



VHS Ringsheim/Rust

Esther Dixa

Schwarzwaldstr. 7a
77975 Ringsheim

Tel 078 22/89 67 61
Esther@Dixa.de

Vorträge

Faszination Namibia

Die Bilderreise führt in das ehemalige Südwestafrika und in eine der faszinierendsten Landschaften der Erde. Eine einzigartige Tierwelt, historische Höhepunkte und rätselhaftes Phänomene machen Namibia zu einem der beliebtesten Ziele im Süden Afrikas. Der Referent nimmt die Zuschauer mit auf die Reise in ein Land, in dem die Spuren der deutschen Vergangenheit noch heute sichtbar sind.

109700

Heinrich Dixa

Sonntag, 3. November 2019, 19:00 Uhr
Ringsheim, Bürgerhaus, großer Saal
3,50 EUR / 2,50 EUR

Norwegen – Vom Südkap in den hohen Norden

Die Reise führt in eines der vielfältigsten und spektakulärsten Länder Europas, das sich in den letzten Jahrzehnten durch die Ölförderung rasant verändert hat. Doch es hat seine Größe, Stille, Weite und unberührte, grandiose Natur erhalten. Malerische Fjorde und glasklare Seen, eine zerklüftete Küstenlinie mit unzähligen Inseln, rauschende Wasserfälle, einsame baumlose Hochebenen, Wälder und fruchtbare Täler und die mächtigsten Gletscher des europäischen Festlandes bieten ständig neue, gegensätzliche Landschaftseindrücke. Daneben pulst während des Mittsommers in den Städten das Leben. Die dortige moderne Architektur fasziniert und zeugt vom Reichtum des Landes. Die Referentin reiste 7 Wochen lang durch Norwegen. Sie berichtet über ihre Reiseerfahrungen und gibt gerne praktische Tipps an Norwegeninteressierte weiter.

109701

Gabriele Melcher

Sonntag, 19. Januar 2020, 19:00 Uhr
Rust, altes Rathaus, Friedrichstr. 7
3,50 EUR / 2,50 EUR



Patientenverfügung - Vorsorgevollmacht - Betreuungsverfügung

Drei Instrumente stehen zur Verfügung, um in gesunden Tagen im Sinne der Selbstbestimmung schriftliche Willenserklärungen für den Fall einer späteren Einwilligungsunfähigkeit abgeben zu können: die Patientenverfügung, die Vorsorgevollmacht und die Betreuungsverfügung. Doch für wen ist das sinnvoll? Was gehört dazu? Wie kann man die Dokumente erstellen? Dr. med. Boris Weber gibt Antworten auf diese Fragen. Zur besseren Veranschaulichung der Problematik berichtet im Anschluss der Nephrologe Dr. med. Jörg Baumert von seinen Erfahrungen aus der Dialysepraxis.

103701

Dr. med. Boris Weber / Dr. Jörg Baumert
Dienstag, 14. Januar 2020, 19:00 Uhr
Rust, altes Rathaus, Friedrichstr. 7
Eintritt frei

Ringsheimer Kindergesundheitstag

Bei dieser Veranstaltung werden Vorträge zu Infektionskrankheiten und Wintersportunfällen sowie deren Prävention geboten. Hauptreferenten sind Dr. Stefan Stuhmann, Chefarzt der Kinderklinik Ortenau, und Dr. Eike Mrosek, Chefarzt der Klinik für Unfall-, Hand- und Wiederherstellende Chirurgie, Ortenau Klinikum. Beide arbeiten in der Kinderklinik diagnostisch und therapeutisch eng zusammen sowie Prof. Dr. med. Klaus Deichmann, Kinderarzt, Herbolzheim. In Zusammenarbeit mit der Kinderklinik Offenburg und unter der Schirmherrschaft von Mauritia Mack.

300701

Dr. Stefan Stuhmann / Dr. Eike Mrosek /
Prof. Dr. med. Klaus Deichmann
Sonntag, 26. Januar 2020, 14:00-17:00 Uhr
Ringsheim, Bürgerhaus
Eintritt frei

Der graue und der grüne Star

Allein in Deutschland leiden mehr als 50 000 Menschen am Grünen Star - oft ohne dies zu wissen. Der Grüne Star, auch Glaukom genannt, bezeichnet verschiedene Erkrankungen, die den Sehnerv und die Netzhaut schädigen. Hierdurch verschlechtert sich die Sehkraft. Der Grüne Star ist wie auch der Graue Star eine Erkrankung des Innenauges. Die Ursachen, Symptome und Konsequenzen beider Erkrankungen unterscheiden sich allerdings maßgeblich. Daher werden bei den Krankheitsbildern auch unterschiedliche Behandlungswege eingeschlagen. Der Referent informiert in seinem Vortrag über die Unterschiede der Krankheitsbilder sowie moderne Behandlungsmöglichkeiten. Eine Kooperation mit dem Ortenau Klinikum.

303701

Prof. Dr. Konrad Hille
Donnerstag, 14. November 2019, 19:00 Uhr
Ringsheim, Rathausaal, Rathausplatz 1
Eintritt frei

Plötzlicher Herztod

Jedes Jahr erleiden in Deutschland 65.000 Menschen einen plötzlichen Herztod. Unmittelbar eingeleitet wird der plötzliche Herztod überwiegend durch Kammerflimmern, das das Herz von einer Sekunde auf die andere komplett aus dem Takt bringt. Das Herz hört auf zu schlagen, der Blutdruck sinkt auf „Null“. Der Patient verspürt nach vier Sekunden eine „Leere“ im Kopf. Nach acht Sekunden bricht er bewusstlos zusammen. Nach zwei bis drei Minuten hört er auf zu atmen. Nach zehn Minuten sind Wiederbelebungsmaßnahmen in aller Regel erfolglos. Welche Patienten sind gefährdet einen plötzlichen Herztod zu erleiden? Welche Risikofaktoren bestehen und wie kann vorgebeugt werden? Was ist im Notfall zu tun und welche Maßnahmen sind lebensrettend? Die Veranstaltung findet im Rahmen der Herzwochen 2019 statt und wird durch die Deutsche Herzstiftung unterstützt. Eine Kooperation mit dem Ortenau Klinikum.

303702

Dr. med. Robert Pölsler
Donnerstag, 21. November 2019, 19:00 Uhr
Rust, altes Rathaus, Friedrichstr. 7
Eintritt frei

Wertschätzen – Wer bin ich?

Wer bin ich? Welchen Wert habe ich? Von was mache ich meinen Wert abhängig? Was schätze ich an mir? Welche Schätze sind in mir? Wer schätzt mich wert? Bei diesem Vortrag wird das Augenmerk auf „WERT“ und „SCHÄTZE“ gelegt. Die Zuhörer/innen werden ermutigt und lernen, den Wert und Schätze in sich zu entdecken und bewusst zu machen. Es ist wichtig, sich wertgeschätzt zu fühlen. In Kooperation mit der Katholischen Frauengemeinschaft Ringsheim.

106706

Ursula Höfflin

Donnerstag, 7. November 2019, 19:00 Uhr

Treffpunkt: Ringsheim, Katholischer Pfarrsaal, Herrenstr. 11

Eintritt frei

Achtung, Kriminalität im Internet! Wie bin ich vor Hackern geschützt?

Die Begriffe „Hacker“, „Datenklau“ oder „Passwortdiebstahl“ erscheinen leider immer häufiger in den Medien. Im Mai 2017 zeigte die Ransomware „WannaCry“ wie anfällig auch vermeintlich sichere Einrichtungen wie Kliniken oder gar das russische Innenministerium sind. Viele dieser Aktionen sind nur möglich, weil kleine Sicherheitslücken übersehen oder falsch bewertet werden. Frank Ewert, zertifizierter „Ethical Hacker“ (White Hat) und stellv. Vorstand des Vereines „Sicheres Netz hilft e.V.“, zeigt diese Lücken auf und gibt Ratschläge, wie man diese schließt und Hackern zukünftig weniger Angriffspunkte bietet. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Sparkasse Offenburg/Ortenau statt.

501757

Frank Ewert

Dienstag, 22. Oktober 2019, 19:00 Uhr

Ringsheim, Bürgerhaus, großer Saal

Eintritt frei

Exkursionen – Betriebsbesichtigungen**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

Freitag, 11. Oktober 2019, 13:30-16:00 Uhr

Besucherzentrum „Blickpunkt“, Bergwerkstr. 1, Ringsheim

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

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 Kintzheim 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.

200701

Heinrich Dixa

Sonntag, 20. Oktober 2019, 8:30-19:00 Uhr

Treffpunkt: Bürgerhaus Ringsheim, Denkmalstr. 16. (Parkplätze vorhanden)

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

Verbraucherfragen**Strategisch und diszipliniert die besten Aktien auswählen**

Aktien sind die beste Möglichkeit um mittel- bis langfristig ein Vermögen aufzubauen. Wichtig ist jedoch, nicht aus dem Bauch heraus zu agieren oder aufgrund von Informationen aus den Medien Aktienempfehlungen unkritisch umzusetzen. Vielmehr muss eine erfolgreiche Aktienstrategie aufgebaut und diszipliniert umgesetzt werden. Dass das kein Hexenwerk ist und sogar Privatinvestoren sehr leicht erfolgreiche Anlagestrategien umsetzen können, will dieser Kurs vermitteln. Bereits mit dem in diesem Kurs vermittelten Wissen werden Sie dann in der Lage sein, selbst einfache aber erfolgreiche Strategien zu durchschauen und umzusetzen. Wertvolle und kostenlose Seiten im Internet werden ihnen ebenfalls aufgezeigt. Auch das Thema „Crashvermeidung“ steht ganz oben auf der Agenda. Die Teilnehmer/innen sollten über einen Laptop verfügen und verschiedene Internetseiten aufrufen können. Bitte den eigenen Laptop mitbringen.

103702

Werner Krieger

Dienstag, 14. Januar 2020, 19:00-21:15 Uhr

Dienstag, 21. Januar 2020, 19:00-21:15 Uhr

Schule Rust

25,- EUR

Natur – Umwelt**Kräuterwerkstatt: Wurzeln im Herbst – Leben im Rhythmus**

Die Natur lebt es uns vor. Die Phase des Wachstums wird abgelöst durch eine Phase des Rückzugs, der Sammlung. In Zeiten der Ruhe findet Reifung und Verwandlung statt. Wertvoll ist, was dabei entsteht. Der Herbst ist die Zeit der „Wurzelkräuter“. Wir wollen an diesem Abend einige kennen lernen. Besonders dem Beinwell als „Knochenheiler“ werden wir uns widmen. Eine Salbe aus Beinwell sollte in keiner Hausapotheke fehlen und wird von uns zusammen hergestellt. Anmeldung und Bezahlung nur beim Naturzentrum (Tel.: 07822/864536, E-Mail: info@naturzentrum-rheinauen.de)

109706

Freitag, 8. November 2019, 18:30-21:00 Uhr

Rust, Naturzentrum Rheinauen, Allmendweg 5

15,- EUR (Barkasse vor Ort) zzgl. 5,- EUR Naturalkosten

Mode – Nähen**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

1. Termin Montag, 30. September 2019, 19:00-19:45 Uhr

weitere 5 Termine montags, jeweils 19:00-21:15 Uhr

Ringsheim, Karl-Person-Schule

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

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.

209725

Sybille Roll / Kerstin Berg

Donnerstag, 17. Oktober 2019, 18:00-21:00 Uhr

Schule Rust

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

Neue Wege der Achtsamkeit

In einem Kurzvortrag wird der Referent über Formen der Meditation und ihre Wirkung informieren. Zur anschließenden Übung der Achtsamkeitsmeditation sagt Dieter W. Schleier: „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 die Teilnehmer auf Stühlen, die Kleidung sollte bequem sein, so dass ein freier Atem möglich ist. Jeder der Termine ist in sich abgeschlossen und kann separat besucht werden.

301702

Dieter Schleier
Dienstag, 24. September 2019, 18:30-19:30 Uhr
Dienstag, 15. Oktober 2019, 18:30-19:30 Uhr
Dienstag, 17. Dezember 2019, 18:30-19:30 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

Petra Ambs
Freitag, 17:00-18:30 Uhr
ab Freitag, 27. September 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.

301771

Hildegard Weber
Donnerstag, 20:00-21:30 Uhr
ab Donnerstag, 10. Oktober 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.

Phoebe Wacker
41,- EUR

302701

Montag, 18:00-19:00 Uhr
ab Montag, 23. September 2019, 12 x
Ringsheim, Bürgerhaus, Dachgeschoss

302702

Donnerstag, 18:30-19:30 Uhr
ab Donnerstag, 26. September 2019, 12 x
Rust, Seniorenwohnanlage; Klostergarten, Hindenburgstr. 29

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, 23. September 2019, 12 x
Ringsheim, Bürgerhaus, Dachgeschoss
41,- 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, 23. September 2019, 10 x
Rust, Seniorenwohnanlage; Klostergarten, Hindenburgstr. 29
34,50 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, 25. September 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.

302706

Hildegard Weber
Donnerstag, 18:45-19:45 Uhr
ab Donnerstag, 26. September 2019, 12 x
Ringsheim, Bürgerhaus, großer Saal
41,- 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, 23. September 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, 25. September 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, 23. September 2019, 12 x
Ringsheim, Bürgerhaus, großer Saal
41,- EUR

Ernährung

Herzhaft Backen – Quiche-Varianten

Eine raffinierte Quiche kann schon mal eine Hauptmahlzeit ersetzen oder man punktet damit bei seinen Gästen. Unter professioneller Anleitung stellen wir verschiedene Quiches her. Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrhandtuch. Naturalkosten bitte bar entrichten.

305701

Dimitri Kurc
Dienstag, 1. Oktober 2019, 18:00-21:00 Uhr
Schule Rust
13,- EUR (zzgl. ca. 10,- EUR Naturalkosten)

Süßes Finale – Das Beste zum Schluss

Heute tauchen wir zusammen in die Welt der Nachspeisen ein und stellen verschiedene Desserts her. Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrhandtuch. Naturalkosten bitte bar entrichten.

305702

Dimitri Kurc
Dienstag, 15. Oktober 2019, 18:00-21:00 Uhr
Schule Rust
13,- EUR (zzgl. ca. 10,- EUR Naturalkosten)

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.

305703

Dr. Jürgen Louis
Samstag, 9. November 2019, 9:00-13:00 Uhr
Treffpunkt: Café de la Vida, Im Bürgerzentrum 1, 79365 Rheinhausen.
30,- EUR Naturalkosten (Barkasse)

Männer an den Herd – Wir bereiten tolle Fischgerichte zu

In diesem Kurs lernen Männer, wie verschiedene Fische leicht, lecker und raffiniert zubereitet werden. Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch. Naturalkosten bitte bar entrichten.

305704

Heinrich Dixa
Donnerstag, 14. November 2019, 18:00-21:00 Uhr
Schule Rust
13,- EUR (zzgl. ca. 15,- EUR Naturalkosten)

Plätzchen backen: effektiv und kreativ

Berufstätige finden heute kaum noch Zeit, stundenlang in der Küche zu stehen um zu backen. Eine Lösung bieten wir an: Jede Person bringt einen Teig (am besten die doppelte oder dreifache Menge) mit und bäckt die Sorte Plätzchen, die sie am besten kann. Dazu gibt es neue Rezepte, Erfahrungen und Tipps und am Schluss haben wir eine gefüllte Dose mit den unterschiedlichsten Sorten. Bitte mitbringen: Große Gebäckdose, zwei- oder dreifache Menge Teig.

305705

Margrit Munz
Donnerstag, 28. November 2019, 18:30-21:30 Uhr
Schule Rust
16,50 EUR (min. 8/max. 12 Teiln.)

Sprachen

Französisch A2.1 - 6. Semester

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierten mit grundlegenden Französischkenntnissen.
On y va! A2, ab Lektion 4.

408701

Dr. Bianca Kossmann
Dienstag, 19:30-21:00 Uhr
ab Dienstag, 1. Oktober 2019, 10 x
Ringsheim, Karl-Person-Schule
62,- EUR (min. 8/max. 12 Teiln.)

Französisch C1

Für Interessierte mit sehr guten Vorkenntnissen.
On y va! B1, ab Lektion 9 mit Zeitungsartikeln.

408702

Bernadette Mutter
Dienstag, 18:00-19:30 Uhr
ab Dienstag, 24. September 2019, 14 x
Ringsheim, Karl-Person-Schule
69,50 EUR

Spanisch zum Kennenlernen

Planen Sie für Ihren Urlaub einen Aufenthalt in Spanien? In diesem Kurs lernen Sie, wie man sich nicht nur mit Händen und Füßen verständigt. Nebenbei bekommen Sie von einer muttersprachlichen Dozentin viele wertvolle Tipps über Land und Leute. Kopierkosten bitte bar entrichten.

422701

Carla Louis
Dienstag, 18:00-19:30 Uhr
ab Dienstag, 14. Januar 2020, 6 x
Schule Rust
37,50 EUR (zzgl. ca. 5,- EUR Kopierkosten)
min. 8/max. 12 Teiln.

Spanisch A1.1 - 1. Semester

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse.
Impresiones A1 (Hueber Verlag).

422702

Carla Louis
Donnerstag, 18:00-19:30 Uhr
ab Donnerstag, 10. Oktober 2019, 8 x
Schule Rust
66,50 EUR (min. 6/max. 10 Teiln.)

Spanisch für die Reise - 4. Semester

Der Kurs ist ideal für Interessierte mit einfachen 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.
Vivan las vacaciones! Ab Kapitel 9.

422703

Carla Louis
Mittwoch, 18:00-19:30 Uhr
ab Mittwoch, 25. September 2019, 8 x
Ringsheim, Karl-Person-Schule
40,- EUR

Junge VHS

Ranger-Workshop - Herbstkinder (ab 5 J.)

Im Herbst gibt es viel auf der Streuobstwiese zu entdecken. Ihr hört viele Geschichten und auch spannende Spiele bereichern diesen Nachmittag. Anmeldung und Bezahlung nur beim Naturzentrum (Tel.: 07822/864536, E-Mail: info@naturzentrum-rheinauen.de)

109705

Mittwoch, 18. September 2019, 14:30-16:30 Uhr
Rust, Naturzentrum Rheinauen, Allmendweg 5
5,- EUR (Barkasse vor Ort)