

Außenstelle in Ringsheim/Rust Frühjahr/Sommer 2019

Sinnvolle Anlagestrategien in Zeiten niedriger Zinsen

Eine Rückkehr zur alten Geldpolitik mit höheren Zinsen kann für die nächsten Jahre ausgeschlossen werden. Zu hoch sind die Schuldenberge, um diese mit höheren Zinsen abbauen zu können. Da aber die Geldanlage im konventionellen niedrig verzinsten Bereich zu einer negativen Realverzinsung führt und somit Kapital vernichtet, müssen die bisherigen Anlagestrategien neu überdacht werden. In diesem Vortrag soll zunächst aufgezeigt werden, mit welchen Problemen sich die Notenbanken auseinander setzen müssen und warum eine baldige Abkehr aus der Niedrigzinsphase unwahrscheinlich ist. Dass man jedoch auch mit abgesicherten und robusten Aktienstrategien ein schönes Vermögen aufbauen und die Volatilität der Aktienmärkte bändigen kann, wird im zweiten Teil transparent und nachvollziehbar aufgezeigt.

103701

Werner Krieger

Dienstag, 26. Februar 2019, 19:00-21:00 Uhr

Ringsheim, Rathaussaal, Rathausplatz 1

Anmeldung erwünscht

Das ZAK-Verfahren auf dem Kahlenberg

Die Landkreise Emmendingen und Ortenaukreis haben früher ihren Hausmüll, die Graue Tonne, hauptsächlich auf der Deponie Kahlenberg entsorgt. Heute werden diese Abfälle mit einem neuen und modernen Verfahren verwertet. Es wird Energie gewonnen, natürliche Rohstoffressourcen dadurch geschont und somit ein wichtiger Beitrag zum Umweltschutz geleistet.

103714

Zweckverband Abfallbehandlung Kahlenberg - ZAK

Freitag, 22. März 2019, 13:30-16:00 Uhr

Besucherzentrum "Blickpunkt", Bergwerkstr. 1, Ringsheim

kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Höhepunkte der Normandie und Bretagne

In einer Bilderreise erleben die Besucher die abwechslungsreichen Landschaften der Normandie und der Bretagne. Höhepunkt ist der Mont St. Michel, das "Wunder des Abendlandes". Wir wandern entlang der Côte de la Granit Rose, bestaunen die einzigartigen Kalvarienberge und genießen Städte wie Rouen, Caen oder St. Malo. In Carnak unternehmen wir einen Gang in die frühe Geschichte und an der Côte Sauvage, der "Wilden Küste" genießen wir einen spektakulären Abschnitt des Atlantischen Ozeans.

109700

Heinrich Dix

Sonntag, 17. März 2019, 19:30-21:00 Uhr

Ringsheim, Bürgerhaus, großer Saal

3,50 EUR / 2,50 EUR

Taubergießen - Mit Boot und Fisch

Die Exkursion umfasst die Bootsfahrt von Rheinhausen bis Rust. Die Rückwanderung (ca. 1,5 Std.) führt durch den Rheinauenwald. Ein gemeinsames Fischessen (nicht im Preis enthalten) rundet das Programm ab. Festes, bequemes Schuhwerk wird empfohlen. Treffpunkt: Parkplatz Weiher - Ortsteil Oberhausen. Die Teilnehmer erhalten eine Woche vor Kursbeginn weitere Informationen von Frau Dixa.

109701

Theo Maurer

Samstag, 4. Mai 2019, 9:00-15:00 Uhr

Treffpunkt siehe Info

14,- EUR

Schlettstadt (Selestat) - Auf den Spuren der Humanisten –

Tagesfahrt

Schlettstadt ist mit seinem mittelalterlichen Stadtkern eher weniger bekannt. Doch seine humanistische Bibliothek zählt neben dem Straßburger Münster und dem Isenheimer Altar zu den bedeutendsten Schätzen des Elsaß. Die Bibliothek wurde nach umfassenden Renovierungsarbeiten im Juni 2018 wieder eröffnet. Am Vormittag werden wir bei einer Führung die Schätze der Bibliothek kennenlernen. Am Nachmittag unternehmen wir einen geführten Rundgang durch Selestat. Mit einer kleinen Weinverkostung in einem ausgewählten Weingut in Kinzheim lassen wir den Tag ausklingen.

In Zusammenarbeit mit dem Kulturkreis Ringsheim e.V. Anmeldung und Bezahlung erfolgt über den Kulturkreis Ringsheim, Heinrich Dixa, heinrich@dixa.de oder Tel. 07822 896761 Treffpunkt: Bürgerhaus Ringsheim (Parkplätze vorhanden)

200701

Heinrich Dixa

Samstag, 18. Mai 2019, 8:00-19:00 Uhr

Treffpunkt siehe Info

45,- EUR (inkl. Busfahrt, Führung sowie Weinprobe)

Farben und Stil - Mode und Make-up

In der Veranstaltung wird erläutert und demonstriert, wie typgerecht ausgewählte Farben die persönliche Ausstrahlung steigern. Bitte ungeschminkt und im weißen T-Shirt teilnehmen. Materialkosten bitte bar entrichten.

200730

Sybille Roll / Kerstin Berg

Donnerstag, 21. März 2019, 18:00-21:00 Uhr

Schule Rust

25,- EUR (zzgl. 6,- EUR Materialkosten)

Aktuelle Mode selbst genäht

Vom Schnitt bis zum fertigen Kleidungsstück – ob Jacke, Hose oder Rock – nähen Sie je nach Vorkenntnissen, was Sie wünschen. Sie erlernen den Umgang mit Schnittmustern, maßnehmen, zuschneiden, bis zur Fertigstellung des von Ihnen gewünschten Kleidungsstücks. Der Kurs beginnt mit einem Informationsabend (ca. 45 Minuten), bei dem Kursverlauf, Vorgehensweise sowie Materialbedarf besprochen werden. Es folgen fünf Nähabende, diese Termine (montags 19:00-21:15 Uhr) werden noch bekannt gegeben. Bitte mitbringen: Eigene Nähmaschine, Nähutensilien, Schere, Nadeln etc.

209724

Brigitte Nieborowsky

Montag, 19:00-19:45 Uhr

ab Montag, 18. März 2019, 6 x

Ringsheim, Karl-Person-Schule

66,50 EUR (min. 6/max. 6 Teiln.)

Frühlingsdekoration - Holzwerkstatt für Frauen

Wollen Sie Ihre Frühlingsdekoration dieses Jahr selber basteln? Fehlen Ihnen noch die passenden Ideen? Dann haben wir möglicherweise den richtigen Vorschlag aus der Holzwerkstatt für Sie. Für den Frühling bauen wir etwas Schönes zum Dekorieren - einfach natürlich schön. In Kooperation mit dem Naturzentrum Rheinauen.

Anmeldung und Bezahlung nur beim Naturzentrum Rheinauen (Tel.: 07822/864536 oder per Mail an info@naturzentrum-rheinauen.de). Gebühr und Materialkosten bitte bar vor Ort bezahlen.

210702

Naturzentrum Rheinauen

Donnerstag, 28. März 2019, 18:00-21:00 Uhr

Rust, Naturzentrum Rheinauen, Allmendweg 5

8,- EUR (zzgl. 8,- EUR Materialkosten)

Nistkastenbau - Holz- und Kreativwerkstatt - /Groß-/Eltern-Kind-Projekt

Für die heimischen Vögel wird die Suche nach einem geeigneten Brutplatz zunehmend schwerer. Mit dem Nistkasten "Marke Eigenbau" werden die Vögel aktiv unterstützt. In der Holzwerkstatt bauen wir eigene Nistkästen für Ihren Garten oder Balkon. In Kooperation mit dem Naturzentrum Rheinauen.

Anmeldung und Bezahlung nur beim Naturzentrum Rheinauen (Tel.: 07822/864536 oder per Mail an info@naturzentrum-rheinauen.de). Materialkosten bitte bar vor Ort bezahlen.

210706

Naturzentrum Rheinauen

Freitag, 15. März 2019, 15:00-17:00 Uhr

Rust, Naturzentrum Rheinauen, Allmendweg 5

7,- EUR zzgl. 5,- EUR Materialkosten pro Eltern-Kind-Paar (Barkasse)

Holzwerkstatt - wer hoppelt denn da?

Eltern-Kind-Projekt (ab 6 J.)

Wenn die Wiesen wieder grüner werden und die Osterglocken zu blühen beginnen, kann er nicht mehr weit sein: Der Osterhase. In der Holzwerkstatt basteln wir tolle Osterhasen, um dem "Echten" einen schönen Empfang zu bereiten. In Kooperation mit dem Naturzentrum Rheinauen. Anmeldung und Bezahlung nur beim Naturzentrum (Tel.: 07822/864536, E-Mail: info@naturzentrum-rheinauen.de)

210707

Naturzentrum Rheinauen

Montag, 1. April 2019, 15:00-17:00 Uhr

Rust, Naturzentrum Rheinauen, Allmendweg 5

5,- EUR pro Paar (zzgl. 5,- EUR Materialkosten)

Ringsheimer Gesundheitstag

Der Ringsheimer Gesundheitstag wird gemeinsam von der VHS Ringsheim/Rust mit dem Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim und dem Förderverein Kreiskrankenhaus Ettenheim e.V. ausgerichtet.

Folgende Vorträge sind vorgesehen:

14:00 Uhr Vortrag: Gelenkerkrankung Arthrose

Prof. Dr. Akhil P. Verheyden, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

15:00 Uhr Vortrag: Diagnose und Behandlung von chronischen Schmerzen

Dr. Ingo Schilk, Facharzt für Anästhesiologie, Spezielle Schmerztherapie, Palliativmedizin, Notfallmedizin

16 Uhr Vortrag: Krebsvorsorge

Dr. Boris Weber, Facharzt für Innere Medizin, Notfallmedizin, Palliativmedizin, Ettenheim

Im Anschluss besteht die Gelegenheit, das Gespräch mit Experten und Mitgliedern von Selbsthilfegruppen zu suchen und Fragen zu klären.

300701

Prof. Dr. med. Akhil P. Verheyden / Dr. Ingo Schilk / Dr. med. Boris Weber

Sonntag, 10. März 2019, 14:00-17:00 Uhr

Ringsheim, Bürgerhaus

Eintritt frei

Wege der Achtsamkeit - Formen der Meditation kennenlernen

Die Übung der Stille ist uralte. Heute wird ihre Wirkung erforscht und ist eine hilfreiche Ergänzung zur medizinischen Behandlung. In einem Kurzvortrag werden Sie über Formen der Meditation und ihre Wirkung informiert. Für die anschließende Übung der Achtsamkeitsmeditation gilt: Was wir dabei tun, ist nichts Besonderes, es ist ein schweigendes Verweilen im Augenblick, ein Spüren von Innen und Außen, ein Wahrnehmen von Gedanken und Vorstellungen, die wir loslassen durch Hinwendung auf den Atem. Bei der Übung sitzen wir auf Stühlen, die Kleidung sollte bequem sein, so dass ein freier Atem möglich ist.

301701

Dieter Schleier

Dienstag, 19. März 2019, 18:30-20:00 Uhr

Ringsheim, Bürgerhaus, Raum 1 EG

Kostenfrei

Yoga

Yoga hat das Ziel, durch Entspannung, gezieltes Atmen und Körperübungen die Harmonie zwischen Körper, Seele und Geist herzustellen. Durch fließende Übergänge lernen wir, uns selbst wahrzunehmen und unsere Konzentration und Achtsamkeit zu verbessern. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage, Decke und kleines Kissen.

301740

Sabrina Burckhardt

Freitag, 18:00-19:30 Uhr

ab Freitag, 15. März 2019, 12 x

Ringsheim, Karl-Person-Schule, Bewegungsraum

62,50 EUR

Entspannungstraining nach Jacobson

Mit Yogaimpulsen und progressiver Muskelentspannung nach Jacobson lernen Sie, bewusst und achtsam den Tag zu beschließen. So können Sie dem Stress entgegenwirken, Verspannungen lösen und Ihr Körpergefühl verbessern. Darüber hinaus erreichen Sie mehr Gelassenheit, Vitalität, Lebensfreude und Wohlbefinden. Das Zusammenspiel von Atmung und Bewegung führt zur inneren Balance, verbunden mit einer tiefgreifenden Regeneration, sowohl auf der körperlichen als auch auf der geistigen Ebene. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage, Decke und kleines Kissen.

Am 21.03. findet der Kurs nicht statt.

301771

Hildegard Weber

Donnerstag, 20:00-21:30 Uhr

ab Donnerstag, 14. März 2019, 8 x

Ringsheim, Bürgerhaus, großer Saal

52,- EUR

Wirbelsäulengymnastik

Mit Liebe geführte Übungen geben Muskulatur und Faszien Impulse zum Entspannen und Lösen, zum Mobilisieren und Stärken. Der gesamte Körper kann sich so an seine vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten erinnern, sie wieder neu entdecken und eine natürliche Aufrichtung und Haltung entwickeln. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Socken oder Innenraumschuhe.

Am 18.03. findet der Kurs nicht statt.

302701

Phoebe Wacker

Montag, 18:00-19:00 Uhr

ab Montag, 11. März 2019, 12 x

Ringsheim, Bürgerhaus, Dachgeschoss

41,- EUR

Wirbelsäulengymnastik

Mit Liebe gezielte Übungen geben Muskulatur und Faszien Impulse zum Entspannen und Lösen, zum Mobilisieren und Stärken. Der gesamte Körper kann sich so an seine vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten erinnern, sie wieder neu entdecken und eine natürliche Aufrichtung und Haltung entwickeln. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Socken oder Innenraumschuhe.

Am 21.03. findet der Kurs nicht statt.

302702

Phoebe Wacker

Donnerstag, 18:30-19:30 Uhr

ab Donnerstag, 21. Februar 2019, 12 x

Rust, Seniorenwohnanlage; Klosgarten, Hindenburgstr. 29

41,- EUR

Wirbelsäulengymnastik

Damit die Muskeln rund um die Wirbelsäule ihre Halte- und Bewegungsfunktion besser erfüllen können, stärken wir mit gezieltem Training und Dehnübungen. Eine Wohltat für den Rücken ist die Entspannung am Ende der Stunde.

Bitte mitbringen: Sportschuhe, Gymnastikmatte.

302703

Angelika Löffler

Montag, 8:30-9:30 Uhr

ab Montag, 18. Februar 2019, 12 x

Ringsheim, Bürgerhaus, Dachgeschoss

41,- EUR

Gymnastik für Männer (50plus)

Mit Gymnastik und gezielten Dehnungsübungen stärken wir unsere Muskeln und steigern so die Beweglichkeit.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte.

302705

Hermann Bucher

Mittwoch, 19:30-20:30 Uhr

ab Mittwoch, 13. März 2019, 10 x

Ringsheim, Bürgerhaus

34,50 EUR

Rückenfit

Rückengymnastik für Frauen und Männer. Nach einem Aufwärmtraining für mehr Beweglichkeit, Koordination und Kondition erleben Sie anhand ausgewählter Übungen, wie Sie Ihre Muskeln kräftigen und Ihren Rücken stabilisieren und dadurch Ihre Körperhaltung verbessern. Die Stunde wird durch Entspannungsübungen abgerundet, die Muskulatur erholt sich und Sie erreichen ein positives Körpergefühl. Bitte mitbringen: Sportschuhe, Gymnastikmatte.

Am 21.03. findet der Kurs nicht statt.

302706

Hildegard Weber

Donnerstag, 18:45-19:45 Uhr

ab Donnerstag, 14. März 2019, 9 x

Ringsheim, Bürgerhaus, großer Saal

31,- EUR

Pilates in Rust

Die Übungen zielen auf den Aufbau eines starken Körperzentrums durch konzentriertes Training der Bauch- und Rückenmuskulatur. Dadurch wird eine rückengerechte Haltung gefördert. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte.

302708

Tanja Kollefrath

Montag, 18:00-19:00 Uhr

ab Montag, 18. Februar 2019, 10 x

Rust, Seniorenwohnanlage; Klostergarten, Hindenburgstr. 29

34,50 EUR

Wirbelsäulengymnastik

Wirbelsäulengymnastik ist sehr wirkungsvoll, wenn der Rücken sich schmerzhaft bemerkbar macht. Sinnvoll wäre natürlich, wenn man damit schon beginnen würde, bevor Schmerzen auftreten. Im Kurs wird mit gezielten Übungen die Rückenmuskulatur trainiert und Verspannungen können gelöst werden. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikmatte.

302709

Tanja Kollefrath

Montag, 19:00-20:00 Uhr

ab Montag, 18. Februar 2019, 10 x

Rust, Seniorenwohnanlage; Klostergarten, Hindenburgstr. 29

34,50 EUR

Pilates am Vormittag

Die Übungen zielen auf den Aufbau eines starken Körperzentrums durch konzentriertes Training der Bauch- und Rückenmuskulatur. Dadurch wird eine rückengerechte Haltung gefördert. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte.

302710

Silke Blum

Mittwoch, 9:00-10:00 Uhr

ab Mittwoch, 13. März 2019, 10 x

Ringsheim, Bürgerhaus, Dachgeschoss

34,50 EUR

Zumba

Zumba ist ein Rundumtraining und für jeden geeignet. Der ganze Körper wird aktiviert, dabei werden gleichzeitig Fett verbrannt, Muskeln aufgebaut und die Haut gestrafft. Die Kombination aus schnellen und langsamen rhythmischen Bewegungen zu lateinamerikanischer Musik macht das Training einzigartig.

302711

Irma Jariashvili-Ziebold

Montag, 18:30-19:30 Uhr

ab Montag, 11. März 2019, 12 x

Ringsheim, Bürgerhaus, großer Saal

41,- EUR

Was haben Rheuma, Arthrose, Allergien, Asthma, Neurodermitis und vieles mehr mit dem Darm zu tun?

Unser Verdauungssystem rückt immer mehr in den Focus einer aufgeschlossenen modernen Medizin. Unser Stoffwechsel und das darmständige Immunsystem sind oftmals Ursache von Allergien, aber auch Autoimmunerkrankungen wie Colitis ulcerosa, Morbus Crohn, Rheuma, Multiple Sklerose. In diesem Vortrag werden Zusammenhänge aufgezeigt, die oftmals Ursache für chronische und therapieresistente Erkrankungen sein können.

303701

Dr. Michael Zimmermann

Donnerstag, 4. April 2019, 19:00-21:00 Uhr

Ringsheim, Rathaussaal, Rathausplatz 1

Eintritt frei

Schlaganfall - erkennen, behandeln, vorbeugen

Jährlich erleiden in Deutschland etwa 270.000 Menschen einen Schlaganfall, knapp 2000 davon im Ortenaukreis. Die Erkrankung ist damit die dritthäufigste Todesursache in Deutschland und der häufigste Grund für eine bleibende Behinderung. Anlass zur Hoffnung geben neue Möglichkeiten der Akutbehandlung, insbesondere durch das Verfahren der mechanischen Entfernung von Blutgerinnseln aus den Hirngefäßen (Thrombektomie). Da diese Therapiemöglichkeiten nur in den ersten Stunden zur Verfügung stehen ist es entscheidend, einen Schlaganfall möglichst rasch zu erkennen und den betroffenen Patienten umgehend in eine qualifizierte Spezialstation zur Schlaganfall-Behandlung (Stroke-Unit) einzuweisen. In dem Vortrag werden die möglichen Symptome eines Schlaganfalls dargestellt, die aktuellen Behandlungsmaßnahmen erläutert und es wird auf die wichtigsten Risikofaktoren und entsprechende Vorbeugemaßnahmen eingegangen.

303702

PD Dr. med.Christian Blahak

Donnerstag, 11. April 2019, 19:00-21:00 Uhr

Ringsheim, Rathaussaal, Rathausplatz 1

Eintritt frei

Vom Umgang mit Demenzkranken

Rund 80% aller an Demenz erkrankten Menschen werden von ihren Angehörigen versorgt und begleitet. Die Bezugspersonen übernehmen eine schwere und verantwortungsvolle Aufgabe, die sich oftmals über viele Jahre hinzieht. Dennoch gibt es viele Möglichkeiten, aus der Zeit mit der Krankheit wertvolle und erfüllte gemeinsame Jahre zu machen. Wichtig ist das Wissen über die Krankheit, um die persönliche Würde der Erkrankten zu wahren und ihre Eigenständigkeit so weit wie möglich aufrecht zu erhalten. Der Vortrag behandelt auch Entlastungsangebote und wichtige rechtliche und finanzielle Aspekte.

303704

Ruth Volz

Donnerstag, 14. März 2019, 19:00-20:30 Uhr

Rust, altes Rathaus, Friedrichstr. 7

Eintritt frei (Spende erbeten)

Fingerfood - klein und fein

Geschmackvolle Fingerfood-Ideen für Ihre nächste Party.

In diesem Kurs lernen die Teilnehmer/innen, wie man mundgerechte Happen für Gäste selbst herstellen kann.

Pikante Minitörtchen und Raffiniertes aus der Hand werden zubereitet. Naturalkosten bitte bar entrichten.

305701

Dimitri Kurc

Dienstag, 19. März 2019, 18:00-21:00 Uhr

Schule Rust

13,- EUR (zzgl. ca. 10,- Euro Naturalkosten) (min. 8/max. 12 Teiln.)

Süßes Finale - das Beste zum Schluss

Desserts sind das i-Tüpfelchen und bilden den krönenden Abschluss einer Mahlzeit. Ein kleiner Schaum, knuspriges Gebäck, fruchtig Leichtes oder eine köstliche Crème machen ein Essen zu einem vollkommenen Genuss. Unter der Leitung eines erfahrenen Konditors werden 5 verschiedene Desserts hergestellt. Naturalkosten bitte bar entrichten.

305702

Dimitri Kurc

Dienstag, 2. April 2019, 18:00-21:00 Uhr

Schule Rust

13,- EUR (zzgl. ca. 10,- Euro Naturalkosten) (min. 8/max. 12 Teiln.)

Was Sie schon immer über Kaffee wissen wollten

Kaffee ist nicht gleich Kaffee...

Dieser Kurs richtet sich an alle Freunde des heißen schwarzen Getränks, die mehr über Kaffee wissen wollen, über den Ursprung des Kaffees, die Kaffeesorten und Anbauländer, die Kaffeeaufbereitung (Ernte und Verarbeitung, Kaffeehandel, Rösten) und, ganz wichtig, über die Zubereitungsmethoden. Wir probieren im Kurs unterschiedliche Zubereitungsmethoden aus, die sich gut für den Kaffeegenuss zu Hause eignen: V60-Dripper, Karlsbader Kanne, Chemex, AeroPress, und als Extra: Profi-Siebträgermaschine.

Der Referent ist Kaffeesommelier (IHK) und SCA Barista und nimmt Sie mit auf eine inspirierende Reise durch die Welt des schwarzen Energiespenders. Erleben Sie bei einer Kaffee-Degustation, wie interessant das Thema Kaffee ist.

Die Kosten in Höhe von 30,- EUR werden vor Ort in bar eingezogen und kommen in voller Höhe dem inklusiven Kaffeehaus "Café de la Vida" zugute, das von Ehrenamtlichen getragen wird. Treffpunkt: Café de la Vida, Im Bürgerzentrum 1, 79365 Rheinhausen.

305703

Dr. Jürgen Louis

Samstag, 23. März 2019, 9:00-13:00 Uhr

Treffpunkt siehe Info

30,- EUR Naturalkosten (Barkasse)

Männer an den Herd - Spanische Küche

Bei einem kulinarischen Ausflug nach Spanien lernen Sie, wie raffinierte Tapas hergestellt werden und bereiten eine Paella zu. Bitte mitbringen: Geschirrtücher, Vorratsbehälter. Naturalkosten bitte bar entrichten.

305704

Heinrich Dix

Donnerstag, 28. März 2019, 18:00-21:00 Uhr

Schule Rust

13,- EUR (zzgl. ca. 10,- EUR Naturalkosten) (min. 8/max. 12 Teiln.)

Englisch - Leichte Konversation

Let's talk English and have fun! We are going to focus on spoken English in this course, but we are also going to repeat grammatical structures and improve your vocabulary. Different everyday situations and topics, such as holiday, small talk, media, society, music etc., will serve as a basis for our conversations. Kopierkosten bitte bar entrichten.

406701

Dr. Bianca Kossmann

Donnerstag, 19:30-21:00 Uhr

ab Donnerstag, 14. März 2019, 8 x

Ringsheim, Karl-Person-Schule

50,- EUR (zzgl. ca. 5,- EUR Kopierkosten) (min. 8/max. 12 Teiln.)

Französisch A2.1 - 5. Semester

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierten mit grundlegenden Französischkenntnissen.

On y va! A2, ab Lektion 3.

408701

Dr. Bianca Kossmann

Dienstag, 19:30-21:00 Uhr

ab Dienstag, 12. März 2019, 10 x

Ringsheim, Karl-Person-Schule

62,- EUR (min. 8/max. 12 Teiln.)

Französisch B2

Für Interessierte mit sehr guten Vorkenntnissen.

On y va! B1, ab Lektion 7 und Lektüre.

408702

Bernadette Mutter

Dienstag, 18:00-19:30 Uhr

ab Dienstag, 19. Februar 2019, 14 x

Ringsheim, Karl-Person-Schule

69,50 EUR

Spanisch für die Reise - 3. Semester

Der Kurs ist ideal für Interessierte mit sehr geringen Spanischkenntnissen, die die klassischen Alltagssituationen auf Reisen in Spanien und Lateinamerika sicher bewältigen wollen. Auf eine komplexe Grammatikvermittlung wird verzichtet. Stattdessen steht die mündliche Kommunikation im Mittelpunkt.

Wir arbeiten mit dem Lehrwerk Vivan las vacaciones! ab Kapitel 7. Vivan las vacaciones! Ab Kapitel 7

422701

Carla Louis

Mittwoch, 18:00-19:30 Uhr

ab Mittwoch, 13. März 2019, 8 x

Ringsheim, Karl-Person-Schule

40,- EUR

Personal Coaching - Wer bin ich?

Die Zeit, die Sie Ihrer persönlichen Entwicklung widmen, ist die beste Investition in Ihre Zukunft. Wenn Sie sich gut und wohl fühlen, wird alles erträglicher. Der Workshop "Wer bin ich?" hilft Ihnen, durch persönliche Analyseübungen eine klarere Sicht Ihrer Person zu erlangen. Sie können Ihre Situation einschätzen und sich neue Ziele für eine bessere Lebensqualität geben. Das Einzige, was Sie mitbringen müssen, ist die Bereitschaft, an der Entwicklung Ihrer Persönlichkeit zu arbeiten. Plus ein Notizbuch, Bleistift und Buntstifte.

506701

Carla Louis

Samstag, 16. März 2019, 9:00-13:00 Uhr

Ringsheim, Rathaussaal, Rathausplatz 1

22,50 EUR (min. 8/max. 12 Teiln.)