

Volkshochschule in Kirchentellinsfurt



Frühjahr/Sommer 2023
www.vhs-tuebingen.de

Vorträge

231-84101V

NEU!

Darmkrebs –

Vorbeugen ist besser als heilen

Dr. Dr. med. Johannes von Keller

Vortrag mit Dr. med. Johannes von Keller, Facharzt für Innere Medizin und Gastroenterologie, Tübingen

Darmkrebs ist die zweithäufigste Darmerkrankung und kann durch eine konsequente Vorsorge häufig vermieden werden.

Themenschwerpunkte des Vortrages werden Risikofaktoren und Entstehung von Darmkrebs, Vorsorgemöglichkeiten (Endoskopie, Testverfahren) sowie chirurgische und medikamentöse Therapiemöglichkeiten sein. Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, dem Referenten Fragen zu stellen.

Dieser Vortrag findet in Kooperation mit der KVBW statt. Eintritt frei, Anmeldung erforderlich.

**Do, 11.05., 19:30-20:30 Uhr
ohne Gebühr**

Graf-Eberhard-Schule, Aula

Alles Gute.

KVBW 

Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg



231-84102V

NEU!

Wenn der Stress den Körper und die Seele stresst

Michael Brunner

Vortrag mit Mag.rer.nat. Michael Brunner, psychologischer Psychotherapeut, Tübingen

Uns allen graut davor, aber in unserem modernen, hektischen, terminüberfüllten Alltag können wir ihn kaum vermeiden: Stress. Grundsätzlich ist eine Stressreaktion nichts Negatives. Sie tritt dann ein, wenn wir eine Situa-

tion als unangenehm oder bedrohlich einstufen. Stress ermöglicht uns, in einem bedrohlichen Umfeld schnell zu handeln und so unser Überleben zu sichern. Wird der Stress jedoch dauernd bzw. über einen langen Zeitraum empfunden und gelingt es uns nicht, diesem zu entfliehen bzw. die auslösenden Faktoren zu beenden und zu beseitigen, so führt der Stress zu einer Überlastung der Seele aber auch des Körpers mit vielfältigen Krankheitssymptomen. Da jeder anders auf Stress reagiert, variieren auch die Symptome; – von Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Rückenschmerzen, Gewichtsschwankungen bis hin zu Rhythmusstörungen und Magen-Darm Problemen. Wird nicht erkannt, dass die Symptome stressbedingt sind, durchläuft der Patient oft eine unheilvolle, diagnostische und therapeutische Spirale, die ihm keine Heilung/Besserung bringt. Daher ist eine ganzheitliche Betrachtung der geschilderten Symptome des Patienten wichtig, um tatsächliche Erkrankungen von stressbedingten Symptomen zu unterscheiden. Der Weg dorthin und die richtige Differenzierung wird durch den Referenten des Abends aufgezeigt. Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, dem Referenten Fragen zu stellen. Dieser Vortrag findet in Kooperation mit der KVBW statt.

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich.

Do, 16.03., 19:30-20:30 Uhr
ohne Gebühr
Graf-Eberhard-Schule, Aula

Alles Gute,



Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg

231-84104

NEU!

Notfall! Katastrophe! Was nun? Hätte ich doch vorgesorgt!

Andreas Dürr

Vortrag mit Andreas Dürr

Wie kann ich vorsorgen, wenn ein Notfall oder eine Katastrophe eintritt? Zum Beispiel bei Stromausfall: Keine Heizung, kein Kühlschrank, kein Herd, kein Supermarkt! Was muss ich bereithalten, um für diesen Fall gewappnet zu sein? Feuer oder Starkregen: Was nehme ich mit im Fall einer Evakuierung? Bei einem medizinischen Notfall: Welches sind die Notrufnummer? Was mache ich mit den Kindern, den zu pflegenden Angehörigen, den Haustieren? Andreas Dürr, beim Landkreis Tübingen zuständig für den Bereich Bevölkerungsschutz, gibt Tipps vom Lebensmittelvorrat bis zum Notgepäck, damit Sie im Notfall gerüstet sind.

Anmeldung erforderlich.

Do, 09.03., 19:00-20:30 Uhr
5,00 €
Graf-Eberhard-Schule, Aula

Semesterschwerpunkt

231-84105

NEU!

Kriegsenkel

Ute Boehme

„Eine Kindheit auf Zehenspitzen“ beschreibt der Journalist Matthias Lohre. Ich selbst bin geboren im Jahr 1966, über 20 Jahre nach Ende des 2. Weltkriegs. Dennoch war und ist mein Leben – wie das Leben vieler anderer meiner Generation – davon geprägt. Flucht, Vertreibung, Nazizeit – damit verbunden Wut, Schmerz, Scham und Schuld als kollektives Tabu. Die Auswirkungen der „Schwarzen Pädagogik“ wie sie insbesondere von Johanna Haarer propagiert wurde. Über all das haben die meisten unserer Eltern, die Kriegskinder, eine stabile seelische Betondecke gelegt, um funktionieren zu können. Aber was hat das heute mit mir – und mit so vielen von uns „Kriegsenkeln“ – zu tun? Dieser Frage gehe ich in meinem Vortrag nach. Gleichzeitig suche ich Wege zur Versöhnung mit diesem Erbe. Und – womöglich liegt ja darin auch die ein oder andere Stärke verborgen? Im Anschluss an den Vortrag sind Sie als Zuhörer und Zuhörerinnen herzlich zum angeregt anregenden Austausch eingeladen. Anmeldung erforderlich.

Do, 25.05., 19:00-20:30 Uhr

10,00 €, Graf-Eberhard-Schule, Aula

Recht

231-84106

NEU!

Schenken und Erben in Patchworkfamilien

Dr. Sascha Straub

Familien mit einseitigen Kindern sind längst keine Seltenheit mehr. Tritt jedoch ein Erbfall ein, kann es zu unliebsamen Folgen kommen, weil die gesetzliche Erbfolge nur auf Familien mit gemeinsamen Kindern zugeschnitten ist. Es bedarf deshalb interessengerechter erbrechtlicher Regelungen. Angesprochen sind alle, die selbst oder deren Angehörige in einer Patchworkfamilie leben und die sich über die mit der Vermögensübertragung unter Lebenden oder von Todes wegen verbundenen Rechtsfragen informieren wollen.

Do, 22.06., 19:30-21:00 Uhr

10,00 €, Graf-Eberhard-Schule, Aula

Geschichten vom Ort

231-84107

NEU!

Geschichten aus dem K'ffeehaus

Alexandra Pieper

Kulinarische Lesung mit Alex Pieper

Alex Pieper führte 10 Jahre lang das K'ffeehaus in Kirchentellinsfurt und ist Autorin von zwei Büchern, in denen sie die Lieblingsrezepte ihrer Gäste verewigt hat.

In einem Café wird ganz viel gearbeitet, gebacken und gekocht, es wird aber auch viel gelacht und erzählt – sie hat eine Menge erlebt in dieser Zeit und könnte, wie sie sagt, damit nochmal ein weiteres Buch füllen! An diesem Abend liest sie aus ihren K'ffeehaus-Büchern Anekdoten und Geschichten; dazwischen verwöhnt sie uns mit von ihr gezauberten kleinen kulinarischen Köstlichkeiten. Es gibt Brot und Aufstriche, indisches Curry mit Naan Brot und zum krönenden Abschluss ein kleines Stück Tarte au Chocolat. Lebensmittelkosten von 5,- € sind am Abend bei Frau Pieper zu bezahlen. Bei Abmeldung später als drei Werktage vor Kursbeginn müssen die Lebensmittelkosten bezahlt werden. Diese fallen auch bei nicht rechtzeitiger Abmeldung oder Nichterscheinen im Kurs an.

Mi, 29.03., 19:00-21:00 Uhr

8,00 €, Gemeindebücherei Kirchentellinsfurt



Literatur

231-84210

Literatur im Gespräch

Michael Raffel

Jede/-r liest ein Buch auf ganz eigene Art, und jede davon ist wertvoll. Gemeinsam erschließen wir uns im Gespräch ausgewählte Bücher und bereichern unsere individuellen Lektüren mit denen der anderen.

mittwochs 20:00-21:30 Uhr, 6 Termine:

15.03., 19.04., 17.05., 21.06., 19.07., 20.09.23

57,60 €, Gemeindebücherei Kirchentellinsfurt

Gesundheit

231-84335

Mit Qigong in den Frühling

Mechthild Bigge

Ein Tag, um den Körper aufzuwärmen, beweglich zu machen und sich in die aufstrebende Energie des Frühlings einzustimmen! Mit einer kleinen leicht erlernbaren Übungsreihe „Der Tagesverlauf der Krähe“ starten wir beflügelt in diese Zeit. Wir suchen aber auch den Ausgleich mit Ruheübungen. Die Teilnehmer/-innen erhalten ein Skript zur Unterstützung des weiteren Übens. Der Tag ist auch geeignet, um Qigong mal kennenzulernen: Es sind ruhige sanfte Bewegungsübungen aus der traditionellen chinesischen Medizin, die die Beweglichkeit, die Ausgeglichenheit und den Fluss der Lebenskräfte in uns stärken. Bitte Getränk und einen Mittagssnack mitbringen, ebenso bequeme Kleidung, flache Schuhe oder warme Socken, Schuhe und Kleidung auch für eine Übungszeit auf der Wiese (bei gutem Wetter) und eine Matte für die Ruheübung.

Sa, 22.04., 09:30-14:30 Uhr

30,00 €, Volksbänke

231-84336

Qigong

Mechthild Bigge

Qigong ist ein wertvoller, ganzheitlicher und sanfter Übungsweg zur Gesunderhaltung und Stärkung der Lebenskraft (Qi), basierend auf dem jahrhundertealten Erfahrungsschatz der traditionellen Chinesischen Medizin. Die langsamen, fließenden Bewegungsübungen tragen dazu bei, Körper, Geist und Seele zu harmonisieren, zur Ruhe zu kommen, Blockaden zu lösen und Selbstheilungskräfte zu stärken. In diesem Kurs werden

wir uns den 8 „Tellerübungen“ widmen. Sie heißen so, weil – nach einiger Übung – in der flachen geöffneten Hand in den Bewegungen sogar ein Teller liegen könnte! Wir üben aber nicht mit echten Tellern, der Schwerpunkt liegt auf den besonders geschmeidigen, fließenden Bewegungen, die die Beweglichkeit der Wirbelsäule und der Faszien sehr unterstützen. Ein klein wenig Erfahrung mit Qigong ist von Vorteil (z.B. ein vorangegangener Kurs). Bitte bequeme Kleidung tragen, flache Schuhe oder warme Socken, Getränk mitbringen. Achtung: kein Kurs am 22.05.23

**montags 18:30-19:45 Uhr, ab 20.03.
10 Termine, 75,00 €, Volksbänke**



231-84338

Hatha Yoga

Michael Stöckel

Nach der Arbeit ist vor der Entspannung! Dieser Kurs soll die Möglichkeit geben, das am Tag Erlebte zu verarbeiten, indem wir An- und Verspannungen lösen und den Körper leicht mobilisieren. Mithilfe von Entspannungsphasen möchten wir den (Arbeits-)Tag sanft abschließen und so Körper und Geist bewusst wahrnehmen. Die eigenen Gesundheitskompetenzen und -ressourcen sollen gestärkt werden, die für die Regeneration, Erholung und die stressreduzierte Gestaltung des (Berufs-/Familien-)Alltags eingesetzt werden können.

**donnerstags 18:30-20:00 Uhr, ab 02.03.
14 Termine, 126,00 €, Volksbänke**

231-84339

Tai Chi – Yang Style

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Eva Nußbaum

Tai Chi ist eine ganzheitliche Körper- und Bewusstseinsarbeit, die ihren Ursprung in der Kampfkunst hat. Durch langsame Bewegungsabläufe werden Muskeln schonend aufgebaut, Gelenke entlastet, die Konzentration gefördert und Körperhaltung sowie Koordination verbessert und der Alltagsstress abgebaut. Die Kursstunde beginnt mit einer Meditation und Aufwärmübungen. Der Hauptteil liegt beim Erlernen der Yang Tai Chi Kurzform, die Stunde endet mit Atemübungen. Alter und Fitnessgrad spielen keine Rolle, alle Übungen werden im Stehen durchgeführt. Bitte umgezogen kommen und Socken oder gleitfähige Schuhe mitbringen. Achtung: kein Kurs am 24.03., 19.05., 26.05., Kurs findet bei gutem Wetter auf dem Pausenhof statt.

freitags 19:00-20:30 Uhr, ab 03.03.

11 Termine, 99,00 €

Graf-Eberhard-Schule, Lernatelier

Wirbelsäulengymnastik

Angelika Singer

Die Ursachen vieler Alltagsbeschwerden sind häufig bestimmte Muskelschwächen des Bewegungsapparates, die durch jahrelange einseitige Belastung zustande kommen. Ziel ist es, diese Schwächen auszugleichen und insbesondere die Rücken- und Bauchmuskulatur zu stärken. Teilweise werden Dehnungs-, Atem- und Entspannungsübungen mit einbezogen. Bitte mitbringen: Turnschuhe und eine Gymnastikmatte.

231-84340

montags 18:30-19:30 Uhr, ab 27.02.

15 Termine, 90,00 €

Alte Sporthalle Kirchentellinsfurt

231-84341

montags 19:30-20:30 Uhr, ab 27.02.

15 Termine, 90,00 €

Alte Sporthalle Kirchentellinsfurt

Online-Kurse & -Vorträge



aus allen Fachbereichen finden Sie unter:

www.vhs-tuebingen.de/kurse/online-angebote



Rund ums Wasser

231-84345

Aqua-Zumba®

Nina Karle-Daiber

Tanz dich fit und zwar im Wasser! Aqua-Zumba® ist eine coole Party im kühlen Nass und sorgt dafür, dass der Körper in Form gebracht wird. Mit Tanzelementen aus Samba, Salsa, Merengue und Co. hast du nicht nur jede Menge Spaß, sondern aktivierst effektiv die Fettverbrennung. Auch für Kursteilnehmer/-innen mit Übergewicht ist Aqua-Zumba® das richtige Format, das ohne die Gelenke zu belasten, optimal angreift. Also schwing dein Tanzbein und lasse dich vom Aqua-Zumba® mitreißen. Egal ob du Stress abbauen oder an Körper und der Ausdauer arbeiten möchtest– Aqua-Zumba® ist definitiv die richtige Wahl und sorgt für ganz viel gute Laune!

montags 16:15-17:00 Uhr, ab 06.03.

14 Termine, 74,20 € + 32,20 € Eintritte

Schwimmhalle Kirchentellinsfurt

Tanzen

231-84350

Line Dance

Gerlinde Merkel

Line Dance ist eine choreografierte Tanzform, bei der einzelne Tänzer unabhängig vom Geschlecht in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen.

Die Tänze sind passend zur Musik choreografiert, die meisten aus den Kategorien Country und Pop, aber auch Folk und aktuelle, bekannte Hits. Außer Line Dance tanzen wir auch internationale Tänze, z. B. israelische Kreistänze und Square Dance. Alle Tänze werden immer erklärt und mit langsamen Tanzschritten begonnen. Für jede Altersgruppe geeignet.

Bitte Turnschuhe mitbringen.

mittwochs 15:30-16:30 Uhr, ab 01.03.

11 Termine, 85,10 €

Alte Sporthalle Kirchentellinsfurt

231-84351

NEU!

Crashkurs Standard Tänze – auch für Brautpaare!

Jana Jetter

Sie möchten beim nächsten großen Fest oder einer Hochzeit nicht nur neben der Tanzfläche stehen sondern auf dem Parkett glänzen? In unserem Crashkurs erlernen Sie die Grundschrirte und einfache Figuren der populären Gesellschaftstänze Discofox, Langsamer Walzer, Wiener Walzer und ChaChaCha. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte ziehen Sie bequeme Schuhe an und bringen ein Getränk mit. Anmeldung nur paarweise möglich (bitte einzeln anmelden). Gebühr pro Person.

**samstags 16:00-18:00 Uhr, ab 29.04., 2 Termine,
30,90 €, Graf-Eberhard-Schule, Aula**

Fitness

231-84352

Zumba® Gold – die leichte Form von Zumba®

Nina Karle-Daiber

Möchten Sie sich fit tanzen? Im Gegensatz zu den Zumba® Fitness-Kursen richtet sich Zumba® Gold an aktive, ältere Menschen, Schwangere, Fitnesseinsteiger/-innen und Menschen mit Bluthochdruck. Zumba® Gold bietet immer wieder neue gelenkschonende Schritte und ein angenehmes Tempo, um fit, gesund und bis ins hohe Alter in Bewegung zu bleiben. Ein lebendiger Tanzfitnesskurs in Gesellschaft, der vor allem Spaß macht. Bitte in Sportkleidung kommen und Handtuch und Getränk mitbringen.

**mittwochs 16:30-17:30 Uhr, ab 15.03., 14 Termine,
102,60 €, Alte Sporthalle Kirchentellinsfurt**

231-84354

Full Body Fit

Julia van Kaldekerken

Nach einem kurzen, effektiven Warm-up erwartet Dich ein Mix aus Cardio-Einheiten zur Verbesserung der Ausdauer und funktionelle Kräftigungsübungen zur Steigerung der Kraftausdauer des gesamten Körpers. Eingebaute Intervalle sorgen für eine nachhaltige Anregung des Fettstoffwechsels. Der Kurs endet mit einem Cool Down und einer entspannten Stretching-Einheit. Let's get fit! Bitte bringen Sie eine Gymnastikmatte und ein Getränk mit.

**donnerstags 18:30-19:30 Uhr, ab 02.03., 16 Termine,
96,00 €, Neue Sporthalle Kirchentellinsfurt, Teil 3**



Outdoor

231-84365

Nordic Walking

Wolfgang Gross

In diesem Kurs erwartet Sie eine Einführung in das Nordic Walking sowie ein gezieltes Ausdauertraining für Neueinsteiger und Fortgeschrittene. Das Walking oder auch Fitness-Gehen kann u. a. Osteoporose, Bluthochdruck und Herz-Kreislauferkrankungen effektiv vorbeugen, ist ein wahrer „Stimmungsaufheller“ und unterstützt das Immunsystem. Dieser Kurs entlastet die Knie- und Hüftgelenke und ist gut für den aufrechten Gang. Fast alle Muskeln werden aktiviert und trainiert, insbesondere Schultergürtel, Wirbelsäule und die Armrückseiten. Jahreszeitlich bedingt wird dieser Kurs teilweise bei Dunkelheit stattfinden. Aus Sicherheitsgründen ist die Verwendung einer Stirnlampe sowie das Tragen reflektierender Kleidung Bedingung für die Teilnahme an diesem Kurs. Treffpunkt: Treffpunkt: Graf-Eberhard-Schule, Kirchfeldstraße, Fahrradständer

donnerstags 18:00-19:00 Uhr, ab 02.03.

16 Termine, 74,60 €

**Treffpunkt: Graf-Eberhard-Schule, Kirchfeldstr.
Fahrradständer**

Handwerk und Handwerkskunst

231-84401

Schmieden eines Silberringes oder Armspange

Michael Uhlig

Schmuckstücke wie aus dem Schaufenster vom Goldschmied. Wir schmieden Ringe, Armspangen und Anhänger die aus 935er Silberstreifen gearbeitet werden. Alle können im Kurs zwei Streifen verarbeiten. Anfängerinnen arbeiten zuerst einen einfachen Ring. Wir gestalten gemeinsam die Oberfläche und kreieren neue Muster und Einprägungen. Wenn Sie bestimmte Vorstellungen haben, bitte dazu zwei Wochen vor Kursbeginn mit dem Kursleiter Rücksprache halten. Handy: 0174-9883615 oder uhligart@aol.com

Sie können in die Schmuckstücke auch Edelsteine in 2mm Durchmesser versenken. Oder auch alte Schmuckstücke zum Aufarbeiten mitbringen, nicht aber zum Umarbeiten. Silberpreisliste und weitere Informationen unter www.dieMitmachwerkstatt.de

Die Materialkosten und 4.- € Werkzeugverschleiß werden direkt im Kurs vom Kursleiter abgerechnet.

Bitte mitbringen: Vesper und Getränke, Schreibzeug, bei langen Haaren ein Haargummi, nicht die neuesten Kleider, Mund- und Hörschutz (Ohrenstöpsel).

Sa, 25.03., 10:00-18:00 Uhr, 69,20 €

Graf-Eberhard-Schule, Werkraum

231-84404

NEU!

Dekorative Loops

Gabriele Hilberer-Klöpfer

Voll im Trend sind Metallringe, sogenannte Loops, die mit unterschiedlichen, meist floralen Materialien wie z.B. Eukalyptus oder Trockenblumen geschmückt werden und so ein toller Blickfang an Fenster, Tür oder Wand sind. Fertigen Sie Ihre ganz individuellen Exemplare! Metallringe in unterschiedlichen Größen sowie Dekomaterial können im Kurs erworben werden, Unkosten je nach Verarbeitung und Materialien.

Ein Musterbild kann auf unserer Homepage bewundert werden.

Bitte mitbringen: eine Gartenschere und, wenn vorhanden, eine Klebepistole mitbringen.

Do, 09.03., 19:00-21:00 Uhr, 17,10 €

Graf-Eberhard-Schule, BK Raum



231-84405

NEU!

Kunstobjekt für die Wand – Flechtbild

Gabriele Hilberer-Klöpfer

Mit diesem Flechtbild schaffen Sie ein ganz besonderes, individuelles Objekt für Ihr Zuhause. Auf einen Keilrahmen werden Spanstreifen, die vorher geschnitten und nach ihrem Farbwunsch gestaltet werden, zu einem Webteppich angeordnet und mit einer bestimmten Technik mit dem Rahmen verbunden. Die Oberfläche des Bildes kann zum Schluss mit heissem Wachs überzogen werden und verleiht ihrem Kunstwerk eine ganz außergewöhnliche Haptik. Materialkosten von ca. 15,00 € werden im Kurs bei der Kursleiterin abgerechnet. Ein Musterbild kann auf unserer Homepage bewundert werden. Bitte mitbringen: Leinwand 60x80 cm oder ähnliches Maß (z.B. 70 x 90 cm), Cuttermesser, Schere.

**Fr, 21.04., 19:00-21:00 Uhr, Sa, 22.04., 11-15:00 Uhr,
51,20 €, Graf-Eberhard-Schule, BK Raum**





Essen und Trinken

231-84500

Die Küche Indiens

Sona Hannaleck

An diesem Abend werden wir die leckeren indischen Gerichte wie z.B. Bhajias mit Tamarind-Chutney, Kartoffel-Raita mit Pappadum, Paneer-Spinat-Curry, Pilau mit Pilzen und Zitronen, Hähnchentikka, selbstgebackenes Naanbrot, Mango-Lassi und auch Gewürztee kochen und gemeinsam genießen. Im Kurs erfahren Sie von der aus Indien stammenden Dozentin auch vieles über das Land & Kultur. Bitte mitbringen: Schürze und Geschirrtuch. Lebensmittelkosten: ca. 15,00 € inkl. Getränke sind im Kurs zu bezahlen. Bei Abmeldung später als drei Werktage vor Kursbeginn müssen die Lebensmittelkosten bezahlt werden. Diese fallen auch bei nicht rechtzeitiger Abmeldung oder Nichterscheinen im Kurs an.

Fr, 17.03., 18:15-22:00 Uhr, 27,50 €
Graf-Eberhard-Schule, Küche

231-84501

Thai Streetfood

Sona Hannaleck

Wir kochen gemeinsam die beliebtesten Gerichte auf Thailands Straßen – z.B. Som Tam Ghai Yang (Papaya-salat mit Hähnchen und Reis), Satay (Hähnchenspieße mit Erdnussoße), Tom Kha Ghai (pikante Hühnersuppe) und Gemüse-Frühlingsrollen mit Chilisoße. Freuen Sie sich auf einen genussvollen Abend! Bitte mitbringen: Schürze und Geschirrtuch. Lebensmittelkosten: ca. 15,00 € inkl. Getränke sind im Kurs zu bezahlen. Bei Abmeldung später als drei Werktage vor Kursbeginn müssen die Lebensmittelkosten bezahlt werden. Diese fallen auch bei nicht rechtzeitiger Abmeldung oder Nichterscheinen im Kurs an.

Di, 20.06., 18:15-22:00 Uhr, 27,50 €
Graf-Eberhard-Schule, Küche

Zur Verstärkung unseres Dozent/innen-Teams in unseren Außenstellen suchen wir

Kursleiterinnen oder Kursleiter

Was Sie grundsätzlich mitbringen sollten ...

- Sie haben Freude am Umgang mit Menschen und besonders am Weitergeben von Wissen, Können und Verhalten. Sie haben Praxis-Erfahrung in Ihrem Thema und verfügen über pädagogische Fähigkeiten.
- Sie sind in Ihrem Thema sattelfest, bereiten sich gründlich vor, können aber auch damit leben einmal etwas nicht (sofort) zu wissen.
- Ideal ist es natürlich, wenn Sie bereits Kurserfahrung in der Erwachsenenbildung, besonders an einer Volkshochschule, oder auch in anderen Bildungsbereichen mitbringen. Engagement im sozialen Bereich ist ebenso vorteilhaft.
- Kurserfahrung ist, ebenso wie ein formeller Abschluss, in einigen Kursbereichen Voraussetzung. Wir helfen Ihnen gerne auch bei Kurskonzeption und Vorbereitung. Wir bieten Ihnen dazu attraktive Fortbildungsangebote.
- Sie können Ihre KursteilnehmerInnen motivieren, sind zuverlässig, arbeiten selbständig und können auch einmal improvisieren.
- Sie bilden sich gerne fort!

Bitte melden Sie sich unverbindlich bei den Außenstellenleiterinnen oder bei **Patricia Ulmer-Tempel** in Tübingen unter **aussenstellen1@vhs-tuebingen.de** oder **07071 5603-43**. Wir freuen uns auf Sie!

Leitung:

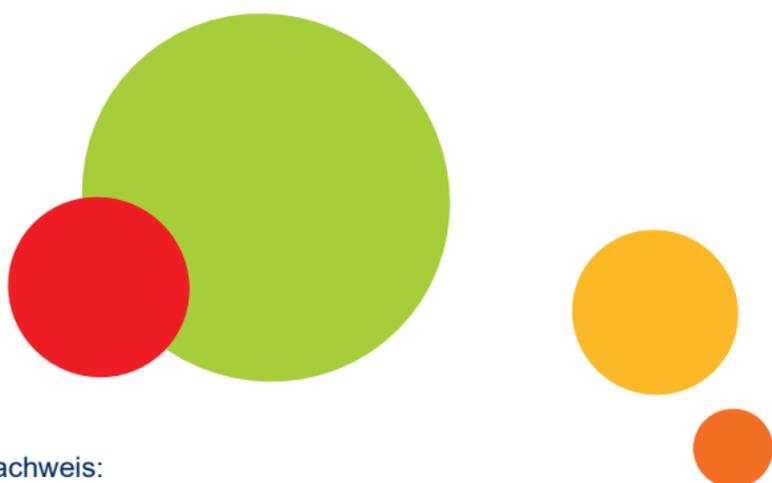
Claudia Döcker
Graf-Eberhard-Schule
Sekretariat
Kirchfeldstr. 15
72138 Kirchentellinsfurt
Tel.: 07121 900338
kirchentellinsfurt@vhs-tuebingen.de



Anmeldung:

Volkshochschule Tübingen
Katharinenstr. 18
72072 Tübingen

Tel.: 07071 5603-29
anmeldung@vhs-tuebingen.de
www.vhs-tuebingen.de



Bildnachweis:

Für alle Bilder liegen die Rechte bei der vhs,
wurden uns übertragen oder sind lizenziert nach CC0.