurs A

Sa., 02.03.2024, 10:00 - 16:30 Uhr  
Edith Schmitz, 1 x 8 UStd., 26,70 EUR  
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

### 514 R Nähen am Wochenende - Kurs B

Sa., 16.03.2024, 10:00 - 16:30 Uhr  
Edith Schmitz, 1 x 8 UStd., 26,70 EUR  
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

### 515 R Nähen am Wochenende - Kurs C

Sa., 13.04.2024, 10:00 - 16:30 Uhr  
Edith Schmitz, 1 x 8 UStd., 26,70 EUR  
Roetgen, Schule Kapelle-Keller, Hauptstr. 95

### 516 M Poetische Korrespondenzen / Regional - International

In Dialogsituationen treffen minimalistische Abstraktion und pralle Emotionen in Bildern aufeinander, - digital und analog von Künstlern erarbeitet.

Eine Ausstellungsführung wird nach Voranmeldung, Sonntag, 28.01.2024, ab 11:30h angeboten.

So., 28.01.2024, 11:30 - 14:00 Uhr  
Winfried Adams, 1 x 3 UStd., gebührenfrei  
Imgenbroich, HIMO-B21 (Lernraum), Am Handwerkerzentrum 1



**Kunst und Kultur  
in Kooperation mit der  
VHS Aachen**

### 900 Exkursion: Auf den Spuren der weißen Mönche in Belgien und Deutschland

In Kooperation mit der VHS Aachen. Anmeldung unter 0241-4792-111 oder im Internet [www.vhs-aachen.de](http://www.vhs-aachen.de). Sie lebten und wirkten in der Hügellandschaft zwischen Ardennen und Eifel, kultivierten das Land, schufen Arbeitsplätze und hinterließen bis heute deutlich sichtbar ihre Spuren: die Zisterzienser und Trappisten. Einst zogen die Zisterzienser aus Citeaux aus und gründeten europaweit meh-

rere Hundert Klöster, so auch Heimbach auf dem Kermeter hoch über der kleinsten Stadt in NRW, und am Flusslauf der Berwinne bei den belgischen Nachbarn in Aubel. Wie kam es zu diesen Klostergründungen? Was haben die Klöster Mariawald und Val Dieu gemeinsam? Welche Veränderungen brachten die Arbeit der Mönche für die Menschen in unserer Region. Was ist geblieben? Die Reise beginnt in Aachen, führt zu der ersten Station Val Dieu, durchs Herverland, zu den Ausläufern der Ardennen nach „Preußisch Sibirien“ – so wurde die Eifel aus dem fernen Berlin des 19. Jahrhunderts genannt. Im jeweiligen Kloster gibt es die Gelegenheit die Braukünste der Mönche kennenzulernen. Entgelt: inklusive Fahrt, Führung, Eintritte und Begleitung, 75,-€.

Sa., 04.05.2024, 08:30 - 17:30 Uhr  
Reinhard Mäurer, 1 x 12 UStd.,  
Aachen, Sandkaulstr. Nähe Drucks

### 901 XB Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (Modul 1)

In Kooperation mit der VHS Stolberg. Insbesondere kleinere und mittlere Unternehmen benötigen immer mehr Fachkräfte mit

praxisorientierten kaufmännischen Kenntnissen. Die VHS Stolberg bietet daher in Kooperation mit der VHS Südkreis Aachen den zertifizierten Lehrgang „XB Finanzbuchführung“ aus der Xpert-Business-Reihe in Präsenz an. Die XB-Kurse sind Qualifizierungen mit bundesweiter Anerkennung. Damit können Teilnehmende aktuelle und praxisrelevante kaufmännische Kenntnisse erwerben und sicher beherrschen. Die erworbenen Kompetenzen bringen Sicherheit und Höherqualifizierung im Beruf und verbessern die Chancen für die Bewerbung. Für diesen Kurs sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich. Unter bestimmten Voraussetzungen kann die Kursgebühr durch den Bildungsscheck NRW um bis zu 50% ermäßigt werden. Nehmen Sie vor der Anmeldung eine Beratung durch die VHS Südkreis Aachen (02472 5656) in Anspruch. Kursgebühr: 365,-€; Buch: 25,-€; Prüfung: 65,-€. Anmeldung nur unter 02402 862457 oder per E-Mail an [vhs@stolberg.de](mailto:vhs@stolberg.de)

Mo., 26.02.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Hans-Peter Hummel, 14 x 4 UStd.,  
Stolberg, VHS-R105, Frankentalstr. 3



Wolfgang Nestler 2016

Anatol Herzfeld 1988



Ausstellung

#### Poetische Korrespondenzen

Bilder von:

Donald Judd

Hans Arp

Erwin Heerich

Oswald Tschirtner

Josef Albers

Irene Blume

Caroline Rinker

Ulrich Erben

Elisabeth Paulus

...

VHS Imgenbroich, HIMO, Gebäude B21, 1. Etage

Am Handwerkerzentrum 1

Öffnungszeiten während der allgemeinen VHS Öffnung

Ausstellungsführung So. 28.01.2024, 11.30 – 14.00 Uhr

# BILDUNG FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG (BNE) IM LEITBILD DER VHS SÜDKREIS AACHEN

Bildung für Nachhaltige Entwicklung im Leitbild der VHS Südkreis Aachen.

Die Bildungsarbeit der VHS Südkreis Aachen begreift sich als Bildung für nachhaltige Entwicklung. Sie begleitet Menschen aller Altersgruppen auf dem Weg zu einer Gesellschaft, die ökonomische, ökologische und soziale Themen zusammenführt und sich einer inter- und intra-generationalen Gerechtigkeit verpflichtet fühlt.

Der Mensch mit seinen Entwicklungsmöglichkeiten steht dabei im Mittelpunkt. Die

Entwicklung eines achtsamen Umgangs mit sich selbst und seiner Umwelt ist Ausgangspunkt für die Entwicklung von sozialen wie kulturellen Fähigkeiten und Fertigkeiten. Spielerische Naturerfahrung wird dabei wann immer möglich mit situiertem Lernen verbunden.

Bildung für nachhaltige Entwicklung fördert Gestaltungskompetenz im Sinne von vorausschauendem, planendem und vernetztem Denken, Fähigkeit zur Solidarität, Verständigungs- und Kooperationskompetenz sowie die Fähigkeit zur Reflexion über individuelle und gesellschaftliche Leitbilder.

Umfassende altersspezifische Angebote zur Wissensvermittlung ergänzen diesen Ansatz.

Bildung für nachhaltige Entwicklung kann sich nur innerhalb demokratischer Strukturen und eines politischen Rahmens, der echte Partizipationsmöglichkeiten zulässt, einer angstfreien Atmosphäre und einem Klima sozialer Gerechtigkeit wirkungsvoll entfalten. Die Volkshochschule ist die vermittelnde Struktur zwischen den einzelnen Personen, Gruppen und der Gesellschaft, um diese Thesen mit Leben zu erfüllen.

## VHS INFORMATION

### **Anmeldeverfahren:**

Mit Ihrer Anmeldung über die telefonische Mitteilung, E-Mail oder über die Webseite der VHS sind Sie vorangemeldet. Besuchen Sie auf jeden Fall zu Kursbeginn den 1. Termin und tragen Sie sich in die Teilnehmerliste ein bzw. füllen das Anmeldeformular aus. Dieses erhalten Sie beim Kursleiter.

### **Abmeldung:**

Nur in Ausnahmefällen können Sie sich bis zum 2. Kurstermin schriftlich im Sekretariat der Volkshochschule oder per mail [vhs@vhs-suedkreis-aachen.de](mailto:vhs@vhs-suedkreis-aachen.de) abmelden. Die Abmeldung wird erst rechtswirksam, wenn Sie von der Volkshochschule eine Bestätigung erhalten.

### **Wichtig:**

**Eine Abmeldung bei der Kursleitung ist nicht möglich. Bei Wochen-**

**endveranstaltungen und Bildungswochen ist eine Abmeldung nur vierzehn Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich.**

### **Anzahl der Teilnehmenden:**

Nach der Gebührenordnung des Volkshochschulzweckverbandes Südkreis Aachen richtet sich die Anzahl Teilnehmenden nach Art und Weise des Kursangebotes.

### **Gebühren:**

Nach der Gebührenordnung für den Volkshochschulzweckverband Südkreis Aachen beträgt die Gebühr für Kurse 2,00 € pro Unterrichtsstunde. Teilnehmer/innen an EDV-Anwenderkursen zahlen eine zusätzliche Pauschale in Höhe von 7,00 € je Kurs. Die Gebühren tragen öffentlich-rechtlichen Charakter und sind im Verwaltungszwangungsverfahren eintreibbar.

Die Gebührenfestsetzung erfolgt durch Zustellung eines Gebührenbescheides per Mail oder auf dem Postweg. Gebühren, die aufgrund von Anmeldungen für Kurse entrichtet worden sind, werden nur zurückgezahlt, wenn der Kurs nicht zustande kommt. Für einzelne versäumte Unterrichtsstunden wird kein Ersatz geleistet.

### **Ausgefallene Stunden:**

Ausgefallene Stunden werden nach Absprache mit der Kursleitung und der VHS nachgeholt.

### **Bildungsurlaub Info**

In NRW hat jeder Arbeitende unter bestimmten Voraussetzungen das Recht auf Bildungsurlaub, genauer definiert, auf eine „Freistellung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW (AWbG)“. Es ist

das Recht auf fünf Tage Freistellung von der Arbeit für politische und berufliche Bildung bei fortlaufendem Lohn/Gehalt.“

### **Datenschutz**

Für die Verarbeitung verantwortliche Stelle: Volkshochschulzweckverband Südkreis

Aachen vertreten durch die Datenschutzbeauftragte Gemeinde Roetgen Hauptstraße 55 52159 Roetge Ihnen steht ferner ein Beschwerderecht bei der Datenschutz-Aufsichtsbehörde zu: [www.lidi.de](http://www.lidi.de).

# Simmerath Bad

## Öffnungszeiten

<b>montags</b>	geschlossen	
<b>dienstags</b>	06.30 - 08.00 Uhr	Frühschwimmen
	16.00 - 21.00 Uhr	Familienbad
<b>mittwochs</b>	06.30 - 08.00 Uhr	Frühschwimmen
	16.00 - 20.00 Uhr	Familienbad
<b>donnerstags</b>	06.30 - 08.00 Uhr	Frühschwimmen
	08.00 - 11.30 Uhr	Familienbad
	16.00 - 21.00 Uhr	Familienbad
<b>freitags</b>	06.30 - 08.00 Uhr	Frühschwimmen
	15.00 - 21.00 Uhr	Familienbad
<b>samstags</b>	08.30 - 14.00 Uhr	Familienbad (Spielbad im Lehrschwimmbekken)
<b>sonntags</b>	08.30 - 14.00 Uhr	Familienbad (Spielbad im Lehrschwimmbekken)

## Wassertemperatur

- Schwimmerbecken ca. 27° Grad ■ Kinderplanschbecken ca. 32° Grad
- Lehrschwimmbekken ca. 30° Grad (donnerstags ca. 32° Grad)

Walter-Bachmann-Str. 38  
52152 Simmerath · Tel. 02473-1295  
www.simmerath.de



Aktuelle Preise  
und  
Öffnungszeiten



# Viel Spaß!

MONSCHAUER

# VENNBAD

Das „Vennbad“ Monschau, ein familienfreundliches Hallenbad. In einem Sportbecken mit vier 25m Bahnen kommen Schwimmer auf ihre Kosten. Am Plansch- und Lehrschwimmbekken finden Sie immer viele Spielsachen. Unser Highlight für Kinder ist die Spielstunde „Waterfun“. Diese findet jeden Samstag von 14 bis 17 Uhr statt. Schwimmunterricht oder Aqua Fitnesskurse runden unser Angebot ab.

„Wir freuen uns auf Ihren Besuch!“

Vennbad Monschau • Wilhelm-Jansen-Str. 1 • 52156 Monschau  
Tel. +49 (0)2472 - 80 24 930

# Große Förderung für junge Forschung.



## Für Wissenschaft und Forschung machen wir uns stark.

Wir gehören zu den Unterstützenden des Fortschritts. Deshalb machen wir uns stark für kleine und große Forschende. Sie sind neugierig, wie vielfältig sich die Sparkasse sonst noch engagiert? Mehr erfahren Sie online unter [sparkasse-aachen.de](http://sparkasse-aachen.de)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



Sparkasse  
Aachen