



*Ich will's  
Wissen!*

Simone, 57 Jahre,  
liebt unsere  
Themenwanderungen.

**PROGRAMM  
HERBST | WINTER 2021**

[www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken  
Riegelsberg

  
**REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN**

# Das vhs Programm Herbst | Winter 2021 Riegelsberg ist da



Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,  
unsere Volkshochschule ist ein Ort des Lernens und der Begegnung. Wir sind froh, dass gemeinsames Lernen nun auch wieder in größerem Umfang möglich ist und Kurse und Veranstaltungen wieder live und vor Ort besucht werden können. Mit bewährten Hygienekonzepten hat sich die vhs sehr gut auf die Rückkehr in den Präsenzbetrieb vorbereitet.

Unser ganz persönlicher Dank gilt dabei im Besonderen dem Team unserer vhs sowie den über 600 Dozentinnen und Dozenten, die sich in diesen herausfordernden Zeiten weiterhin der Bildung verschreiben und getreu dem vhs-Motto ihr „Wissen teilen“.

Wir haben alle gelernt – trotz und in der Krise. Lassen Sie sich daher von unserem neuen Programm anregen! Sie werden sicher das eine oder andere interessante Angebot für sich finden.

Peter Gillo  
Regionalverbandsdirektor

Dr. Carolin Lehberger  
vhs-Direktorin

## Anmeldung und Service

Eine Anmeldung zu unseren Kursen muss schriftlich erfolgen. Folgende Möglichkeiten stehen Ihnen dabei offen:

**Persönliche Anmeldung**  
beim Zentralen Service im Alten Rathaus.

**Anmeldung per Post | Fax**  
Vordrucke im Heft Seite 4 und 5

**Anmeldung per E-Mail**  
unter Angabe Ihrer vollständigen Postadresse.  
**Die entsprechende E-Mail-Adresse mit AnsprechpartnerInnen finden Sie auf Seite 3.**

**Internet-Anmeldung**  
[www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

Falls ein Kurs schon ausgebucht ist, eine Veranstaltung ausfällt oder sich irgend etwas ändert, melden wir uns bei Ihnen. Wir informieren Sie per SMS über kurzfristige Änderungen des Kursortes oder Kursausfall, sofern Sie hierzu eine Einwilligung erteilen.

## Örtliche Leiterin



**Ines Niedermeyer**  
 Örtliche Leiterin  
 Birkenweg 64  
 66292 Riegelsberg  
 Fon 06806 309618  
 ines.niedermeyer@freenet.de

## Anmeldung und Service



**Anja Webel**  
 Sachbearbeiterin im vhs-Service-Büro  
 Riegelsberg  
 Marienstr. 1-3  
 66292 Riegelsberg  
 Fon 06806 3060669  
 Servicezeiten: Mi. 08:00 – 14:00 Uhr  
 anja.webel@rvsbr.de



**Sandra Orzlowski**  
 Koordination Örtl. vhs  
 Altes Rathaus, Zi. 18  
 Schlossplatz 1-2  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4380  
 Fax 0681 506-4393  
 sandra.orzlowski@rvsbr.de

## Unterrichtsorte

- Leonardo Da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Lindenstr. 9, 66292 Riegelsberg  
Parkmöglichkeit über die Zufahrt Hauerstr. 32A Richtung Schulkomplex
- Rathaus Riegelsberg sowie Rathaussaal und Rathausgalerie  
Saarbrücker Straße 31, 66292 Riegelsberg
- Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
Jahnstraße 39a, 66292 Riegelsberg
- Malschule/Kreativwerkstatt Atelier Mo  
Ellerstraße 44, 66292 Riegelsberg
- Köllertalhalle Riegelsberg-Walpershofen  
Herchenbacher Str. 20, 66292 Riegelsberg
- AWO Seniorenresidenz  
Am Stumpfen, 66292 Riegelsberg
- AWO Seniorenresidenz  
Rathausstr. 1, 66292 Riegelsberg
- Riegelsberghalle, Vereinsraum  
Am Stadion, 66292 Riegelsberg
- Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg
- Mehrgenerationentreff der Gemeinde Riegelsberg, Herchenbacherstr., 66292 Riegelsberg-Walpershofen (ehemalige Sparkasse)
- Gymnastikraum Haus der Vereine  
Kurze Str. 5, 66292 Riegelsberg
- Kleinschwimmhalle Riegelsberg  
Wolfskaulstr. 88, 66292 Riegelsberg
- Kulturbahnhof Püttlingen  
Bahnhofstr. 74, 66346 Püttlingen
- Kunst- und Kreativstudio Kopali  
Ronnertsweg 7, 66292 Riegelsberg
- Ehem. Hauswirtschaftsschule Riegelsberg, Heimatstube, Hauerstr. 32A, 66292 Riegelsberg

## Verbindliche Anmeldung mit Zahlungsverpflichtung

bei der vhs Regionalverband Saarbrücken  
Altes Rathaus | Schlossplatz 1-2  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4343  
Fax 0681 506-4393

Bitte in Druckschrift ausfüllen und möglichst Ihre E-Mail-Adresse und Ihre Mobil-Telefonnummer angeben, damit wir Sie bei Bedarf zeitnah informieren können.

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Straße/Nr. \_\_\_\_\_ PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon (bis 16:00 Uhr) \_\_\_\_\_ Mobiltelefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Kurs Nr.  Kurs Nr.

Kurs Nr.  Kurs Nr.

Hiermit melde ich mich verbindlich an und verpflichte mich zur Zahlung der Kursgebühr. Mir ist bekannt, dass für die Kursgebühren keine Rechnung versandt wird. Abmeldungen sind nur schriftlich vor dem 2. Kurstermin möglich, bei Kursen im Rahmen der Freistellung zur Weiterbildung (SBFG), Wochenendseminaren, Exkursionen und 1- bis 2-tägigen Studienfahrten spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn.

- per Barzahlung / EC-Zahlung** im Zentralen Service der vhs möglich innerhalb einer Woche nach Anmeldung
- per Überweisung** innerhalb einer Woche nach der Anmeldung
- per Lastschrift**  
Bitte das Lastschriftmandat auf der Rückseite unterschreiben und per Post an die vhs schicken oder im Zentralen Service abgeben.

Bankverbindung: Sparkasse Saarbrücken, Bankleitzahl: 590 501 01, Konto-Nr.: 653, IBAN: DE08 5905 0101 0000 0006 53, BIC: SAKSDE55XXX

### Bildungsurlaub

Ich möchte den angegebenen Kurs Nr.

vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_  
als Bildungsurlaub belegen und bitte um Zusendung der erforderlichen Unterlagen.

### Gebührenermäßigung

Ich bitte um Reduzierung der Kursgebühren auf die im Programm in Klammern ausgewiesenen Beträge (Nachweis, z.B. Schülerausweis, bitte bei der Anmeldung in der Geschäftsstelle der vhs vorlegen oder Kopie mitfaxen).

**Ich bin bzw. beziehe** (Zutreffendes bitte ankreuzen und ggfs. ausfüllen):

- Schüler/in/Auszubildende(r)  
Schule u. Klasse: \_\_\_\_\_
- Student/in Uni oder Fachhochschule  
(kein Senioren- oder Fernstudium und keine berufsbegleitenden Studiengänge)
- Arbeitslosengeld II
- Ehrenamtskarte
- Arbeitslosengeld I  
(nur bei Sprachkursen, Kursen der beruflichen Weiterbildung, Kreativkursen)
- Grundsicherung
- SozialCard
- Bundesfreiwilligendienst

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung der vhs Regionalverband Saarbrücken an und bin mit der elektronischen Erfassung und Speicherung meiner personenbezogenen Daten für Anmeldung und Gebührenerhebung einverstanden.

Datum und Unterschrift \_\_\_\_\_







Eine Anmeldung für die Live-Veranstaltung ist erforderlich:  
[www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de) oder  
[vhsinfo@rvsbr.de](mailto:vhsinfo@rvsbr.de)  
Den Link zum Live-Stream erhalten Sie ebenfalls nach Anmeldung.

Mo. 20.09.2021 | 17 Uhr



Rainer Schmidt, Foto: Johannes Hahn



Harald Stein

## AUCH ALS LIVE-STREAM

# Semestereröffnung der vhs Regionalverband Saarbrücken

- Begrüßung durch Peter Gillo, Regionalverbandsdirektor und Dr. Carolin Lehberger, vhs-Direktorin
- Vortrag: „Da kann jeder kommen – Warum Volkshochschule glücklich macht“ von Rainer Schmidt, Pfarrer und Kabarettist
- Musikalische Umrahmung: Harald Stein, Gitarrendozent mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus seinen vhs-Kursen
- Ehrung des langjährigen Leiters der Volkshochschule Quierschied Hermann Müller

**Veranstaltungsort:**  
**Pilgersaal**  
**Kloster Heilig Kreuz**  
**Püttlingen**  
**Völklinger Str. 197**  
**66346 Püttlingen**  
**Eintritt frei**

In Kooperation mit



Mit freundlicher Unterstützung durch



## KULTUR UND GESELLSCHAFT

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der vhs Saarbrücken.

### Autorenlesung

#### WortArt Literatur in Riegelsberg – Premiere „Waldlichter“ von Andrea Victoria Frank

Die Herchenbacher Autorin studiert in Saarbrücken „Historisch orientierte Kulturwissenschaften“ mit den Kernfächern Vor-/Frühgeschichte und Mediävistik und entführt in ihrem Debütroman Jung und Alt gemeinsam mit ihren Protagonistinnen in die mystische Zauberwelt Irlands. Über einige Jahre hinweg entstand eine Geschichte über drei junge, moderne Mädchen, die aus ihrem Leben gerissen werden und sich selbst überwinden müssen, um zu überleben. Frank versteht es, 572 Seiten Spannung zu kreieren, indem sie in „Waldlichter“ das eigentlich ganz normale Leben der jungen Protagonisten mit der magischen Welt der irischen Legenden, der Religion und Kultur der Kobolde, Feen und Geister verknüpft. Bei allem zeigt die Autorin viel Humor, aber auch Verständnis und Einfühlungsvermögen in die Ängste und Sorgen der Heranwachsenden.

Weitere Infos zu Lesung unter [www.riegelsberg.eu](http://www.riegelsberg.eu)

Fragen/Anmeldung – Kulturbüro der Gemeinde Riegelsberg, 06806/930181, [kultur@riegelsberg.de](mailto:kultur@riegelsberg.de)

#### ● Kurs 9702

Di. 05.10.2021, 19:00

Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie gebührenfrei (Platzreservierung erforderlich!)

## VORTRAGSREIHE „KUNSTSCHÄTZE“

In diesem Semester bietet die vhs Riegelsberg eine Vortragsreihe unter dem Titel „Kunstschatze im Saarland und Umgebung: Ein Überblick von der Antike bis heute“ an.

### Vortrag

#### Archäologie: Höhepunkte der Archäologie rund um das Saarland

In der Gegenwart versteht sich das Saarland als eine Region mit intensiven Beziehungen zu den europäischen Nachbarn. Neu ist diese Entwicklung aber nicht. Schon in der Antike war unser Gebiet mit den umliegenden Teilen Lothringens, Luxemburgs und Rheinland-Pfalz kulturell eng verbunden. Der Vortrag wird wichtige Zeugnisse dieser antiken Verbindungen vorstellen und damit eine Ergänzung zu den „Höhepunkten der Archäologie im Saarland“ aus dem Sommersemester bieten.

#### ● Kurs 9705

#### Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin

Di. 12.10.2021, 19:00 – 20:30 Uhr  
Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie  
EUR 6,00 (Abendkasse)

### Vortrag

#### Kunstgeschichte: Bilder der Arbeit

Fritz Zolnhofer oder Walter Bernstein haben ihre Popularität nicht zuletzt dadurch erlangt, dass sie sich auf Motive des Arbeitsalltags spezialisierten. Die Lebenswirklichkeit der Menschen im industrialisierten Zeitalter wird von der Kunst etwa seit Mitte des 19. Jahrhunderts aufgegriffen, ein berühmtes Beispiel dafür ist Adolf von Menzels „Eisenwalzwerk“. Der Vortrag gibt einen Überblick über die Geschichte des Arbeitsbildes und stellt bedeutende Werke vor.

#### ● Kurs 9706

#### Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker

Di. 30.11.2021, 19:00 – 20:30 Uhr  
Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie  
EUR 6,00 (Abendkasse)

## MUSIK UND LITERATUR

### Zur Einstimmung auf die Weihnachtszeit Poesie in Wort und Bild

Ein heiter-besinnliches Wechselbad der Gefühle bescheren Ihnen Gisela Bell und ihr Mann Dieter Stoll. Während die Autorin Gisela Bell, mehrfache Mundart-Preisträgerin, aus ihren Werken liest, malt der weit über die Grenzen des Saarlandes bekannte Maler Dieter Stoll ein Bild, das unter den Zuhörerinnen und Zuhörern am Ende der Lesung zugunsten des Fördervereins der vhs Regionalverband Saarbrücken verlost wird. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Abend.

#### ● Kurs 9707

#### Gisela Bell/Dieter Stoll

Do. 18.11.2021, 18:00 – 19:30 Uhr  
Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie  
EUR 8,00 (Abendkasse)

## GESCHICHTE UND HEIMATKUNDE

### Vortrag

#### Moby Dick und die Essex? Die Fakten hinter der Fiktion

Wie viel Wahrheit steckt in Hermann Melvilles bekanntem Roman „Moby Dick“? Welches Drama spielte sich für die Besatzung des Walfangschiffes „Essex“ ab, nachdem das Schiff 1820 im Nordpazifik von einem Wal versenkt wurde? Unter welchen Gefahren wurden Wale im 19. Jahrhundert gejagt? Welche Bedeutung hatte der Walfang für die aufstrebende Nation der Vereinigten Staaten von

Amerika, wirtschaftlich und als Spiegel des Nationalcharakters? Warum lebte der heute weltweit bekannte Schriftsteller Hermann Melville zeitlebens ohne Ruhm und Geld?

Diese und viele andere Fragen rund um Wale und Walfang, aber auch um dessen literarische Aufarbeitung beantwortet der Referent in einer reich bebilderten und kurzweiligen PowerPoint-Präsentation.

● Kurs 9708

**Werner Michaltzik**

Mo. 07.02.2022, 18:30 – 20:00 Uhr  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
EUR 5,00

### Vormittagskurs

#### Geschichtswerkstatt Köllertal

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherche, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Sie verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt in regelmäßigen Abständen das „Köllertaler Jahrbuch“ heraus. In enger Zusammenarbeit mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. stehen auch Vorträge und Exkursionen auf dem Programm, die sich der lokalen und regionalen Geschichte widmen.

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer an der Geschichtswerkstatt sind gerne gesehen – eine wissenschaftliche Vorbildung ist nicht erforderlich. Erwartet werden Interesse an heimatkundlichen Fragen und die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit an der Erstellung des Köllertaler Jahrbuchs. Informationen bei Monika Jungfleisch unter Fon 06806 2355.

● Kurs 9710

**Monika Jungfleisch, Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin**

Di. 11:00 – 13:00 Uhr  
ab 21.09.2021, 4 Termine

Kulturnahnhof Püttlingen,  
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen  
gebührenfrei

### LÄNDERKUNDE

#### Vortrag

#### Beyond Saree & Curry – A multifaceted introduction to India

English speakers and learners of all levels are welcome to join this interactive journey:

Get a taste of one of the most diverse countries in the world through the eyes of a native. India, with all its charms and mysteries, is a land of diversity – geographically as well as culturally. From being an IT & engineering hotspot to a country of rampant superstition, it is a fascinating land of unpredictable beauty. This is your chance to make an acquaintance with the terrain, tradition, ethnic diversity, culture and the modern development of its society; get a glimpse of India's rich history and architectural splendours. If you're planning to make a visit there, we have a list of must-visit places, some scams that you should be aware of and some words that will help you interact with the locals better.

● Kurs 9716

**Aditya Pai, BA Mass Media, MA English**

Fr. 25.02.2022,  
19:00 – 21:15 Uhr  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
EUR 6,00

#### Video in Großprojektion

#### Faszination Berge

Anhand von drei Filmen in Großprojektion zeigt der Autor die Besteigung des Matterhorns über den Schweizer Hörnli-Grat, eine Übernachtung auf dem Gipfel des ständig

aktiven Vulkans „Stromboli“ sowie den „Festsaal der Alpen“ – die fantastische Szenerie aus Bergen und Seen rund um das Bernina-Massiv im Schweizer Oberengadin. Naturliebhaber – auch wenn sie selbst keine Berge besteigen – werden begeistert sein!

● Kurs 9716A

**Norbert Lohmann**

Do. 23.09.2021, 16:00 – 17:30 Uhr  
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße 1,  
66292 Riegelsberg  
gebührenfrei

### MUNDARTKULTUR

#### Vortrag

#### Schmuzzeln für Anfänger – Lachen für Fortgeschrittene

Limericks und andere Gedichte klor zusammengereimt – nidd nur in Saarbrügger Platt. Limericks und andere Gedichte witzig zusammengereimt – nicht nur in Mundart.

● Kurs 9717

**Friedel Ehrbächer, Mundartautorin**

Do. 14.10.2021, 16:00 – 17:30 Uhr  
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße 1,  
66292 Riegelsberg  
gebührenfrei

#### Vortrag

#### Bunter Nachmittag

Vortrag und Gedichte

● Kurs 9718

**Christel Liesler-Kneip**

Mi. 06.10.2021, 15:00 – 16:30 Uhr  
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen,  
66292 Riegelsberg  
gebührenfrei

**Vortrag****Bunter Nachmittag**

Vortrag und Gedichte

● Kurs 9719

**Christel Liesler-Kneip**

Do. 07.10.2021, 16:00 – 17:30 Uhr

AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße 1,  
66292 Riegelsberg  
gebührenfrei

## PÄDAGOGIK UND PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

**Elternschule**

Vorträge im Rahmen der Elternschule  
in Kooperation mit den AWO-Kitas in  
Riegelsberg

**Vortrag****Resilienz fördern – Chancen aus der Krise**

Die Coronapandemie hat das Alltagsleben aller auf den Kopf gestellt. Selbstverständliche Abläufe im Familienleben wurden zu Herausforderungen. Die gut bewährte Tagesstruktur ist zusammengebrochen. Die Bewältigung einer Krise eröffnet jedoch auch Entwicklungschancen. Resilienz ist die Fähigkeit, Krisen zu meistern und als Anlass für die weitere Entwicklung zu nutzen, Resilienz ist sozusagen die Immunabwehr der Seele. Sie ist nicht angeboren, sondern wird vor allem in der Kindheit und Jugendzeit erworben. Wir erarbeiten Fördermöglichkeiten in der Erziehung am Beispiel des 7-Säulen-Modells der Resilienz und überlegen, welche Strategien der Stärkung Eltern für sich nutzen können.

● Kurs 9720

**Susanne Wilhelm, Erziehungswissenschaftlerin, M.A., Systemische Therapeutin (SGST/SG)**

Do. 30.09.2021, 17:00 – 18:30 Uhr

Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
gebührenfrei

**Vortrag****Hurra – ein Baby!**

Nun beginnt eine faszinierende, ganz schön spannende Zeit als junge Familie. Unsicherheiten und Ängste gehören dazu. Der Vortrag gibt Tipps und Anregungen für einen gelassenen und entspannten Start als junge Familie und ist vollkommen „aus der Praxis“ und „aus dem Leben“.

● Kurs 9721

**Annette Marmit, Hebamme und Beckenbodentrainerin**

Do. 21.10.2021, 17:00 – 18:30 Uhr

Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
gebührenfrei

**Vortrag****Mut zur Wut! – Wie gehe ich mit Wut um?**

Wut ist ohne Zweifel ein sehr starkes Gefühl, das wohl jeder kennt. Wut kann zerstören und Opfer zurückschleppen. Wut setzt aber auch Kraftreserven im Menschen frei. Die Wut, die wir bei unseren Kindern erleben, und auch unsere eigene können uns hilflos machen. Ein konstruktiver Umgang mit aggressiven Gefühlen setzt die Energie frei, die wir brauchen, um Veränderungen zu beginnen. Kinder brauchen die Hilfe ihrer Eltern, um mit Wutanfällen fertig zu werden und Alternativen zu entwickeln. Der Blick des Themenabends richtet sich auf den Erziehungsalltag von Familien. Die Veranstaltung bietet neben Informationen zur Gefühlerziehung den Raum für Selbstreflexion und Fragen rund um das Thema „Wut“.

● Kurs 9722

**Nicole Burkert-Arbogast, Erziehungswissenschaftlerin (M.A.), Systemische**

**Therapeutin & Supervisorin (SGST/SG)**

Do. 25.11.2021, 17:00 – 18:30 Uhr

Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
gebührenfrei

**Vortrag****Erste Hilfe am Kind – der Praxisworkshop**

Sie erhalten neben theoretischem Grundwissen vor allem viele praktische Anregungen mit konkreten Übungen an der Kinderpuppe vor Ort.

● Kurs 9723

**Andreas Gruzca, Rettungsassistent**

Do. 02.12.2021, 17:00 – 18:30 Uhr

Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
gebührenfrei

## PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

In dieser Reihe werden grundlegende Aspekte des Lebensalltags reflektiert, hinterfragt und positive Lösungsmöglichkeiten erarbeitet. Dies entwickelt und trainiert soziale Kompetenzen. Frustrationstoleranz, Konfliktfähigkeit und Autonomie werden gestärkt. Sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich wird damit die soziale Integration gefördert und unterstützt und damit auch die individuelle Lebensqualität erhöht.

**Abendkurs****100 % Ich – Neustart-Workshop für Frauen**

Frauen erfüllen meistens viele Rollen gleichzeitig: Mama sein, trotzdem Ehefrau & Partnerin bleiben, den Haushalt auf die Reihe bekommen, Freundschaften pflegen und oft nach der Erziehungszeit wieder in den Beruf einsteigen bei all dem Trubel. Mit jedem weiteren Kind wird es nicht einfacher. Viele verlieren ganz flott das

Wichtigste aus den Augen: sich selbst. Kinder hin oder her, wir selbst sollten uns mindestens genauso wichtig sein wie unsere Schützlinge. Geht es uns nicht gut, können wir auch nicht in dem Maß für unsere Familie da sein, wie wir es vielleicht gerne möchten. Das Ende vom Lied: Wir sind unzufrieden und fühlen uns ausgebrannt. Vielleicht nicht immer, aber immer wieder. Und sobald die schlechten Phasen die guten häufiger abwechseln, ist es höchste Zeit, etwas zu tun. Höchste Zeit, sich selbst wieder mehr in den Fokus seines Lebens zu rücken, seine eigenen Wünsche und Träume nochmal zuzulassen und sich auf den Weg zu machen, diese realistisch zu verwirklichen. Sei es beruflich oder privat – ein Neustart sich selbst zuliebe.

● **Kurs 9726**

**Henrike Krauß**

Mo. 18:30 – 20:00 Uhr  
ab 18.10.2021, 4 Termine  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
8 UST, EUR 45,00

## RHETORIK UND KOMMUNIKATION

### Abendkurs

#### Crashkurs: Reden schreiben

Sie wollen zu einem ganz speziellen Anlass besondere Worte finden oder es steht eine berufliche Feier an, zu der von Ihnen eine Rede verlangt wird? Sie wollen passende und gleichzeitig erfrischende Worte finden, die Ihre Zuhörer fesseln und nicht langweilen, haben aber keinen blassen Schimmer wie? Hochzeitsrednerin Henrike Krauß hilft Ihnen dabei, gibt praktische Tipps, plaudert aus dem Nähkästchen und knöpft sich mit Ihnen gemeinsam Ihre Rede vor.

● **Kurs 9727**

**Henrike Krauß**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 12.01.2022, 2 Termine  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
4 UST, EUR 20,00

## GESUNDHEITSBILDUNG

### Vortrag

#### Cranio-sacrale Körpertherapie – eine sanfte Hilfe bei Wechseljahresbeschwerden

Wechseljahre – die Frau im Wandel oder die Pubertät des Alters ... Wie auch immer man diese Zeit der hormonellen Veränderungen im Körper einer Frau nennen mag, die Symptome sind oft ähnlich. Immerhin zwei Drittel der Frauen leiden unter den Begleiterscheinungen des Klimakteriums; manche nur leicht, viele aber auch massiv. Hier bietet die cranio-sacrale Körpertherapie eine sanfte und wohlthuende Behandlungsmöglichkeit, die wieder Ruhe und Entspannung ins aufgewühlte Körpersystem bringen kann. Dieser Abend dient dazu, die Wirkungsweise der cranio-sacralen Körpertherapie ausführlich zu erläutern.

● **Kurs 9730**

**Anke Madert, Heilpraktikerin**

Mi. 17.11.2021, 19:00 – 20:30 Uhr  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Impfen schützt!

Impfungen gehören zu den wichtigsten medizinischen Maßnahmen, die unserer Gesellschaft zur Prävention von Krankheiten zur Verfügung stehen. Der Vortrag beschäftigt sich mit der Entstehung und

Vermeidung von Infektionskrankheiten. Es werden Beispiele von Infektionskrankheiten vorgestellt, denen man durch Impfungen vorbeugen kann. Das Immunsystem und die Wirkweise von Impfungen werden erklärt, ein besonderer Fokus dieses Vortrags liegt auch beim Thema Reiseimpfungen. Der Vortrag möchte Antworten auf häufige Fragen zum Thema Impfen liefern, von möglichen Nebenwirkungen und Impfschäden über Zusatzstoffe in Impfstoffen bis hin zur Kostenübernahme. Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, der Referentin Fragen zu stellen.

● **Kurs 9731**

**Dr. med. Kristina Wolf, Fachärztin für Innere Medizin und Gastroenterologie**

Mi. 03.11.2021, 19:00 – 20:30 Uhr  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
EUR 5,00

## RECHT UND VERBRAUCHERSCHUTZ

### Vortrag

#### Rentenbesteuerung – intensiv

Renten sind steuerfrei – ein verbreiteter Irrglaube, aber leider nicht wahr. Dies gilt sowohl für BestandsrentnerInnen als auch künftige RentenbezieherInnen.

Bei dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie durch nachvollziehbare Praxisbeispiele einen Überblick über alle Rentenarten und deren unterschiedliche Besteuerung (Besteuerungsanteil der gesetzlichen Rente ab 2021: 81 %). Sie erfahren mehr über alle Steuererleichterungen wie Werbungskosten, Sonderausgaben, Vorsorgeaufwendungen, Handwerkerleistungen, außergewöhnliche Belastungen, ... etc. Auch die wichtigen Fristen werden genau erläutert. Sie

bekommen fachliche Unterstützung zum Ausfüllen der komplexen Formulare. Aktuelle gesetzliche Neuerungen (z. B.: energetische Gebäudesanierung) sind lohnendes Wissen.

Sie erhalten einen Überblick über den aktuellen Stand der Doppelbesteuerung, der Kurs endet mit nützlichen Steuertipps (Vergünstigungen durch Corona) und der Erörterung von persönlichen Fragen zum Thema.

● **Kurs 9734**

**Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter Lohnsteuerhilfe HILO Wemmetsweiler**

Mi. 06.10.2021, 18:00 – 20:15 Uhr  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Führerschein-Auffrischung**

Wenn Sie Ihren Führerschein schon ein paar Jahre in der Tasche haben und Sie sich auch manchmal Fragen stellen wie: Was bedeutet dieses oder jenes Verkehrszeichen noch gleich? Wie verhalte ich mich richtig in bestimmten Situationen im Straßenverkehr? Wann muss ich im Kreisverkehr blinken? Wie kann ich die hohe Anzahl von Assistenzsystemen im Fahrzeug zu meinem Vorteil nutzen? Wann läuft mein Führerschein ab? Dann ist dieser interaktive Vortrag genau richtig für Sie! Individuelle Fragen sind ausdrücklich erwünscht!

● **Kurs 9735**

**Steven Heinen, Fahrlehrer**

Do. 07.10.2021, 19:00 – 20:30 Uhr  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Riegelsberg – Funchal – Malaga – Riegelsberg:**

Eine virtuelle Rundreise durch Europa mit besonderem Augenmerk auf „Notausgänge auf Reisen“

Dipl.-Ing. Rolf Weber zeigt in einer virtuellen Rundreise durch Europa mit verschiedenen Reisemitteln kurzweilig auf, was unsere Reise sicher macht und was uns an Technik erwartet. Diese eineinhalbstündige Veranstaltung ist ein „MUSS“ für alle Globetrotter!

● **Kurs 9736**

**Rolf Weber**

Mi. 08.12.2021, 19:00 – 20:30 Uhr  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Wie kann ich mich im Alltag schützen?**

Diese Frage beantwortet der Vortrag der kriminalpolizeilichen Beratungsstelle zum Thema „Straftaten zum Nachteil älterer Menschen“. Enkeltrick, falsche Polizeibeamte, Gewinnversprechen, Trickdiebstahl an der Haustür, Geldwechseltrick ... die Phantasie der Straftäter scheint nahezu unerschöpflich zu sein. Bei dem Vortrag werden diese und auch andere Methoden veranschaulicht. Ebenso geht es um die Minimierung des Risikos, selbst zum Opfer zu werden.

● **Kurs 9736A**

**Referent d. Landespolizeipräsidiums**

Do. 21.10.2021, 10:00 – 11:30 Uhr  
Mehrgenerationentreff der Gemeinde Riegelsberg, Herchenbacher Str. 1, 66292 Riegelsberg-Walpershofen (ehemalige Sparkasse)  
gebührenfrei

**FREMSPRACHEN UND DEUTSCH**

**Englisch**

**Vormittagskurs**

**Englisch – Niveau A2/B1**

Lehrbuch: Headway English A2, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-474131-6

● **Kurs 9739**

**Jerome Stockton**

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 22.09.2021, 15 Termine  
Riegelsberghalle, Vereinsraum  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

**Vormittagskurs**

**Englisch – Niveau B2/C1**

Lehrbuch: New Headway English Course Intermediate, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-477048-4

● **Kurs 9741**

**Jerome Stockton**

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 22.09.2021, 15 Termine  
Riegelsberghalle, Vereinsraum  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

**Französisch**

**Abendkurs**

**Französisch Konversation  
Niveau B2/C1**

● **Kurs 9742**

**Patricia Neises**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 21.09.2021, 15 Termine  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

**Abendkurs**

**Französisch A2 Stufe 2**

Lehrbuch: A plus! 2 Nouvelle édition, ISBN: 978-3-06-520043-1, Cornelsen-Verlag

## ● Kurs 9743

**Patricia Neises**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 21.09.2021, 15 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)**Vormittagskurs****Französisch Konversation  
Niveau B2/C1**

## ● Kurs 9744

**Patricia Neises**

Do. 10:00 – 11:30 Uhr

ab 23.09.2021, 15 Termine

Riegelsberghalle, Vereinsraum  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)**Italienisch****Abendkurs****Italienisch A1 Stufe 2***Lehrbuch: Con piacere A1 neu, Verlag**Klett-Langenscheidt,**ISBN: 978-3-12-525201-1*

## ● Kurs 9745

**Ilaria Pusceddu**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 22.09.2021, 15 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)**Abendkurs****Italienisch A2 Stufe 1***Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A2, Klett**Sprachen gmbh, ISBN: 978-3-12-525206-6*

## ● Kurs 9746

**Ilaria Pusceddu**

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 22.09.2021, 15 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)**Vormittagskurs****Italienisch A2 Stufe 1***Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A2, Klett**Sprachen gmbh, ISBN: 978-3-12-525206-6*

## ● Kurs 9747

**Ilaria Pusceddu**

Di. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 21.09.2021, 15 Termine

Riegelsberghalle, Vereinsraum  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)**Deutsch****Deutsch lernen für Kinder und Eltern  
– Riegelsberg**

Reinschnuppern für AnfängerInnen. Eingeladen zum Kurs sind zugewanderte Kinder und Eltern, die die deutsche Sprache für den Alltag neu erlernen oder auffrischen wollen.

## ● Kurs 5272A

**Anne Claire Bernellon**

Mo. 13:30 – 15:45 Uhr

ab 20.09.2021, 22 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
66 UST, gebührenfrei**TEXTILES GESTALTEN****Nähen****Abendkurs****Flexibel und bunt, für jeden etwas dabei – Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

Gemeinsam nähen wir Ihre Lieblingsstücke. Für Nähanfänger geht es um die Vermittlung von Grundkenntnissen im Nähen und Zuschneiden sowie um die Einführung in den Umgang mit der Nähmaschine. Für Fortgeschrittene gibt es Hilfe und Tipps bei Projekten. Es kann genäht werden was gefällt, Kinder- und/oder Erwachse-

**Dozentinnen und Dozenten****BARBARA SCHMIEDEL**

Dozentin unserer Nähkurse in Riegelsberg

» **Nähen ist wie zaubern können ...**

Wie Sie sehen, bin nicht ich auf dem Foto, sondern zwei junge, sehr talentierte Teilnehmerinnen aus meinem Workshop im Sommerprogramm junge vhs „Nähen mit Jeansstoff“. Leonie und Marie haben hier zwei süße Füchse genäht, die sie aus alten Jeans und Stoffresten zusammengesetzt haben. So lernen die Kinder, dass man aus ausran- gierten Lieblingsklamotten noch etwas Neues, Kreatives herstellen kann. Upcycling sagt man auch dazu. Im wunderschönen Ambiente des Mehrgenerationentreffs der Gemeinde Riegelsberg in der ehemaligen Sparkasse Walpershofen biete ich auch in diesem Programm Nähkurse für die vhs an. <<



nenbekleidung, Taschen oder Deko.

● Kurs 9750A

**Barbara Schmiedel,  
Goldschmiedemeisterin**

Mo. 19:00 – 21:15 Uhr

ab 20.09.2021, 8 Termine

Mehrgenerationentreff der Gemeinde

Riegelsberg, Herchenbacher Str. 1,

66292 Riegelsberg-Walpershofen

(ehemalige Sparkasse)

24 UST, EUR 79,00

**Abendkurs**

**Flexibel und bunt, für jeden etwas dabei – Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

● Kurs 9750B

**Barbara Schmiedel,  
Goldschmiedemeisterin**

Di. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 21.09.2021, 8 Termine

Mehrgenerationentreff der Gemeinde

Riegelsberg, Herchenbacher Str. 1,

66292 Riegelsberg-Walpershofen

(ehemalige Sparkasse)

24 UST, EUR 79,00

**Abendkurs**

**Flexibel und bunt, für jeden etwas dabei – Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

● Kurs 9750C

**Barbara Schmiedel,  
Goldschmiedemeisterin**

Do. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 23.09.2021, 8 Termine

Mehrgenerationentreff der Gemeinde

Riegelsberg, Herchenbacher Str. 1,

66292 Riegelsberg-Walpershofen

(ehemalige Sparkasse)

24 UST, EUR 79,00

**Wochenendkurs**

**Flexibel und bunt, für jeden etwas dabei – Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

● Kurs 9750D

**Barbara Schmiedel, Goldschmiedemeisterin**

Sa. 20.11.2021, 15:00 – 20:00 Uhr

So. 21.11.2021, 10:00 – 16:00 Uhr

Mehrgenerationentreff der Gemeinde

Riegelsberg, Herchenbacher Str. 1,

66292 Riegelsberg-Walpershofen

(ehemalige Sparkasse)

15 UST, EUR 49,00

**Wochenendkurs**

**Flexibel und bunt, für jeden etwas dabei – Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

● Kurs 9750E

**Barbara Schmiedel, Goldschmiedemeisterin**

Sa. 29.01.2022, 15:00 – 20:00 Uhr

So. 30.01.2022, 10:00 – 16:00 Uhr

Mehrgenerationentreff der Gemeinde

Riegelsberg, Herchenbacher Str. 1,

66292 Riegelsberg-Walpershofen

(ehemalige Sparkasse)

15 UST, EUR 49,00

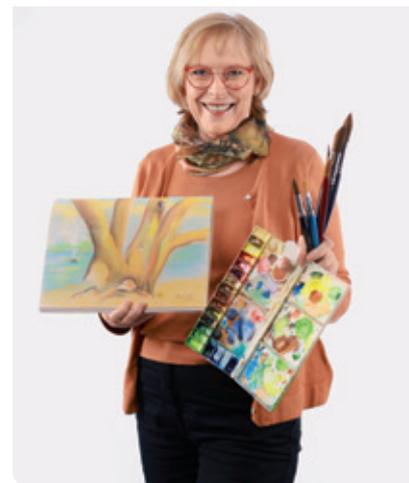
**Handarbeit**

**Abendkurs**

**Stricken und Häkeln – kreativ und meditativ**

Rund, eckig, dreidimensional – alles was sich häkeln oder stricken lässt, vom Erlernen der Grundlagen bis zum Erstellen aufwendiger Teile – all das ist in diesem Kurs möglich. Kleidung, Tiere/Figuren, Decken und vieles mehr: Verrücktes und Praktisches, Traditionelles und Modernes warten auf Verwirklichung.

**Dozentinnen und Dozenten**



**BRIGITTE WEIAND**

*Dozentin für Malen und Zeichnen*

» Ich bin Diplom-Designerin und freie Künstlerin und arbeite seit 1998 als Dozentin bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Neben meiner eigenen künstlerischen Arbeit liebe ich es, mit meinen Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern in der Gruppe zu arbeiten. Zu sehen, wie sich die eigene „malerische Handschrift“ bei ihnen entwickelt, erfreut und fasziniert mich immer wieder. Wer malt und zeichnet, sieht auch seine Umwelt mit neuen, anderen Augen. Plötzlich werden Farben und Formen aktiv wahrgenommen. Das zu vermitteln und dabei zu unterstützen, ist mein Anliegen und meine Passion in meinen Kursen. «

Fragen zum Kurs gerne vorab an die Kursleiterin unter Tel. 06806-45681 oder le-bec@gmx.de.

● **Kurs 9752A**

**Barbara Schnabel**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 23.09.2021, 6 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule

Riegelsberg, Meditationsraum

12 UST, EUR 51,00

**Abendkurs**

**Stricken und Häkeln – kreativ und meditativ**

● **Kurs 9752B**

**Barbara Schnabel**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 18.11.2021, 5 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule

Riegelsberg, Meditationsraum

10 UST, EUR 42,50

**Abendkurs**

**Stricken und Häkeln – kreativ und meditativ**

● **Kurs 9752C**

**Barbara Schnabel**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 06.01.2022, 4 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule

Riegelsberg, Meditationsraum

8 UST, EUR 34,00

**KREATIVES GESTALTEN**

**Bildende Kunst**

**Vormittagskurs**

**Zeichnen – kann jeder – trau dich**

Mit leichten Übungen einfach zeichnen lernen. Ohne Druck und Zielvorgaben durch lockeres spielerisches Zeichnen die eigene Handschrift wachsen lassen. Ganz nebenbei werden Grundbegriffe wie

Plastizität, Perspektive sowie Licht und Schatten erlernt.

Fragen zum Kurs gerne vorab an die Kursleiterin unter Fon 06806-3321.

● **Kurs 9755**

**Brigitte Weiland, Dipl.-Designerin & freie Künstlerin (BBK)**

Di. 09:30 – 11:45 Uhr

ab 21.09.2021, 6 Termine

Malschule und Kreativwerkstatt Atelier Mo

18 UST, EUR 58,00

**Abendkurs**

**Aquarell am Abend**

Das Erfassen eines Motives mit dem Pinsel in der jeweiligen Aquarelltechnik nach einer gemeinsamen Vorlage lässt alle in eigener Handschrift arbeiten. Dabei sind die klassischen Aquarelltechniken, Bildkompositionen, Tonwerte und Farbenlehre Inhalt des Kurses. Das Spiel mit Wasser und Farbe auf dem Papier – sie verlaufen lassen, aber trotzdem zu lenken, ist die Herausforderung, der wir uns gemeinsam stellen. Die erarbeiteten Werke besprechen wir immer wieder, um weitere Erfahrungen zu sammeln. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Fragen zum Kurs gerne vorab an die Kursleiterin unter Fon 06806-3321.

● **Kurs 9756**

**Brigitte Weiland, Dipl.-Designerin & freie Künstlerin (BBK)**

Di. 18:30 – 20:45 Uhr

ab 21.09.2021, 10 Termine

Malschule und Kreativwerkstatt Atelier Mo

30 UST, EUR 72,00

**Vormittagskurs**

**Malen lernen mit Pastellkreide**

Wer hat nicht sofort die hingehauchten, duftigen Werke von Degas vor Augen, wenn von Pastell die Rede ist. Farbtintensiv, leuchtend und immer mit einer edlen,

matten, fast pulvrigen Oberfläche! Pastell ist eine wunderbare Technik zwischen Malerei und Zeichnung, mit der sowohl gegenständliche als auch abstrakte Motive entstehen können. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Alle Materialien werden zur Verfügung gestellt, Materialkosten in Höhe von insg. EUR 8,00 für den kompletten Kurs sind vor Ort an die Dozentin zu entrichten. Fragen zum Kurs gerne vorab an die Kursleiterin unter Fon 06806-3321.

● **Kurs 9757**

**Brigitte Weiland, Dipl.-Designerin & freie Künstlerin (BBK)**

Mi. 09:30 – 11:45 Uhr

ab 22.09.2021, 6 Termine

Malschule und Kreativwerkstatt Atelier Mo

18 UST, EUR 55,00 (zzgl. Materialkosten,

die vor Ort zu entrichten sind)

**Abendkurs**

**Experimentelles Gestalten**

In diesen Kursen werden traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen kombiniert. Die Dozentin Tatjana Freiler ist mit frischen Ideen Impulsgeber und lädt herzlich zu 8 spannenden und entspannenden Kreativabenden ein. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen Sie viele neue Techniken kennen. Mit den erlernten Techniken finden Sie zu individueller Kreativität und erschaffen neben klassischen Kunstwerken auch jahreszeitliche Dekorationen.

Der passende Raum und alle Materialien sind vorhanden, und dazu eine Dozentin, die Sie mit Charme, Witz und einer gehörigen Portion künstlerischer Leidenschaft anstecken und begleiten wird. Kunsthistorische Geschichten zu den einzelnen

Techniken, Kunstepochen und Künstlern werden diesen Kurs beleben und erfrischen.

Malkittel oder Kleidung, die bunt und lustig werden darf, wird empfohlen.

● **Kurs 9758**

**Tatjana Freiler, Freie Künstlerin und Mitarbeiterin in der Kunstvermittlung bei der Stiftung Saarl. Kulturbesitz, [www.keshyana.de](http://www.keshyana.de)**

Mi. 18:30 – 20:45 Uhr, 14-tägig

ab 22.09.2021, 9 Termine

Kunst- und Kreativstudio Kopali,  
Ronnertweg 7, 66292 Riegelsberg  
27 UST, EUR 72,00

## KUNSTHANDWERK

### Floristik

#### Workshop

#### Blumige Haarkränze wickeln

Jeder kann einen Haarkranz wickeln? Das behauptet Floristin Henrike Krauß und zeigt mit saisonalen Blüten in natürlicher und erfrischender Atmosphäre, wie der blumige Haarschmuck entsteht. Alle Arbeitsmaterialien sind vorhanden.

● **Kurs 9760**

**Henrike Krauß**

Mo. 04.10.2021, 18:00 – 19:30 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Werkraum 2

EUR 10,00 (zzgl. 15,00 EUR Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind)

#### Workshop

#### Traumhafte Kugelleuchte

Eine Styroporkugel, eine 40er LED-Drahtlichterkette, Butterbrottüten und Dekoelemente machen diese Leuchte zu einem tollen Hingucker für die Herbst- und Winterzeit.

Bitte Lichterkette 40er, ein Pack Butter-

brottüten (fettabweisend) mitbringen sowie Werkzeug: Klebepistole, Schere, Gartenschere und Drahtschere.

● **Kurs 9761**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Di. 21.09.2021, 18:30 – 20:45 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Werkraum 1

EUR 12,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind)

#### Workshop

#### Faszination Windlicht

Windlichter machen es in der dunklen Jahreszeit so richtig gemütlich. Es gibt so viele Gestaltungsideen. Wir zaubern an diesem Abend aus Draht und Naturmaterialien ein Unikat!

Bitte Schere, Klebepistole, Gartenschere und Haushaltschere mitbringen!

● **Kurs 9762**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Di. 02.11.2021, 18:30 – 20:45 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Werkraum 1

EUR 12,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind)

#### Junge vhs

#### Workshop

#### Leuchtender Moos-Stern

Bald ist Weihnachten und was gibt es da Schöneres, als die Weihnachtsdeko selbst zu machen! Wir gestalten einen Moos-Stern. Dieser thront auf einem langen Ast, der auf einer Holzscheibe befestigt ist. Der Stern wird mit Lichterkette und weihnachtlichen Materialien ausgeschmückt und mit Bändern verziert. Ihr gestaltet ein funkeln des Highlight, das euch in der Weihnachtszeit begleiten wird.

Für Kinder ab 6 Jahren

● **Kurs 9763**

**Susanne Hübschen, Floristin**

## Dozentinnen und Dozenten



### TATJANA FREILER

Freie Künstlerin und Mitarbeiterin in der Kunstvermittlung bei der Stiftung Saarl. Kulturbesitz

» In meinen Kursen verbinde ich traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen die TeilnehmerInnen viele neue Techniken kennen. Dabei stehen Spaß und Freude am künstlerischen Gestalten im Vordergrund. Gleichzeitig möchte ich mit kunsthistorischen Geschichten zu den einzelnen Techniken, Kunstepochen und Künstlern in meinen Kursen wichtiges Hintergrund- und Fachwissen vermitteln. «

Di. 09.11.2021, 16:30 – 18:00 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Werkraum 1  
EUR 8,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort  
zu entrichten sind)

### Workshop

#### Advent, Advent

Alle Jahre wieder ... weshalb nicht einmal  
einen professionellen und festlichen  
Adventskranz selber stecken?  
Mit der richtigen Technik, fachlicher Un-  
terstützung und einer Auswahl verschie-  
dener Materialien gelingt das bestimmt!  
*Bitte Gartenschere, Drahtschere und evtl.  
eine Klebepistole mitbringen!*

#### ● Kurs 9764

**Susanne Hübschen, Floristin**

Di. 23.11.2021, 18:30 – 20:45 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Werkraum 1  
EUR 12,00 (zzgl. Materialkosten, die vor  
Ort zu entrichten sind)

## GESUNDHEITSBILDUNG

### Entspannung, Bewegung und Stressbewältigung

#### Abendkurs

#### Ruheinsel

Dieser Kurs richtet sich an Menschen,  
welche dem Alltag für eine kurze Zeit  
entfliehen wollen, die unter ihren hohen  
beruflichen oder privaten Anforderun-  
gen leiden, einer Dauerstressbelastung  
ausgesetzt sind und sich bewusst eine  
kleine regelmäßige wöchentliche Auszeit  
gönnen wollen.  
In diesem Kurs werden verschiedene  
Entspannungstechniken vorgestellt, kleine  
Alltagsübungen aufgezeigt, und es gibt  
die Möglichkeit einer kleinen wöchentli-  
chen Reflexionsrunde zum Austausch un-

ter den Teilnehmern. Der Kurs ist darauf  
ausgerichtet, einmal für eine kurze Zeit  
nichts „zu müssen“, dafür aber „einfach  
sein“ zu können.

*Bitte Matte, Decke und ggf. Kopfkissen  
mitbringen sowie bequeme Kleidung mit  
warmen Socken anziehen!*

#### ● Kurs 9769

**Manuela Rommel-Jost, Heilpraktikerin für  
Psychotherapie und Entspannungstrainerin**

Mo. 18:00 – 20:00 Uhr  
ab 27.09.2021, 10 Termine  
Leonardo da Vinci, Meditationsraum  
20 UST, EUR 59,00

#### Abendkurs

#### Dem Stress die Stirn bieten

Der Workshop richtet sich an erwachsene  
Personen, die unter Stress und hohen An-  
forderungen im Alltag bereits leiden, oder  
Personen, die einer stressbedingten Über-  
forderung vorbeugen möchten. Er zielt  
darauf ab, das Wissen der Teilnehmenden  
zu erweitern und praktische Möglichkei-  
ten aufzuzeigen, die persönliche Stressbe-  
wältigung zielführender zu gestalten. Die  
Teilnehmenden bekommen einen Einblick,  
wie man handlungskompetenter mit sich  
umgehen und eigenen Belastungen, die  
nicht ausgeschaltet werden können, mit  
geeigneten Methoden und Techniken  
begegnen kann. Durch Selbstreflexion und  
das Auseinandersetzen mit persönlichen  
Themen werden Voraussetzungen geschaf-  
fen, um das Gelernte auch langfristig  
umsetzen und damit seinen eigenen  
Stresskreislauf durchbrechen zu können.  
*Bitte Matte, Decke, ggf. Kopfkissen und  
Schreibmaterial mitbringen sowie bequeme  
Kleidung mit warmen Socken anziehen!*

#### ● Kurs 9769A

**Manuela Rommel-Jost, Heilpraktikerin für  
Psychotherapie und Entspannungstrainerin**

Mo. 18:00 – 20:30 Uhr

ab 10.01.2022, 6 Termine  
Leonardo da Vinci, Raum 102,  
1. Stock/Meditationsraum  
20 UST, EUR 59,00

#### Abendkurs

#### Qi Gong – Das Muskel- und Knochen-Qi Gong

Qi Gong ist ein wichtiger Bestandteil der  
chinesischen Medizin mit einer jahrtau-  
sendealten Tradition. Die Silbe Qi kann  
man mit Lebensenergie übersetzen, die  
Silbe Gong heißt so viel wie Arbeit oder  
Übung. Das Muskel- und Knochen-Qi Gong  
versucht den Bewegungsapparat zu  
stabilisieren. Einfache Übungen lockern  
die Muskeln, stärken die Knochen und  
regulieren Haltung und Bewegung. Für  
AnfängerInnen und leicht Fortgeschrittene.

#### ● Kurs 9770

**Waltrud Hütten, Qi Gong- und  
Tai Ji-Lehrerin**

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 22.09.2021, 15 Termine  
Köllertalhalle Riegelsberg-Walpershofen  
20 UST, EUR 59,00

#### Abendkurs

#### Tai Ji Quan

Die Kenntnisse in folgenden Formen  
werden wiederholt und vertieft: Doppelfä-  
cherform, Peking-Form, 42er Wettkampf-  
Form, Schwert-Form und Säbel-Form.  
Tai Ji-Erfahrung ist für diesen Kurs erfor-  
derlich!

#### ● Kurs 9771

**Waltrud Hütten, Qi Gong- und  
Tai Ji-Lehrerin**

Mi. 19:00 – 20:30 Uhr  
ab 22.09.2021, 14 Termine  
Köllertalhalle Riegelsberg-Walpershofen  
28 UST, EUR 85,00

**Mehrgenerationenangebot****Nachmittagskurs****Eltern-Kind-Entspannung:  
Klangschalen und Klanginstrumente**

Lasst euch von den obertonreichen Klängen der Schalen und weiteren Klanginstrumenten – wie dem „Monochord“ – und von Klangspielen entspannen, berühren und stärken! Die Veranstaltung findet als Mehrgenerationenangebot statt, also bringt gerne eure(n) Mama/Papa, Oma/Opa oder Patentante/Patenonkel mit! Die Klänge kann man im Sitzen und Liegen genießen. Für Kinder ab 3 Jahren (mit Begleitperson). Bitte eine bequeme Unterlage mitbringen!

● **Kurs 9772A**

**Maria Magdalena Meyer, Gesundheitspraktikerin für Kräuter, Klänge und Gesänge**

Do. 07.10.2021, 17:15 – 18:45 Uhr

Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
EUR 10,00

**Nachmittagskurs****Eltern-Kind-Entspannung:  
Klangschalen und Klanginstrumente**● **Kurs 9772B**

**Maria Magdalena Meyer, Gesundheitspraktikerin für Kräuter, Klänge und Gesänge**

Do. 18.11.2021, 17:00 – 18:30 Uhr

Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
EUR 10,00

**Abendkurs****Wecke und entdecke deinen  
Beckenboden!****Effektives Beckenbodentraining –  
alles andere als langweilig!**

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die ein tieferes Bewusstsein für die Kraft und Energie in ihrem Beckenboden entwickeln wollen, um ihn einerseits zu stärken, andererseits vor Überbelastung zu bewahren. Mit abwechslungsreichen, motivierenden Übungen und wertvollen

Tipps sowohl für das eigenständige Üben als auch für das beckenbodengerechte Verhalten im Alltag soll genau dieses Bewusstsein geweckt werden. So lernen Sie, Ihren Beckenboden als ihre starke Mitte wahrzunehmen, zu unterstützen und zu pflegen. Und der Spaß bei den Übungen kommt dabei garantiert auch nicht zu kurz!

*Bitte Matte, Handtuch und ein kleines Kissen mitbringen, sowie bequeme Kleidung und warme Socken anziehen.*

*Dieser Kurs ist unter der Bezeichnung „Herztöne Präventionskurs zum Erhalt der Beckenbodenkraft und Kontinenz“ für Frauen zwischen 40 und 69 Jahren von der Prüfstelle für Prävention zertifiziert und kann von Ihrer Krankenkasse bezuschusst werden.*

● **Kurs 9778**

**Annette Marmit, Hebamme und Beckenbodentrainerin**

Di. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 21.09.2021, 10 Termine

Köllertalhalle Riegelsberg-Walpershofen  
20 UST, EUR 82,00

**BEWEGUNG UND FITNESS****FITNESS IM WASSER****Abendkurs****Wassergymnastik – Aquafit**

Ein sanftes und abwechslungsreiches Training, das geeignet ist zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Verbesserung der Kondition, Koordination und Beweglichkeit.

Das Wasser bietet auf der einen Seite eine Gelenkentlastung, aber gleichzeitig auch einen größeren Widerstand bei den Trainingseinheiten.

Bei diesem Kurs handelt es sich um einen inklusiven Kurs in Kooperation mit BSG

**Dozentinnen und  
Dozenten****MARCO BESCH**

Dozent für Fitnesskurse

» Als Polizeibeamter, Trainer und Sportübungsleiter des DOSB für Individual- und Gruppentraining und Sport in der Prävention/ Faszientraining BGM macht mir die Arbeit als vhs-Dozent sehr viel Spaß. In diesem Semester bin ich u.a. mit meinem Kurs Fit for Life – ein rückengerechtes Ganzkörpertraining sowie mit einem Schnupperkurs für die junge vhs Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kinder von 5 - 8 Jahren mit von der Partie. «

Riegelsberg e. V.

● **Kurs 9779**

**Maria Turner, zert. Übungsleiterin Wassergymnastik**

Do. 20:00 – 21:30 Uhr

ab 23.09.2021, 12 Termine

Kleinschwimmhalle Riegelsberg

Wolfskaulstr. 88, 66292 Riegelsberg

24 UST, EUR 50,00

**Herbstferienkurs**

**Junge vhs**

**Selbstbehauptung u.**

**Selbstverteidigung für Kinder von 5-8 Jahren**

Unsere Kinder sollen sicher sein vor Gewalt, Belästigungen und Übergriffen, auch sexueller Art. Mit einfachen Techniken und wirksamen Taktiken können entsprechende Belästigungen und auch aggressive Angriffe wirkungsvoll abgewehrt werden. Die Kinder lernen, gefährliche Situationen einzuschätzen und sind damit in der Lage, geistig-mental und aktiv zur Deeskalation beizutragen. Bestimmte Taktiken, Körper- und Abwehrhaltungen sowie erste grobmotorische Basistechniken der Selbstverteidigung helfen, sich stark und selbstbewusst nach außen darzustellen. Das Kursprogramm wird mit zahlreichen Übungen und Spielen, welche psychologische Aspekte wie Selbstbehauptung, Stärkung des eigenen Selbstbewusstseins und das eigene Verhalten auf Aggression und Angriff aufgreifen, ganzheitlich abgerundet.

● **Kurs 9780**

**Marco Besch, Polizeibeamter, Sportübungsleiter**

Di. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 19.10.2021, 2 Termine

Gymnastikraum Haus der Vereine

Kurze Str. 5, 66292 Riegelsberg

4 UST, EUR 12,00

**Wochenendkurs**

**Hybrid Power Workout**

Ein ganzheitliches High-Intensity Training mit Elementen aus Cardio, Krafttraining und Functional Training.

Mit diesem schweißtreibenden, hochintensiven Training baust Du kraftvolle Muskeln auf und trainierst bei maximaler Fettverbrennung hervorragend Deine Ausdauer. Mit Blöcken aus hochintensivem Intervall- und Zirkeltraining im Zeichen von „Cardio & Fatburn“ sowie speziellem Muskelaufbautraining mittels eigenem Körpergewicht und Widerstandsbändern steigerst Du Dich von Mal zu Mal und gewinnst ein neues, gesundes und durchtrainiertes Körpergefühl. Dynamische Parts werden gemixt mit Atem- und Halteübungen und werden von einem abschließenden „Cool-Down und Relax-Part“ abgerundet, so dass du die Energie noch besser spüren kannst.

● **Kurs 9781**

**Marco Besch, Polizeibeamter, Sportübungsleiter**

Sa. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 02.10.2021, 10 Termine

Gymnastikraum Haus der Vereine

Kurze Str. 5, 66292 Riegelsberg

20 UST, EUR 76,00

**Abendkurs**

**Fit for Life – ein rückengerechtes Ganzkörpertraining**

Das vielseitige und abwechslungsreiche Programm, das im Wesentlichen ganz ohne Geräte und Hilfsmittel auskommt, garantiert Power und Spaß. Mit einem spritzigen Cardio-Teil machen Sie den Fettpölsterchen Beine und verbessern ihre Kondition. Ergänzend formt und kräftigt das gezielte und wirkungsvolle Muskeltraining alle großen Muskelgruppen, speziell Bauch, Beine, Rücken und Gesäß in

rückengerechter Art und Weise besonders intensiv. Mit speziellen Bewegungsschulungen und ganzheitlichen Dehnübungen können Sie zudem degenerativen Funktionsverlusten vorbeugen. Einfache und effektive Techniken, um die Faszien zu kräftigen, zu dehnen und zu lösen, bewirken eine Wohltat für den Körper und runden die Stunden ab.

Das Training bringt Ergebnisse für Fitnesstypen jeden Alters und eignet sich sowohl für Ungeübte als auch für erfahrene Workout-Fans.

● **Kurs 9782**

**Marco Besch, Polizeibeamter, Sportübungsleiter**

Mo. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 20.09.2021, 6 Termine

Gymnastikraum Haus der Vereine

Kurze Str. 5, 66292 Riegelsberg

12 UST, EUR 47,00

● **Kurs 9783**

**Marco Besch, Polizeibeamter, Sportübungsleiter**

Mo. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 29.11.2021, 6 Termine

Gymnastikraum Haus der Vereine

Kurze Str. 5, 66292 Riegelsberg

EUR 47,00

**Einzelveranstaltung**

**Tanzen im Sitzen**

Diese Veranstaltung richtet sich an alle, die Spaß an Bewegung und Musik haben. Eine große Vielfalt an Rhythmen, Musikstilen und Bewegungen sorgt für die Belebung von Körper, Geist und Seele. Trainiert werden dabei u. a. Konzentration, Koordination, Reaktionsfähigkeit und Gedächtnis. Die Musik- und Tanzauswahl geht von Walzer bis Rock´n´Roll. Der Kurs ist für TeilnehmerInnen jeden Alters und jeglicher Mobilität geeignet.

## ● Kurs 9784

**Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 16.12.2021, 16:00 – 16:45 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen,  
 66292 Riegelsberg  
 gebührenfrei

**Einzelveranstaltung****Tanzen im Sitzen neu erleben**

## ● Kurs 9785

**Anita Leyes, Tanzleiterin**

Mi. 08.12.2021, 15:00 – 15:45 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße 1,  
 66292 Riegelsberg  
 gebührenfrei

**Nachmittagskurs****Tanzen im Sitzen**

Der Kurs richtet sich an alle, die Spaß an Bewegung und Musik haben. Er ist besonders für ältere Menschen und solche mit eingeschränkter Mobilität geeignet. Eine Vielfalt an Rhythmen, Musikstilen und Bewegungen sorgt für die Belebung von Körper, Geist und Seele. Trainiert werden Konzentration, Koordination, Reaktionsfähigkeit und Gedächtnis. Im Vordergrund steht die Freude am gemeinsamen Erleben mit Musik und Tanz.

Der Kurs findet alle zwei Wochen statt.

## ● Kurs 9786

**Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 15:00 – 16:30 Uhr  
 ab 23.09.2021, 6 Termine  
 Riegelsberghalle, Vereinsraum  
 EUR 25,00

**Nachmittagskurs****Klangschalen und Klanginstrumente zum Genießen**

## ● Kurs 9787

**Maria Magdalena Meyer, Gesundheitspraktikerin für Kräuter, Klänge und Gesänge**

Mi. 03.11.2021, 15:00 - 16:30 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen,  
 66292 Riegelsberg  
 gebührenfrei

**Nachmittagskurs****Klangschalen und Klanginstrumente zum Genießen**

## ● Kurs 9787A

**Maria Magdalena Meyer, Gesundheitspraktikerin für Kräuter, Klänge und Gesänge**

Do. 04.11.2021, 16:00 - 17:30 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße 1,  
 66292 Riegelsberg  
 gebührenfrei

**NATUR UND UMWELT****Wanderung****Wildkräuterspaziergang**

Diejenigen, die die Wildkräuter der Natur, die uns diese Jahreszeit schenkt, kennenlernen wollen, können sich zum zweieinhalbstündigen Spaziergang mit Maria Magdalena Meyer einfinden.

Die erfahrene Gesundheitspraktikerin informiert die TeilnehmerInnen über die Erkennungsmerkmale und Verarbeitung der essbaren Wildpflanzen sowie über deren gesunde Inhaltsstoffe. Eine kleine Kostprobe darf natürlich auch nicht fehlen.

## ● Kurs 9788

**Maria Magdalena Meyer, Gesundheitspraktikerin für Kräuter, Klänge und Gesänge**

Sa. 16.10.2021, 14:00 - 16:30 Uhr  
 Treffpunkt: Parkplatz Forsthaus Neuhaus,  
 66115 Saarbrücken  
 EUR 12,00

**Dozentinnen und Dozenten****ANITA LEYES**

Dozentin

» Tanzen im Sitzen (TIS) ist für alle Tanzbegeisterten, speziell für ältere Menschen und solche mit eingeschränkter Mobilität, geeignet. Das Bewegungsangebot und die Musikauswahl sind vielfältig. TIS fördert die Erhaltung und Verbesserung körperlicher Leistungsfähigkeit, trainiert die Koordination und das Gedächtnis und ist kommunikativ. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung nach Musik in geselliger Runde. «

## ERNÄHRUNG UND KOCHEN

### Junge vhs

#### Workshop für Kinder

#### Buttern wie anno dazumal ...

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren  
Jeder hat Butter im Kühlschrank, aber wer hat erlebt, wie sie entsteht? Unter Anleitung erfahren Sie allerhand Wissenswertes rund um die Milch und ihren Werdegang zur Butter. Im Bestand der Riegelsberger „Heimatstube“ des Vereins für Industriekultur und Geschichte Köllertal e. V. in der ehemaligen Hauswirtschaftsschule in der Hauerstraße 32 A befinden sich einige Buttergläser und Butterschleudern sowie ein großes Butterfass. Wir erklären, wie daraus Butter entstanden ist, und stellen dann mit Hilfe einiger Buttergläser mit Handkurbeln selbst Butter her. Auf diese Weise bekommt jeder die „Verwandlung“ des wertvollen Naturrohstoffs hautnah mit und es ist ein besonderer Moment zu erleben, wie aus Rahm Butter entsteht. Zu guter Letzt verfeinern wir die Butter mit Meersalz, feinen Kräutern und Limette.

Bitte kleine Gefäße mitbringen für die verschiedenen Buttersorten.

#### ● Kurs 9790

**Dr. Carolin Lehberger, Dipl.-Pädagogin, vhs-Direktorin**

Fr. 22.10.2021, 15:00 – 16:30 Uhr  
Ehem. Hauswirtschaftsschule Riegelsberg, Heimatstube  
EUR 6,00 (zzgl. EUR 3,00 Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind)

### Workshop für Erwachsene

#### Buttern wie anno dazumal ...

Bitte kleine Gefäße mitbringen für die verschiedenen Buttersorten.

#### ● Kurs 9791

**Dr. Carolin Lehberger, Dipl.-Pädagogin,**

### vhs-Direktorin

Fr. 22.10.2021, 17:00 – 18:30 Uhr  
Ehem. Hauswirtschaftsschule Riegelsberg, Heimatstube  
EUR 6,00 (zzgl. EUR 3,00 Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind)

## PC, TABLET & SMARTPHONE

### Abendkurs

#### EDV-Café – Lerntreff rund um PC, Laptop, Smartphone, Apps, Web-Seminare, Programme und Internet

In diesem Kurs bekommen Sie Unterstützung bei allen Fragen rund um die Anwendungen Ihrer Geräte. Bei einer Vielzahl an Programmen kann man schnell den Überblick verlieren. Auch Sicherheitseinstellungen sollten regelmäßig überprüft und erneuert werden. Unser Dozent, erfahrener IT-Spezialist und Berufspädagoge, nimmt dabei auf Ihr individuelles Lerntempo Rücksicht. Der Lerntreff findet im Zwei-Wochen-Takt an 6 Terminen immer donnerstags von 18:30 – 20:00 Uhr statt.

#### ● Kurs 9795

**Thorsten Meyer**

Do. 18:30 – 20:00 Uhr  
ab 30.09.2021, 6 Termine  
Service-Büro vhs Riegelsberg  
Marienstr. 1-3, 66292 Riegelsberg  
12 UST, EUR 54,00

## Dozentinnen und Dozenten



### BUTTERN WIE ANNO DAZUMAL

*Ein Kurs der besonderen Art*

» Jeder hat Butter im Kühlschrank, aber wer hat erlebt, wie sie entsteht? Unter Anleitung erfahren Sie allerhand Wissenswertes rund um die Milch und ihren Werdegang zur Butter. Im Bestand der Riegelsberger „Heimatstube“ des Vereins für Industriekultur und Geschichte Köllertal e. V. in der ehemaligen Hauswirtschaftsschule in der Hauerstraße 32 A befinden sich einige Buttergläser und Butterschleudern sowie ein großes Butterfass. Wir erklären, wie daraus Butter entstanden ist, und stellen dann mit Hilfe einiger Buttergläser mit Handkurbeln selbst Butter her. Auf diese Weise bekommt jeder die „Verwandlung“ des wertvollen Naturrohstoffs hautnah mit und es ist ein besonderer Moment zu erleben, wie aus Rahm Butter entsteht. Zu guter Letzt verfeinern wir die Butter mit Meersalz, feinen Kräutern und Limette. «



## DATENSCHUTZERKLÄRUNG

### 1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken, Altes Rathaus, Am Schlossplatz 1-2, 66119 Saarbrücken (nachfolgend vhs) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts. Der Regionalverband Saarbrücken unterliegt als öffentliche Stelle den Bestimmungen der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) und des Saarländischen Datenschutzgesetzes. Der Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ist uns ein sehr wichtiges Anliegen. Daher werden Ihre Daten im Rahmen der gesetzlichen Vorschriften geschützt und alle Vorgaben der DSGVO und des Saarländischen Datenschutzgesetzes eingehalten.

### 2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die anzugebenden Daten (Name, Vorname, Adresse) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. um bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Akademie für Ältere, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer sowie E-Mail-Adresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Im Lastschriftmandatbogen müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen. Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten

werden elektronisch gespeichert. Die dabei involvierten Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist Voraussetzung für Ihre Anmeldung zu unseren Kurs- und Veranstaltungsangeboten.

### 3. Newsletter

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

### 4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridgeoder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert-Abschlüssen, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitutionen weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei drittmittelfinanzierten Kursen (z.B. durch Bund / Land / Arbeitsagentur / Jobcenter) eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen dann auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Vorname, Anschrift) zur Durchsetzung der Forderung im Rahmen des gerichtlichen Mahnverfahrens weiterzuleiten.

### 5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

### 6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht. Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

### 7. Ihre Rechte

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

**datenschutz@rvsbr.de**

## 1. Geltungsbereich

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken (im Folgenden: vhs) gelten für alle Kurse und Veranstaltungen der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken. Soweit die AGB abweichende Regelungen nicht erfassen, gelten die Bestimmungen des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB).

## 2. Vertragsschluss und Anmeldung

Die Ankündigungen der vhs von Kursen und Veranstaltungen in den Programmen, Aushängen, Internet usw. sind nicht verbindlich.

Die Anmeldung zu den Kursen und Veranstaltungen muss schriftlich vor dem Beginn des Kurses/der Veranstaltung erfolgen. Für Einzelveranstaltungen mit Abendkasse ist keine vorherige Anmeldung erforderlich.

Die Anmeldung kann persönlich beim Zentralen Service, schriftlich per Post oder Fax, per E-Mail und über Internet erfolgen. Die Adressen und Rufnummern können den allgemeinen Informationen entnommen werden.

Ein verbindlicher Vertrag zwischen den Teilnehmern und der vhs kommt mit der Annahme der Anmeldung durch die vhs zustande. Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge des Einganges angenommen. Ein Anspruch auf Teilnahme besteht nicht.

Sollte der Kurs/die Veranstaltung ausgebucht sein, ausfallen oder sollten sonstigen Änderungen vorliegen, werden die Teilnehmer per E-Mail oder Schreiben informiert. Voraussetzung hierzu ist die Einwilligung zur Datenschutzerklärung und die Angabe der E-Mail-Adresse.

Kurse und Veranstaltungen, die nicht die Mindestteilnehmerzahl erreichen, können nur durchgeführt werden, wenn die Teilnehmer einer Kürzung der Kurstermine oder einer Erhöhung der Kursgebühr zustimmen.

Für Kurse der Akademie für Ältere wird neben den Kursgebühren eine Semestergebühr in Höhe von 30,- EUR erhoben. Teilnehmen können Personen mit einem Mindestalter ab 65 Jahren.

Für Einzelveranstaltungen – Vorträge, Kulturveranstaltungen – ist keine vorherige Anmeldung erforderlich. Das Entgelt ist vor Beginn der Veranstaltung an der Abendkasse zu entrichten. Ausnahmen werden ausdrücklich im Programm vermerkt. Die Zulassung zur den Einzelveranstaltungen ist durch die Kapazität der jeweiligen Veranstaltungsräume begrenzt.

## 3. Abmeldungen und Rücktritt

Abmeldungen müssen grundsätzlich schriftlich erfolgen und müssen vor dem zweiten Kurstermin bei der vhs eingegangen sein.

Für Wochenendseminare, Kurse im Rahmen des Saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG), Kompaktkurse über mehrere Tage und Studienfahrten ist eine Abmeldung bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn erforderlich. Wird durch den zurückgetretenen Kursteilnehmer eine Ersatzperson benannt, die in den Vertrag eintritt, ist eine Abmelde- bzw. Rücktrittserklärung nicht notwendig.

Abmeldungen und Rücktritte nach den grundsätzlichen Fristen aus wichtigem Grund sind schriftlich mit den entsprechenden Nachweisen bei der vhs

einzureichen. Die Entscheidung über eine wirksame Abmeldung bzw. Rücktritt obliegt der vhs.

Eine Rückerstattung der anteiligen Kursgebühren erfolgt grundsätzlich bargeldlos.

Die Abmeldungen oder Rücktrittserklärungen können rechtswirksam ausschließlich schriftlich gegenüber der vhs oder gegenüber der örtlichen vhs-Leitung erfolgen.

Unbeschadet der Möglichkeit eines Rücktritts nach den grundsätzlichen Fristen verlängert sich für den Fall, dass eine Vertragspartei an der Erfüllung des Vertrages durch höhere Gewalt wie Krieg, Endemie, Pandemie, schwere Überschwemmung, Feuer, Taifun, Sturm und Erdbeben, gehindert ist, den Vertrag zu erfüllen, die Frist für die Erfüllung des Vertrages um den Zeitraum, in dem die höhere Gewalt vorliegt. „Höhere Gewalt“ bedeutet das Eintreten eines Ereignisses, das eine Partei zumindest vorübergehend daran hindert, eine oder mehrere ihrer vertraglichen Verpflichtungen aus dem Vertrag zu erfüllen, wenn und soweit die von dem Hindernis betroffene Partei nachweist, dass dieses Hindernis außerhalb ihrer zumutbaren Kontrolle liegt, dass das Ereignis zum Zeitpunkt des Vertragsabschlusses vernünftigerweise nicht vorhersehbar war, und dass die Auswirkungen des Hindernisses von der betroffenen Partei nicht vernünftigerweise hätten vermieden oder überwunden werden können. Die betroffene Partei benachrichtigt die andere Partei unverzüglich wenigstens in Textform über den Eintritt Höherer Gewalt sowie über die Aussetzung der Leistungspflicht. Entfallen die Voraussetzungen für die o.g. Annahme Höherer Gewalt, benachrichtigt die betroffene Partei die andere Partei unverzüglich wenigstens per E-Mail. Sollte die Wirkung höherer Gewalt länger als 60 (sechzig) Tage andauern, hat die andere

Partei das Recht, den Vertrag fristlos mit der Folge einer Vertragsrückabwicklung nach den gesetzlichen Vorschriften zu kündigen.

#### 4. Kursgebühren und Ermäßigungen

Die Kursgebühren sind mit der Anmeldung fällig und können mittels Lastschriftverfahren, Überweisung, EC/Kreditkarte oder Barzahlung geleistet werden.

Das *Lastschriftverfahren* erfordert die Erteilung des SEPA-Lastschriftmandats. Das entsprechende Formular kann auf der Internetseite der vhs heruntergeladen werden und liegt beim Zentralen Service aus. Das übersandte Formular muss der vhs im Original vorliegen. Vor dem Einzug der Lastschrift werden wir Sie 14 Kalendertage vorher informieren (Prenotification), Kosten einer gescheiterten Abbuchung gehen zu Lasten des Kursteilnehmers.

*Barzahlungen, Zahlungen mit EC- und Kreditkarten* sind nur beim Zentralen Service möglich.

*Überweisungen* müssen innerhalb einer Woche nach Anmeldung erfolgen.

Bei *ermäßigungsfähigen Kursen* (gesonderte Kennzeichnung der Kursgebühren) erhalten Schüler/innen, Studenten/innen – nicht Fernstudium, Seniorenstudium und berufsbegleitende Studiengänge –, Auszubildende, Empfänger von Leistungen des SGB II, SGB XII, AsylbLG, Inhaber der Ehrenamtskarte und Bundesfreiwilligendienstleistende auf Antrag eine Ermäßigung. Hierzu sind die entsprechenden Belege/Nachweise mit der Anmeldung vorzulegen.

#### 5. Studienfahrten und Studienreisen

Bei der Durchführung von Studienfahrten/-reisen ist die vhs i.d.R. Vermittler i. S. des Reisevertragsrechts (§§ 651a ff BGB)

und beauftragt ein Reisebüro mit der Gesamtorganisation und Durchführung. Die pädagogische Vorbereitung obliegt der vhs. Für diese Angebote gelten neben den gesetzlichen Regelungen auch die der Veranstalter.

#### 6. Aufsichtspflicht gegenüber minderjährigen Teilnehmer/innen und Haftungsausschluss

Die Anmeldung zur Teilnahme an Kursen/Veranstaltungen schließt eine vertragliche Übernahme der Aufsichtspflicht über ein minderjähriges Kind durch die vhs ausdrücklich aus. Die vhs wird von eventuellen Haftungsansprüchen, die sich aus dem Verhalten des minderjährigen Kindes ergeben, freigestellt. Sofern Kinder unter 14 Jahren nach Kursende nicht abgeholt werden und selbständig nach Hause gehen dürfen, ist dies bei Anmeldung bekannt zu geben.

#### 7. Bescheinigung

Anmelde- und/oder Teilnahmebescheinigungen können auf Wunsch ausgestellt und beim Zentralen Service persönlich abgeholt werden oder per Post mit frankiertem Rückumschlag angefordert werden.

#### 8. Haftung

Die vhs haftet nicht für Schäden (Unfälle, Diebstahl usw.), die bei Veranstaltungen und Kursen entstehen, wenn sie nicht durch vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verhalten des Veranstalters verursacht werden. Etwaige Schäden sind der vhs unverzüglich zu melden.

#### 9. Widerrufsrecht Fernabsatzvertrag (§ 312c BGB)

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben

von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung der Informationspflicht der vhs gemäß Art. 246a § 1 Abs. 2 Satz 1 Nr. 1 u. 2 EGBGB (Einführungsgesetz zum BGB) sowie der Pflichten der vhs gem. § 312g Abs. 1 S. 1 BGB i. V. m. Art. 246a § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:  
*per Post*  
vhs Regionalverband Saarbrücken  
Altes Rathaus  
Schlossplatz 1-2  
66119 Saarbrücken  
*per Mail*  
carolin.lehberger@rvsbr.de  
Im Falle eines wirksamen Widerrufs nach Veranstaltungsbeginn kann die vhs ein anteiliges Kursentgelt nach Maßgabe der Inanspruchnahme durch den Teilnehmer berechnen.

Das Widerspruchsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten vollständig erfüllt ist, bevor das Widerspruchsrecht ausgeübt wurde.

#### 10. Hausordnung

In den Gebäuden sowie auf dazugehörigem Gelände der vhs ist die Hausordnung zu beachten. Wir bitten, die Räume sauber zu hinterlassen und die Einrichtungsgegenstände schonend zu nutzen.

#### 11. Schlussbestimmung

Sollten einzelne Bestimmungen des Vertrages oder der AGB ganz oder teilweise unwirksam sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Regelungen nicht berührt.



**Durchblick  
deine  
Finanzen.**

**Finanzplaner, Kontowecker  
und Multibanking – mit  
unseren digitalen Banking-  
Funktionen immer den  
Überblick behalten.  
Und den Kopf frei für das,  
was wichtig ist.**

Jetzt freischalten auf:  
[sparkasse-saarbruecken.de](https://sparkasse-saarbruecken.de)

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



**Sparkasse  
Saarbrücken**