



**Gewinnen Sie einen Platz  
im Kurs Chinesisch-  
Schnupperwochenende**  
am Samstag, 22. August 2009  
Preisausschreiben, Seite 42

# die in-sel

Anmeldungen ab sofort:  
Tel. 023 65 / 9942 99, Fax 023 65 / 9942 33, [www.marl.de/vhs](http://www.marl.de/vhs), [inselvhs@marl.de](mailto:inselvhs@marl.de)  
und im Anmeldebüro der in-sel im Marler Stern





## die in sel Volkshochschule

**Zentrale im Marler Stern**  
Bergstraße 230 • 45768 Marl  
Fon 99 42 99 • Fax 99 42 33

**Zweigstelle in Hüls**  
Carl-Duisberg-Straße 11 • 45772 Marl  
Fon 88 07 77 • Fax 41 36 94

inselVHS@marl.de  
www.marl.de/vhs

**Sie suchen ein Angebot? Unsere Stichwortliste auf Seite 47 hilft Ihnen weiter.**

**Leitung** \_\_\_\_\_ Dr. Renate Strauch • Tel. 99 42 10  
\_\_\_\_\_ E-Mail: Renate.Strauch@marl.de  
\_\_\_\_\_ Stellvertr. Dr. Fritz Rieß • Tel. 88 07 75

**1 Politik, Gesellschaft, Umwelt**  
\_\_\_\_\_ Dr. Renate Strauch • Tel. 99 42 10  
\_\_\_\_\_ Hildegard Bode • Tel. 88 07 76

**2 Kultur und Gestalten** \_\_\_\_\_ Dr. Fritz Rieß • Tel. 88 07 75

**3 Gesundheit** \_\_\_\_\_ Dr. Renate Strauch • Tel. 99 42 10

**4 Sprachen** \_\_\_\_\_ Dr. Ulrich Brack • Tel. 99 42 25

**5 Arbeit Beruf, EDV** \_\_\_\_\_ Dr. Fritz Rieß • Tel. 88 07 75

**6 Grundbildung und Schulabschlüsse**  
\_\_\_\_\_ Hildegard Bode • Tel. 88 07 76

### Verwaltung

**Anmeldung** \_\_\_\_\_ Tel. 99 42 99  
mo. - mi. 8.00 bis 16.00 Uhr  
do. 8.00 bis 18.00 Uhr  
fr. 8.00 bis 12.30 Uhr

**Leitung** \_\_\_\_\_ Norbert Engelkamp • Tel. 99 42 35

**Stellvertretung** \_\_\_\_\_ NN • Tel. 99 42 51

### Semesterorganisation

\_\_\_\_\_ Erika Benner • Tel. 99 42 39  
\_\_\_\_\_ Heike Furmanek • Tel. 99 42 99  
\_\_\_\_\_ Brigitte Just • Tel. 99 42 99  
\_\_\_\_\_ Nadine Maruska • Tel. 99 42 51  
\_\_\_\_\_ Nicole Zickler • Tel. 88 07 77

**Rechnungsstelle** \_\_\_\_\_ Christiane Wabschke • Tel. 99 42 53

### Hausmeister

\_\_\_\_\_ Heinz Benner, Sakir Güven, Dirk Stiller • Tel. 99 42 56

**Kooperation der Volkshochschulen in der Emscher-Lippe-Region.** Adressen siehe S. 44

### Integration

**Migrationsberatung** \_\_\_\_\_ Tel. 99 42 26  
Kadir Karakas, Frauke Homann  
Mo. 9.00 bis 12.30 Uhr und 13.00 bis 16.00 Uhr  
Mi. 9.00 bis 12.30 Uhr  
Do. 9.00 bis 12.30 Uhr und 13.00 bis 16.30 Uhr

### Jugendmigrationsdienst

Ebru Uykun-Türk Mo. 9.00 bis 12.30 Uhr



## insel Café

**insel-Café**  
\_\_\_\_\_ Anneliese Nowak, Ulrike Rühl u. a. • Tel. 99 42 58

### Öffnungszeiten in sel-Café:

mo. - do. 8.30 - 19.00 Uhr  
fr. 8.30 - 18.00 Uhr  
sa. 9.00 - 14.30 Uhr  
bei schönem Wetter auch auf der Terrasse.

### Wie melde ich mich an?

Ab Erscheinen unserer Programmzeitung

- **Internet** [www.marl.de/vhs](http://www.marl.de/vhs)
- **Fon** 023 65/99 42 99
- **Fax** 023 65/99 42 33
- **E-Mail** [inselVHS@Marl.de](mailto:inselVHS@Marl.de)
- **Schriftlich**

mit dem Anmeldeformular (ist auf der Seite 45 unserer Programmzeitung abgedruckt oder liegt in der in sel aus. Bitte pro Kurs und Person ein Formular ausfüllen). Sie können Ihre Anmeldung auch in den roten in sel-Briefkasten werfen (links neben dem Eingang des in sel-Cafés - gegenüber der Stadtbibliothek).

### • Persönlich

müssen sich alle anmelden, die eine Ermäßigung beantragen oder einen Freizeitpass besitzen. Frau Just -in der in sel im Marler Stern, 2. Obergeschoss, Zimmer 223- und Frau Zickler - in der in sel-Zweigstelle an der Carl-Duis-



berg-Str. 11, 3. Obergeschoss, Zimmer 3.5 - helfen Ihnen gerne weiter.

Für entgeltpflichtige Einzelveranstaltungen werden Eintrittskarten im Anmeldebüro in der in sel im Marler Stern oder an der Abendkasse verkauft (keine Vormerkung möglich).

### Und die Bestätigung?

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nur bei telefonischer Anmeldung. Wenn Sie vor Beginn der Veranstaltung keine anders lautende Nachricht erhalten, finden Sie sich bitte pünktlich an der Unterrichtsstätte ein.

### Abmeldung

Eine Abmeldung aus persönlichen Gründen muss schriftlich (Brief, Fax, E-Mail) der in sel-VHS übersandt werden. Eine Abmeldung bei der Dozentin/beim Dozenten reicht nicht aus! Es gibt unterschiedliche Bedingungen, je nach dem ob Sie z. B. einen Kurs oder ein Seminar belegt haben. Beachten Sie deshalb bitte unbedingt die S. 8 „Erstattung“.

### Lastschriftverfahren

Das Teilnahmeentgelt wird in der Regel erst nach Veranstaltungsbeginn von Ihrem Konto abgebucht.

### Beratungen

Ab Erscheinen unserer Programmzeitung zu unseren Öffnungszeiten und nach Vereinbarung. Selbstverständlich können Sie sich dann auch sofort anmelden.

### Die zusätzliche Sprachenberatung durch unsere Kursleitungen findet an folgenden Tagen statt:

Samstag, 22. August	9.30-12.00 Uhr
Montag, 24. August	10.00-12.00 Uhr
	14.00-16.00 Uhr
Dienstag, 25. August	16.00-18.00 Uhr
Mittwoch, 26. August	16.00-18.00 Uhr
Donnerstag, 27. August	10.00-12.00 Uhr
	14.00-18.00 Uhr

Alle Neueinsteiger/-innen in den Sprachkursen müssen sich wegen der Einstufung persönlich beraten lassen. Notfalls geht es vielleicht auch per Telefon unter 9942 12 zu den o. g. Zeiten.

### Nutzen Sie unseren Hauptanmelde- und Beratungstag

**Samstag, 22. August, 10-12 Uhr im in sel-Café**

- Besonders eingeladen sind alle,
- die eine Einstiegsberatung in Sprachkurse, EDV-Kurse, Schulabschlusskurse brauchen.
- die sich grundsätzlich über unser Programm informieren wollen und Unterstützung bei der Auswahl brauchen.
- die etwas mehr zu ihrem Wunschkurs wissen wollen, als im Programm steht.
- die Ermäßigungen beantragen wollen oder einen Freizeitpass besitzen.
- die einfach mit uns Kaffee trinken wollen.

Den Kaffee spendieren wie immer die in selfreunde.



### Beginn der Kurse:

**Montag, 31. August 2009**

In den Herbstferien (10. 10. bis 25. 10. 2009) und an den gesetzlichen Feiertagen finden in der Regel keine Kurse statt. In den Sommerferien machen wir wieder unsere beliebte Sommer-VHS. Fragen Sie nach unserem extra Handzettel.

### In unserer Zweigstelle in Hüls,

Carl-Duisberg-Straße 11 • Tel. 88 07 77 • finden Sie:

- **EDV-Kurse**
- **Gesundheitskurse**
- **Schulabschlüsse**
- **Nähen, Malen, Kochen und... und...**

**Unsere weiteren Unterrichtsorte finden Sie auf Seite 42**

Liebe Freundinnen  
und Freunde der in sel,  
sehr geehrte Damen  
und Herren,



immer wieder bereitet es uns insulanern großes Kopfzerbrechen, welches Motiv wir für die Titelseite des neuen Programms und für das Anmeldeplakat auswählen sollen. Irgendeinen aktuellen Bezug zum in sel-Geschehen (z. B. die vielen runden Geburtstage von in sel-Mitarbeiter/-innen in II/2008), zu bekannten Marler Persönlichkeiten (z. B. Heinrich Breloer in I/2009) oder zu einem inhaltlichen Schwerpunkt des Programms sollte es schon immer haben.

Wenn Sie nun auf dem neuen vorliegenden Programm bzw. Plakat von dem chinesischen Drachen Long angelacht werden, so liegt natürlich der Verdacht nahe, dass dies etwas mit der Diskussion um das geplante chinesische Handelszentrum zu tun haben könnte. Aber das wäre nur die halbe Wahrheit. Im vergangenen Frühjahr besuchte uns Patrick Prädikow und brachte uns von seinem einjährigen China-Aufenthalt einen ganzen Stapel von Bildern mit: Bilder, die uns eindrucksvoll vor Augen führten, welche machtvolle Nation dort im fernen Osten nach oben strebt und sich anschickt, seine Rolle im Weltgeschehen zu spielen. Mit einer kleinen Auswahl dieser Bilder und einigen Kursen und Seminaren wollen wir in dem vorliegenden neuen Programm Ihre Aufmerksamkeit darauf lenken und mit Ihnen einen kleinen Blick auf das „alte“ und das „neue“ China werfen.

Etwas traurig sind wir darüber, dass wir Ihnen nicht mehr von den vielen Fotos zeigen können, die uns Patrick Prädikow zur Verfügung gestellt hat. Aber leider ist der Platz in unserem Programmheft beschränkt, und natürlich wollen wir Sie auch wie immer ausführlich über die vielen neuen Kurse und Seminare informieren, die wir Ihnen in dem bevorstehenden Semester wieder anbieten.

Sie finden in diesem Jahr Veranstaltungen und Exkursionen zum Varus-Jahr (S. 10 und 11) genauso wie ein stark erweitertes Angebot im Bereich der elektronischen Bildbearbeitung (S. 39 und 40), Vorbereitungsseminare für die Kulturhauptstadt Ruhr.2010 (S. 11) ebenso wie die bewährten Kurse zum Nachholen von Schulabschlüssen (S. 43), das Seniorentheater Dionysos startet mit einer neuen Inszenierung (S. 17) und der Sprachenbereich bietet Ihnen jetzt auch Japanisch (S. 33, aber natürlich auch Chinesisch auf S. 30) usw., usw. ... für jeden sollte etwas dabei sein! Und wenn Sie etwas nicht finden, dann sprechen Sie uns bitte an: Für Anregungen zum nächsten Programm sind wir jederzeit offen!

Wir freuen uns darauf, Sie bei uns begrüßen zu können. Wenn es Ihnen bei uns gefällt, dann sagen Sie es bitte weiter! Wenn etwas nicht ganz nach Ihrem Wunsch ist, dann sagen Sie es bitte uns!

Das wünschen sich  
**Ihr in sel-Team**  
und Dr. Fritz Rieß (stellvertr. VHS-Leiter)

# MARIEN-HOSPITAL MARL

**Träger:**

**Katholische Kliniken  
Haltern/Marl/Westerholt GmbH  
KKRN Katholisches Klinikum  
Ruhrgebiet Nord GmbH**

**Klinikverbund:**

Geschäftsführung KKRN:  
Geschäftsführung Kath. Kliniken:

Betriebswirt N. Fockenberg, A. Hauke  
Betriebswirt N. Fockenberg, W. Buthmann, A. Hauke,  
Dipl.-Kffr. A. Pietzner  
Chefarzt PD Dr. med. Klaus-Peter Riesener  
Ulrich Jansen

Ärztlicher Direktor:  
Pflegedirektor:

**Fachabteilungen:**

Klinik für Allgemein- u. Viszeralchirurgie:  
Klinik für Kardiologie:  
Klinik für Allgemeine Innere Medizin:  
Klinik für Nephrologie und Dialyse:  
Klinik für Urologie und Kinderurologie:  
Klinik für Anästhesie und  
operative Intensiv-Medizin:  
Konsiliararzt HNO:  
Konsiliarärztin Augenheilkunde:

Chefarzt PD Dr. med. Klaus-Peter Riesener Tel. 911-251  
Chefarzt Prof. Dr. Martin Spiecker Tel. 911-231  
Chefarzt Dr. med. Christoph König Tel. 911-231  
Chefarzt Dr. med. Markus Schmidt Tel. 911-261  
Chefarzt Dr. med. Hans-Jörg Sommerfeld Tel. 911-261

Krankenhaus-Seelsorge:

Chefarzt Dr. med. Wilfried Schwarzhoff Tel. 911-491  
Dr. med. Konrad Frey  
Dr. med. Hyunil Krohner

Sondereinrichtungen:

Schwester M. Luise

Schule für Gesundheits- und Pflegeberufe, Betriebsärztlicher Dienst,  
Krankenhausbücherei, Physikalische Therapie und Krankengymnastik,  
Lithotripter, Linksherzkathetermessplätze, Gesundheitszentrum



**45768 Marl/Westfalen · Hervester Straße 57  
Telefon 02365 / 911-0 · Telefax 02365 / 911-300  
Internet: <http://www.katholische-kliniken.de>  
E-Mail: [kontakt@katholische-kliniken.de](mailto:kontakt@katholische-kliniken.de)**



# Freu dich auf Zuhause



## Viel fürs Leben übrig!

Sie sind auf der Suche nach einem neuen Zuhause? Sie möchten gut wohnen, ohne sich finanziell zu sehr verausgaben zu müssen? Dann sind Sie bei der neuma an der richtigen Adresse: Wer bei der neuma wohnt, hat viel fürs Leben übrig!

- ☀ **mehr als 3500 Wohnungen, überwiegend in zentraler Lage**
- ☀ **Wohnungen für Singles, Paare, Familien und Senioren**
- ☀ **unterschiedlichste Wohnungsgrößen mit moderner Aufteilung**
- ☀ **persönliche Beratung und Besichtigungstermine jederzeit nach Vereinbarung**



## +++ TERMINE +++

## August

Donnerstag, 20. 8. 17 Uhr, insel	<b>10301 Arbeit und Leben</b> Michael Vassiliades, entgeltfrei
Montag, 24.08. 19.30 Uhr, insel	<b>10704 Was macht uns innerlich stark?</b> Cordula Heuberg (19 €)
Samstag, 29. 8. 10 Uhr, Kanusport- schule, O.-Vorberg- Haus, Wesel	<b>29938 Kanuwandern</b> Tagesschnupperkurs Kanuschule des Kanu-Verband NRW (Erw. 30 €, Kinder 16 €)
Samstag, 22. 8. 9 Uhr, insel	<b>40201 Chinesisch-Schnupperwochen- ende</b> , Engelda von Töteberg (20 €)

## September

Dienstag, 1. 9. 19.30 Uhr, insel	<b>34101 Was kann die Homöopathie bei Tinnitus u. Morbus Menière erreichen?</b> Marion Müller (8 €)
Mittwoch, 2. 9. 18.30 Uhr, Kanal- brücke „Am Kanal“ Sickingmühle	<b>10227 Römer-Galeere ankert in Marl</b> Susanne Bee, Volker Zwetschke (10 €)
Mittwoch, 2. 9. 19 Uhr, insel	<b>10221 2000 Jahre Varusschlacht</b> Ulrich Brenscheidt (6 €)
Donnerstag, 3. 9. 10 Uhr, Psychol. Beratungsstelle	<b>10601 Schulprobleme: Wenn die Hausaufgaben zur Qual werden,</b> Team d. psych. Beratungsstelle (6 €)
Samstag, 5. 9. 10.15 Uhr, Hbf. Bottrop, Hauptausgang	<b>10230 Kennen Sie das Ruhrgebiet?</b> Dr. Vera Bucker (10 €)

Samstag, 5. 9. 10.30 Uhr, insel- Zweigstelle Hüls	<b>34116 Ein Tag für mich</b> Kornelia Dargel (13 €)
---	---

Samstag, 5. 9. 15 Uhr, Forum am Bf. Stadtmitte (ehem. Busplatte)	<b>10111 Friedensfest</b> 30 Jahre Marler Wege zum Frieden, Ulla Fries-Langer und Jutta Hinz (entgeltfrei)
---	---

Sonntag, 6. 9. 11 Uhr, Am Fuß der Brasserter Halde, Parkplatz	<b>10311 Ma(r)l</b> Reiner Eggert (5 €)
--	--

Mittwoch, 9. 9. 19.09 Uhr, insel	<b>10222 Wanderung auf den Spuren der Römer die Lippe entlang,</b> Diavortrag in Überblendtechnik Ulrich Brenscheidt (3 €)
-------------------------------------	--

Samstag, 12. 9. 11 Uhr, Seestadthalle Haltern am See	<b>10223 IMPERIUM</b> Ulrich Brenscheidt (19 €)
--	--

Sonntag, 13. 9. 11 Uhr, Skulpturen- museum Glaskasten	<b>10312 Architekto(u)r</b> Radtour ca. 20 km Frithjof Karkhof (5 €)
---	--

Sonntag, 13. 9. 14 Uhr, Zwst. Hüls	<b>31106 Entspannen mit Klangschalen</b> Astrid Wollenweber (10 €)
---------------------------------------	---

Dienstag, 15. 9. 19 Uhr, insel- Zweigstelle Hüls	<b>10405 Bauen – Kaufen – Finanzieren</b> Joachim Ruppel (19,50 €)
--	---

Samstag, 19. 9. 11 Uhr, Lippisches Landesmus. Detmold	<b>10224 MYTHOS</b> Ulrich Brenscheidt (19 €)
---	--

Mittwoch, 16. 9. 19.30 Uhr, insel	<b>10112 Erlebt - Erlitten – Überlebt</b> Jutta Hinz, Ulla Fries-Langer, entgeltfrei
--------------------------------------	---

Donnerstag, 17. 9. 17 Uhr, insel	<b>10302 Energiepolitik und Mit- bestimmung</b> , Ulrich Freese, entgeltfrei
-------------------------------------	--

Samstag, 19. 9. 14.30 Uhr, Kirche St. Bartholomäus in Polsum	<b>10220 Siedlungschroniken</b> Von Polsum nach Bertlich Dr. Ulrich Berendes, Helmut Mdynski (4 €)
---	--

Dienstag, 22. 9. 19.30 Uhr, insel	<b>34102 Homöopathische Behandlung bei rheumatischen Erkrankungen</b> Marion Müller (8 €)
--------------------------------------	--

Mittwoch, 23. 9. 19.30 Uhr, Zweigstelle Hüls	<b>34115 „Edelsteine gehören zum Arzneimittelschatz der Menschen“</b> Kornelia Dargel (7,50 €)
--	---

Samstag, 26. 9. 9.14 Uhr ab Bf. Marl-Sinsen	<b>20301 Städtisches Museum</b> Abteiberg Mönchengladb. Sigrid Godau M.A. (28 €)
---	--

Samstag, 26. 9. 11 Uhr, Museum u. Park Kalkriese	<b>10225 KONFLIKT</b> Ulrich Brenscheidt (9 €)
--	---

Sonntag, 27. 9. 11 Uhr, Info-Centrum Lipper Weg	<b>10313 Die Chemie kommt in die Stadt</b> Eckhard Möller (5 €)
---	--

Dienstag, 29. 9. 17 Uhr, insel	<b>10503 Vollmachten</b> Christine Kummer, entgeltfrei
-----------------------------------	---

Mittwoch, 30.09. 19 Uhr, insel	<b>10226 Varusschlacht – Abschlussbericht</b> , Ulrich Brenscheidt (6 €)
-----------------------------------	--

Mittwoch, 30.09. 18.30 Uhr, insel	<b>10515 Altersvorsorge macht Schule</b> Informationsabend Dt. Rentenversicherung, entgeltfrei
--------------------------------------	--

## Oktober

Donnerstag, 1. 10. 18 Uhr, insel	<b>20803 Junge Streicher spielen vor</b> Joachim Kasan, entgeltfrei
-------------------------------------	--

Donnerstag, 1. 10. 19.30 Uhr, insel	<b>10606 Abi – und was dann?</b> Cordula Heuberg (57 €)
--	--

Samstag, 3. 10. 13.30 Uhr, Guido- Heiland-Bad	<b>10299 Sexy girls auf dem Volksparkfest</b> Modenschau der Politikerinnen wird fester Programmpunkt
---	---

Sonntag, 4. 10. 16 Uhr, insel- Zweigstelle Hüls	<b>10709 Flirt-Kurs</b> Horst Bartsch, Susanne Bartsch (25 €)
---	---

Montag, 5. 10. 19 Uhr, insel	<b>11602 Schimmelpilze – die heimliche Gefahr?</b> Friedhelm Kortenbruck (7,50 €)
---------------------------------	---

Dienstag, 6. 10. 18 Uhr, insel	<b>10705 Die Körpersprache – eine eigene Sprache</b> , Katja Dittmar (15 €)
-----------------------------------	---

Dienstag, 6. 10. 18.30 Uhr, insel	<b>10516 Altersvorsorge macht Schule</b> Dt. Rentenversicherung, entgeltfrei
--------------------------------------	---

Mittwoch, 7. 10 18 Uhr, insel	<b>20801 Mach mit Musik</b> Birgit Haala, entgeltfrei
----------------------------------	--

Donnerstag, 8. 10. 19.30 Uhr, insel	<b>10114 „Wer schlecht schläft, stirbt früher“</b> , Christoph Klug, entgeltfrei
--	--

Donnerstag, 8. 10 19.30 Uhr, insel	<b>10303 Ökonomie jenseits des Wachstums</b> , Dr. Niko Paech, entgeltfrei
---------------------------------------	--

Sonntag, 25. 10. 11 Uhr, Marktplatz Brassert	<b>10314 Ein Flügelschlag über Haldengipfel</b> Wilhelm Brünn (5 €)
--	--

Montag, 26. 10. 18 Uhr, Zweigstelle Hüls	<b>29915 Informationsabend zu den Kursen Sportbootführerschein</b> Herbert Lünenbürger, entgeltfrei
--	--

Dienstag, 27. 10. 18 Uhr, insel	<b>10706 Nicht auf den Mund gefallen</b> Katja Dittmar (15 €)
------------------------------------	--

Donnerstag, 29. 10. 19 Uhr, insel	<b>10421 Wie mache ich mich selbständig?</b> Arno Schade (15 €)
--------------------------------------	---

Donnerstag, 29. 10. 19.30 Uhr, insel	<b>11014 Südafrika, 3D-Diavortrag</b> Stephan Schulz (VVK im i-Punkt 9 , Abendkasse 10 €)
Freitag, 30. 10. 18 Uhr, Zwst. Hüls	<b>34128 Vom guten Humor und den starken Nerven der Hildegard von Bingen</b> Gabriele Iking-Büse (12 €)

## November

Montag, 2. 11. 18.30 Uhr, insel	<b>11605 Spritsparen – alltagstauglich für jeden</b> , Kai Jan Bijkerk (22,50 €)
------------------------------------	--

Montag, 2. 11. 19 Uhr, insel	<b>42240 El Turismo Ayery Hoy</b> Diavortrag in spanischer Sprache, Elisa Catala Alonso de Medina (5 €)
---------------------------------	---

Freitag, 6. 11. 18 Uhr, Zwst. Hüls	<b>34127 Verflixte Schönheit!</b> Gabriele Iking-Büse (12 €)
---------------------------------------	---

Samstag, 7. 11. 11 Uhr, insel	<b>10710 Stress- und Konfliktbewältigung mit „Emotionaler Intelligenz“</b> Peter Schmidt (33 €)
----------------------------------	--

Samstag, 7. 11. 10.00 Uhr, insel	<b>21299 29. insel-Kreativ-markt</b> Marion Hankeln, Erika Hövel, entgeltfrei
-------------------------------------	--

Samstag, 7. 11. 14 Uhr, insel	<b>10501 Wer zahlt den Heimplatz?</b> Kurt Reich (16 €)
----------------------------------	--

Samstag, 8. 11. 14.00 Uhr, insel- Zweigstelle Hüls	<b>31105 Entspannen mit Klangschalen</b> Astrid Wollenweber (10 €)
--	---

Montag, 9. 11. 19.30 Uhr, insel	<b>11015 Cornwall – ZEEBRAVISION</b> Diavortrag (VVK im i-Punkt 11 €, Abendkasse 12 €)
------------------------------------	--

Dienstag, 10. 11. 18 bis 21 Uhr, insel	<b>10707 Farb- und Stilberatung</b> Eine Einführung, Katja Dittmar (15 €)
---	--

Dienstag, 10. 11. 18.30 Uhr, insel	<b>11601 Einbruchschutz – Sicherungs- möglichkeiten für Haus und Wohnung</b> Claus Grüter, entgeltfrei
---------------------------------------	---

Donnerstag, 12. 11. 10 Uhr, Psychol. Beratungsstelle	<b>10602 Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen</b> Team d. psych. Beratungsstelle (6 €)
--	---

Samstag, 14. 11. 13.45 Uhr, insel	<b>10407 Investmentfonds, aber welche?</b> Christian Grams (16 €)
--------------------------------------	---

Sonntag, 15. 11. 11.30 Uhr, Rathaus	<b>10113 Mahn- und Trauerfeier zum Volkstrauertag</b> , Jutta Hinz und Ulla Fries-Langer (entgeltfrei)
--	---

Dienstag, 17. 11. 19.30 Uhr, insel	<b>34120 Endlich wieder erholsam schlafen</b> Heinz-Theo Gremme (8 €)
---------------------------------------	--

Samstag, 21. 11. 9 Uhr, Zwst. Hüls	<b>10720 Smalltalk - Das 1x1 der Kontakt- aufnahme</b> , Heiko T. Ciesinski (25 €)
---------------------------------------	--

Samstag, 21. 11. 10.42 Uhr ab Bf. Marl-Mitte	<b>20302 Claude Monet</b> im Von-der-Heydt-Museum Wuppertal Sigrid Godau M.A. (29 €)
--	--

Samstag, 21. 11. 14 Uhr, insel	<b>10502 Erben und vererben</b> Kurt Reich (16 €)
-----------------------------------	--

Samstag, 21. 11. 15.30 Uhr, Zwst. Hüls	<b>34110 Progressive</b> Muskelrelaxation, Marion Müller (9 €)
---	---

Sonntag, 22. 11. 9 Uhr, Zwst. Hüls	<b>10711 Mensch ärgere dich nicht</b> Otto Pötter (39 €)
---------------------------------------	---

Dienstag, 24. 11. 18 Uhr, insel	<b>10708 Übersetzungshilfen für den Beziehungsaltag</b> , Katja Dittmar (15 €)
------------------------------------	--

Donnerstag, 26. 11. 14.42 Uhr, ab Bf. Marl-Mitte	<b>20303 Claude Monet</b> im Von-der-Heydt-Museum Wuppertal Sigrid Godau M.A. (29 €)
--	--

## Was wollen mir diese Logos sagen?



Die Veranstaltung wird von den inselfreunden  
Marl e.V. unterstützt.



Die IMV e.V. fördert die Teilnahme ihrer  
Mitglieder an diesen Seminaren und Kursen.



Angebote, die von Kindern und Jugendlichen  
besucht werden können.

## Übrigens...

Die neuen VHS-Programm-Zeitungen können Sie  
u. a. an folgenden Stellen in Marl abholen:

insel (Forum, Stadtbibliothek, Türmchen), i-Punkt, Marler Stern, Rathaus der Stadt  
Marl, Zweigstellen der Sparkasse Vest Recklinghausen, Zweigstellen der Volksbank  
Marl-Recklinghausen e.G., SEB Bank Marl, Commerzbank, Deutsche Bank, Projektbü-  
ro „Hüls zieht an“, Gärtnerei Oelde-mann/Erwig, Rathaus Pforte, Verwaltungsstelle  
Hamm, Arbeitsagentur Marl, Kath. und Ev. Familienbildungsstätte, AV Sozialbetreuer  
Schacht 3/7, Betriebsrat Evonik, Skulpturenmuseum Glaskasten, AWO-Stadtverband,  
AWO-Seniorenzentrum, Asia-Point, Schillerstr., Barmer Ersatzkasse u. a.

## IMPRESSUM

Herausgeberin:  
Stadt Marl, die insel,  
Volkshochschule  
Dr. Renate Strauch  
Titelfoto:  
Patrick Prädikow  
Satz/Layout/Druck:  
Medienhaus Bauer, Marl  
Auflage: 12.000  
Änderungen im Programm vorbehalten

**Werden Sie inselfreund(in)!**

**inselfreunde...**

- haben ermäßigten Eintritt zu den gemeinsamen Veranstaltungen der insel und der inselfreunde
- bekommen Informationsmaterial über die verschiedensten Aktivitäten der insel zugeschickt
- können ihre Beiträge steuerlich absetzen
- inselfreundin / inselfreund kann man mit einem Mindestbeitrag von 30 € jährlich werden.

**Kontakt über:**

- inselfreunde Marl e.V
- Postfach 1580, 45768 Marl
- Telefon 023 65/994299, Telefax 023 65/994233

**Der Vorstand der inselfreunde**

- Dr. Hans-Gerhard Schindler, 1. Vors., Tel. 902201
- Dr. Hans-Jürgen Metternich, stellv. Vors., Tel. 492401
- Ursula Müller, Tel. 18256
- Marianne Pelz, Schriftführerin, Tel. 15555
- Jutta Ehrenheim, stellv. Schriftführerin, Tel. 505648
- Hans Josef Kaup, Kassenwart, Tel. 20 14 45
- Margarete Behrens, stellv. Kassenwartin, Tel. 395678
- Gisela Brauckmann, Tel. 32152
- Dr. Hermann Bromme, Tel. 36497

**Wer sind wir...**

Unseren Förderverein, die inselfreunde Marl e. V., gibt es seit 1983. Vereinszweck ist die Förderung der Volksbildung. Die verwirklichen wir durch ideelle und finanzielle Unterstützung der insel mit ihren zwei Abteilungen, der VHS und der Stadtbibliothek.

**Was wir tun...**

Seit unserer Gründung haben wir verschiedenste Veranstaltungen und Fördermaßnahmen durchgeführt. Durch unsere finanzielle Unterstützung konnte die insel viele Geräte und Arbeitsmittel wie Bücher, Videoschnitteinheiten und eine Beschallungsanlage, Scanner, PCs und DVDs anschaffen und der Marler Bevölkerung zur Verfügung stellen.

In den 80er Jahren lagen unsere Themenschwerpunkte bei Veranstaltungen im Bereich Geschichte. Die 90er Jahre waren geprägt von Kabarettveranstaltungen. 1994 übernahmen wir die Schirmherrschaft über die Kaffeestube der insel, das heutige insel-Café. Inzwischen haben Anneliese Nowak und Ulrike Rühl das Café übernommen.

Auch politische Veranstaltungen haben ihren Platz. Wir fördern Autorenlesungen und Auftritte unterschiedlicher Künstler und Künstlerinnen.

In das neue Jahrtausend starteten wir mit der Veranstaltungsreihe „architektour“, Fahrten, die uns zu verschiedenen architektonischen Highlights führten. Die Veranstaltungsreihe, „Kultur erfahren“, bei der wir unter fachkundiger Leitung die Möglichkeit bieten, preisgünstig mit öffentlichen Verkehrsmitteln Kunstereignisse in Ausstellungen und Museen zu „erfahren“, ist ebenfalls ein Anziehungspunkt unseres Förderprogramms.

Seit 1986 finanzieren die inselfreunde fortlaufend Töpferkurse für Kinder und bezuschussen seit mehreren Jahren Bildungsausflüge der Schulabschlusskurse. Auch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von Deutsch als Zweitsprachkursen, die die Mittelstufenprüfung des Goetheinstituts machen, unterstützen wir weiterhin, indem wir die Hälfte der Prüfungsgebühr übernehmen. Der Keller der insel-Zweigstelle Hüls konnte mit finanzieller Unterstützung des Vereins zum Teilnehmertreff ausgebaut und eingerichtet werden.



**Meine Beitrittserklärung**

**Ja, ich finde die Idee gut und will dem Verein inselfreunde Marl e. V. beitreten.**

Name \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Jahresbeitrag \_\_\_\_\_

Der von mir eingesetzte Jahresbeitrag soll von meinem Konto abgebucht werden.

Konto-Nr \_\_\_\_\_

bei der \_\_\_\_\_

BLZ \_\_\_\_\_

Ort/Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Bitte einsenden an:  
**inselfreunde Marl e. V., Bergstr. 230, 45768 Marl**



Der Vorstand der insel-Freunde

**Ausstellungen im insel-Café:**

Planung und Organisation: Heike Furmanek, Telefon 9942 99.

**Montag, 22. Juni, bis Samstag, 15. August**

**Kunst-Projekt VI**

Schülerinnen und Schüler von ASG/GSG und GiL zeigen Arbeiten, die unter der Anleitung von Bernhard Krug entstanden sind

**Montag, 17. August, bis Samstag, 19. September**

**Salzwiesengeflüster – Bilderbuchillustrationen**

Digitale Malerei von Matthias Ries

**Montag, 21. September, bis Samstag, 24. Oktober**

**Vom Schatten ins Licht**

Acrylmalerei von Sylvia Karmann

**Montag, 26. Oktober, bis Samstag, 5. Dezember**

**Schottland**

Raues Land mit dem sanften Blick durch die Fotokamera  
Fotos von Mecky Lacher-Nadolny

**Montag, 7. Dezember, bis Samstag, 16. Januar**

**Brücke der Begegnungen**

Acrylmalerei von Petra Feyka und Rita Westermann





### No rain in „The CITY“

**Friday:** At a very unacceptable time, Friday morning, we began our weekend-trip to explore „THE CITY OF LONDON“.

Take-off: 7 am (Dortmund Airport)

Arrival: 7.20 am (London/ Luton)

After a short check-in we started our weekend with a sufficient breakfast in „THE TOTTENHAM“ (London's eldest Pub) and planned our activities for the following days...

1. Big City Life (Shopping on Oxford Street!)

2. Covent Garden, China Town, (the Chinese part of London where you can buy anything that you don't need and know;)

Later, we rushed to the „St. MARTIN'S THEATRE“, and enjoyed the drama „The Mousetrap“.

Back in our hotel we started our professional discussion about the dramatic suspense of the drama (Cherrioo: !!!)

**Saturday:** After some hours of sleep and an executive breakfast we started our sightseeing-tour at „BIG BEN“ and the „HOUSE OF PARLIAMENT“.

From the „LONDON EYE“ we had the perfect sunny overview about LONDON. Back on earth we walked along the „RIVER THAMES“, enjoyed a „First class Dinner“ in an old wine restaurant, in the old harbour of „LONDON“. We continued our tour to visit the „TOWER“ and of course „TOWER BRIDGE“. „HARRODS“ was just on our way, so why not stop there??? In the evening we enjoyed some wonderful brit-pop in a music bar and later we had an appointment in „THE LONDON ICEBAR“ (a bar made of ice!!!!!!)

**Sunday:** Early in the morning we took the tube to „BRICK LANE“ (London's Punjabi alternative side). On our way home, we stopped over at „BUCKINGHAM PALACE“ and went through „HYDE PARK“ on a warm sunny day.

Conclusion: A lot of fun, less sleep, many impressions and ... „LONDON“ we will come again!!!!!!!!!!!!!!  
(The English Follower Course 2009)



### Das Personalkarussell dreht sich, Mitarbeiter kommen und gehen

Vertraute Gesichter verlassen die insel-VHS, aber es kommen immer wieder neue hinzu. Im November vergangenen Jahres hat Andrea Müllender die insel-VHS verlassen, um im Marler Rathaus neu anzufangen. Aber bereits im April diesen Jahres konnten wir Martin Banasiak, Alfred Fischer und Rudolf Krüger in der insel-VHS begrüßen, sowie die Auszubildende Mandy Birkenhagen.

Doch begrüßen wir dieses Jahr nicht nur neue Mitarbeiter recht herzlich, sondern wir müssen uns von Erika und Heinz Benner verabschieden, die ihre Altersteilzeit im Oktober bzw. Dezember beginnen.



### „Tschüss, Otto!“

**Otto Hindrichs**, geb. am 13. 5. 1931, ist seit 1965 – inzwischen also seit mehr als 44 Jahren – an der insel tätig und wird zum Ende dieses Schuljahres seine Tätigkeit als Kursleiter beenden.

Seine erste Ausbildung hatte zunächst gar nichts mit dem Unterrichten anderer Menschen zu tun. Als Konditormeister versüßte er den Menschen das Leben. Das hat ihm aber anscheinend nicht gereicht. Auf der Abendschule legte er nämlich eine Begabtensonderprüfung ab, um das Abitur zu erreichen, studierte anschließend an der PH Dortmund und legte die 1. und 2. Staatsprüfung für das Lehramt an Volksschulen ab. Diese Karriere beendete er in den 90er Jahren als Konrektor an der Hauptschule an der Carl-Duisberg-Straße, also sozusagen „nebenan“.

Weiterbildung bzw. „lebenslanges Lernen“ hatte es ihm also immer schon angetan. So wundert es nicht, dass er schon in den Sechzigern an der insel für kleine Marler „Keine Angst vor Papier und Farbe“ und für die Erwachsenen „Deutsch auf leichte Art“ servierte. Lang, lang ist's her, doch die Kurse waren so beliebt, dass er sogar noch einen zweiten und einen dritten Deutschkurs einrichten musste, wie aus seiner Dozentenakte hervorgeht.

Seit Mitte der siebziger Jahre bis heute unterrichtete er in den Schulabschlusskursen der insel, die ab 1977 eigene Prüfungen ausrichten durfte. Immer wieder die aufregendste Zeit im ganzen Schuljahr. Er ist vorwiegend im Fach Deutsch zu Hause gewesen, hat aber auch schon in anderen Fächern ausgeholfen und neben den Abendkursen auch bei einigen Arbeiten- und Lernen-Lehrgängen mitgeholfen.

Am 13. Mai 2009 ist er 78 Jahre alt geworden und nach seinen eigenen Worten noch kein bisschen weise, war aber dafür immer engagiert, wenn es um die Probleme junger Erwachsener ging. Dafür wurde Otto Hindrichs in den Kursen auch geliebt. Wir sagen: „Tschüss Otto! Und noch viel Spaß auf deinen geliebten Reisen!“



### Eröffnung der Frauenkulturtag 2009 im insel-Café

Bürgermeisterin Uta Heinrich hat am 3. März die Frauenkulturtag 2009 im Rahmen einer Vernissage im insel-Café eröffnet.

Die Ausstellung von Renate Paetzold unter dem Titel „Ein langer Weg – Acrylmalerei und Plastiken“ wurde vom 2. März bis 18 April gezeigt.

Wir bedanken uns bei der Gleichstellungsbeauftragten Heike Joswig-Kleinhöfer für die gute Zusammenarbeit!



### And the winner is...

7 Grimme-Preise hat Heinrich Breloer bisher gewonnen – das war die richtige Antwort beim Preisausschreiben im letzten insel-Programm. Die Karten für die 45. Grimme-Preis-Verleihung am 3. April 2009 hat Marius Langowski gewonnen. Über das Filmbuch von Heinrich Breloer hat sich Sabine Bösing gefreut. Wir danken dem Adolf-Grimme-Institut in Marl und der Firma boxfish in Berlin für die Bereitstellung der Preise!

Heidi Schulz und Erika Benner (Foto) haben den Abend im Grimme-Institut sehr genossen!

Das neue Preisausschreiben finden Sie auf S. 42.



### Ingrid Reich: Gedenken zum Todestag

1983 suchten zwei junge Damen im insel-Programm ein kreatives Betätigungsfeld. Es muss wohl eine Fügung des Schicksals gewesen sein, dass damals das Teilnahmeentgelt für das insel-Kabarett nur halb so groß war wie das für die Laienspielgruppe: denn dieser Umstand gab den Ausschlag dazu, dass Ingrid Reich und Ursula Krehut zum insel-Kabarett stießen. So kann man es jedenfalls im insel-Lesebuch von 1996 nachlesen. Schon bald darauf wurden die beiden munteren Frauen zu den Hauptakteurinnen im insel-Kabarett.

Alljährlich immer im Januar überraschten die beiden Damen zusammen mit ihren Mitstreiter/-innen das Marler Publikum mit einer neuen Vorstellung: neben der leichten Muse bestimmten immer die große Politik genau so wie das Lokalgeschehen die Bandbreite der Stücke. Und wenn sich Ingrid Reich als Ruhrgebiets-Urgestein Frau Müller mit ihrem Gegenüber Frau Sommer (Ursula Krehut) in tiefgreifende Dialoge verstrickte, blieb im insel-Saal kein Auge trocken.

Noch im Januar 2008 stand Ingrid Reich zusammen mit „ihrem“ Kabarett auf der Bühne des insel-Saals. In vier Vorstellungen begeisterten sie ihre Zuschauerinnen und Zuschauer. Umso heftiger traf alle dann im Sommer die Nachricht, dass Ingrid Reich nach kurzer aber heftiger Krankheit von uns gegangen war.

Was nun? Ursula Krehut übernahm im Herbst die Leitung des Kabarets und schon in diesem Frühjahr kannte der Beifall bei diesmal fünf Vorstellungen wieder kein Ende ... the show must go on! ... Ingrid Reich hätte es bestimmt selbst nicht anders gewollt!



### 26. Marler Tag der Gesundheit mit einem Highlight

Unter dem Motto „Vielfalt ist unsere Stärke“ beteiligten sich am 21. März wieder über 50 Aussteller/-innen und Selbsthilfegruppen am diesjährigen Marler Tag der Gesundheit. Trotz des schönen Wetters strömten die Besucherinnen und Besucher in den Marler Stern und nutzten die vielfältigen Informationsmöglichkeiten.

Für eine besondere Attraktion hatte in diesem Jahr die Prostata-Selbsthilfegruppe gesorgt: mit „begehbaren Organen“, überdimensionale Modelle der Prostata und des Dickdarms, rückte sie die Krebsvorsorge in den Mittelpunkt. Fachärzte standen an den Modellen allen Interessierten Rede und Antwort, wie sich Krebs auswirkt, wie er diagnostiziert und behandelt wird. Sogar der WDR nutzte die Gelegenheit und führte Dreharbeiten für die Sendereihe „Menschen hautnah“ durch.



### Helga Hoffmann verabschiedet.

Von A wie Avocado bis Z wie Zucchini gibt es wohl kaum etwas, was bei insel-Kursleiterin Helga Hoffmann nicht gekocht worden ist. Nach über 30 Jahren Kursleiter-Tätigkeit hat sie Ende letzten Jahres den insel-Kochlöffel zur Seite gelegt. Die Insulaner danken ihr für die vielen Jahre der vertrauensvollen Zusammenarbeit!

### Schnell anmelden / abmelden

Oft muss die Insel vor Beginn Seminare oder Kurse absetzen, weil ihr nicht genügend Anmeldungen (in der Regel 10) vorliegen. Das ist für alle Beteiligten schade, häufig sogar ärgerlich, weil persönlich bereits Termine eingeplant wurden. Leider ist es aber unumgänglich.

**Deshalb der Insel-Tipp:** Melden Sie sich frühzeitig an, auf jeden Fall vor Veranstaltungsbeginn. Abmelden können Sie sich bei Kursen noch vor dem zweiten Kurstag, also 1x schnuppern erlaubt! Bei Seminaren endet die Abmeldefrist allerdings 2 Wochen vor Beginn der Veranstaltung. Beachten Sie deshalb diese Unterscheidung. Eine Abmeldung muss unbedingt schriftlich (Brief, Fax, Email) erfolgen, damit Abbuchungen vermieden werden. **Eine Abmeldung bei der Dozentin / beim Dozenten reicht nicht aus!**

### Wer ist Kursleiterin bzw. Kursleiter?

Eine Liste mit allen Kursleiterinnen und Kursleitern einschließlich Wohnort und Telefonnummern liegt in der Insel bereit.

### Teilzahlung / Ermäßigung möglich

In Marl soll niemand aus finanziellen Gründen an seiner Weiterbildung gehindert werden. In begründeten Fällen können Teilnahmeentgelte auf Antrag ermäßigt werden. Außerdem besteht die Möglichkeit zur Teilzahlung, wenn ein Kurs mehr als 60,- EUR kostet. Außerdem gibt es noch den Bildungsscheck und die Bildungsprämie (siehe Seite 30). Bitte sprechen Sie bei der Anmeldung mit den zuständigen Insel-Mitarbeitern/-innen.

### Marler Freizeitpass

Auf Beschluss des Rates der Stadt Marl können Inhaberinnen u. Inhaber von Marler Freizeitpässen viele Kurse, Seminare und Veranstaltungen nach AWbG NW der Insel für ein Entgelt von 7,50 EUR besuchen. Einzelveranstaltungen sind entgeltfrei. Für die Teilnahme an Studienreisen und Exkursionen können keine Ermäßigungen gewährt werden.

Weiterhin erhalten sie eine pauschale Entschädigung für Verbrauchsmaterialien in Höhe von 10,- EUR, falls diese in entsprechender Höhe anfallen. Sie müssen die Entschädigung bei der Insel beantragen, die Kursleiterin bzw. der Kursleiter ist dabei behilflich. In den Kursen, in denen Lehrbücher verwendet werden, kann eine Erstattung von 10,- EUR gegen Vorlage der Kaufquittung erfolgen. Voraussetzung für beides ist, dass die Kurse bis zum Schluss besucht worden sind.

### Materialkosten

sind, sofern nicht anders vermerkt, im Teilnahmeentgelt nicht enthalten.

### Unterrichtsorte

Die VHS führt ihre Kurse nicht nur in der Insel durch, sondern auch in ihrer Zweigstelle in Hüls, Carl Duisberg-Str. 11 und an weiteren Unterrichtsorten. Eine Liste dieser Orte finden Sie auf Seite 42. Verlassen Sie bitte die Kursräume so, wie Sie diese antreffen möchten.

In den Herbstferien (10. 10. bis 25. 10. 2009) und an den gesetzlichen Feiertagen finden in der Regel in der Insel und in anderen Arbeitsstätten keine Kurse und Seminare statt, in der Zweigstelle ist es möglich.

### Rauchen in Insel-Veranstaltungen

Wir bitten um Ihr Verständnis, dass in den Unterrichtsräumen und Fluren nicht geraucht werden darf. Dies gilt für die Unterrichtsräume im Marler Stern, in der Insel-Zweigstelle Hüls als auch für Schulen und andere Gebäude, in denen die Volkshochschule Gastrecht hat.

### Unterrichtsbedingungen

Der vollständige Text der Unterrichtsbedingungen wird Ihnen in der Insel auf Wunsch gern ausgehändigt. (Auszüge auf dieser Seite)

### Achtung Wechselschichtler!

Die Insel führt nicht nur abends Kurse durch, sondern auch tagsüber, besonders vormittags, tut sich einiges in den Unterrichtsräumen. Damit auch Interessierte mit wechselnden oder unregelmäßigen Arbeitszeiten teilnehmen können, werden einige Sprachkurse vormittags und abends angeboten, damit je nach Arbeitszeit gewechselt werden kann. Die Inhalte beider Kurse sind jeweils gleich, so dass ein Wechseln leicht möglich ist. Bitte melden Sie sich nur für einen der beiden Kurse an und weisen bei der Anmeldung darauf hin. Nun können Sie die beiden Kurse so, wie es für Sie am günstigsten ist, besuchen und versäumen keine Kursstunde.

### Voranmeldung

Die VHS bietet die Möglichkeit, sich ab Montag, 23. 11. 2009 zu den Kursen anzumelden, die im Frühjahr 2010 fortgesetzt werden. Die Kursleiter/-innen werden Sie darüber rechtzeitig informieren. Sie können sich dann in eine Weitermeldeleiste eintragen. Der Eintrag ist für Sie und für uns verbindlich.

### Sie suchen ein Geschenk?

Kein Problem! Wir haben die Idee für Sie. Wie wär's mit einem Gutschein zu einem Kurs, Seminar oder Lehrgang der Insel-Volkshochschule? In der Höhe unbegrenzt. Der Betrag richtet sich danach, was Ihnen der Beschenkte wert ist. Informieren Sie sich in der Insel-VHS!

### Mitwirken

Die Volkshochschulkonferenz ist das oberste Mitwirkungsorgan der Volkshochschule. In ihr sind alle Gruppen der Volkshochschule vertreten.

### Mitglieder der Volkshochschulkonferenz

#### Als Vertreter/in der Kurssprecher/-innen:

Michael Braasch (Sprecher),  
Birkenkamp 12, 45770 Marl  
Inge Breuing, Prosperstr. 5, 45768 Marl  
Dr. Peter-Jürgen Frenzel, Hirtenweg 11, 45770 Marl  
Jürgen Pintscher, Birkenkamp 2, 45770 Marl  
Marco Pusch, Max-Planck-Str. 12, 45768 Marl  
Helma Sczensny, Kreuzstr. 293, 45770 Marl

#### Als Vertreter/in der Kursleiter/-innen:

Dr. Ulrich Berendes (Sprecher),  
Paul-Baumann-Straße 1, 45772 Marl  
Michael Mallmann, Am Knäpken 21, 45772 Marl  
Marianne Pelz, Leiblstr. 6, 45768 Marl  
Sigrid Pietzuch, Feuerbachstr. 13, 45768 Marl  
Gerda Thamm, Vennheider Weg 30, 45772 Marl  
Arno Thiele, Gersthofener Str. 20, 45772 Marl

### Gemeinsame Kursleiter/-innen und Kurssprecher/-innen-Versammlung

Freitag, 6. November 2009, 16.30 Uhr

### Volkshochschul-Konferenz

Freitag 6. November 2009, 18.15 Uhr

### Insel-Vorschau

Das Frühjahrsprogramm der Insel beginnt voraussichtlich am Montag, 1. 2. 2010 mit den Kursen. Es wird – unterbrochen von den Osterferien (27. 3. bis 10. 4. 2010) – 17 Wochen umfassen und bis zum 12. 6. 2010 dauern. Das Programm kann voraussichtlich vor den Weihnachtsferien in der Insel-VHS und in den Banken und Sparkassen abgeholt werden. Dann kann man sich anmelden über das Internet [www.marl.de/vhs](http://www.marl.de/vhs) oder Sie nutzen unseren Telefonservice bzw. senden uns ein ausgefülltes Anmeldeformular. Am Samstag, 16. 1. 2010 ist wieder unser Hauptanmelde- und Beratungstag in der Insel.

### Die Insel-VHS kooperiert mit den anderen Weiterbildungseinrichtungen in Marl:

**Evangelische Familienbildungsstätte,**  
Bachstraße 22, 45770 Marl, Fon 414422

**Katholische Familienbildungsstätte,**  
Bergstraße 117, 45770 Marl, Fon 33378

**Bildungsstätte Stenografenverein Marl e.V.,**  
Postfach 2150, 45751 Marl, Fon 2955096

### Auszug aus den Unterrichtsbedingungen

für die Insel, Volkshochschule der Stadt Marl

#### 1. Entgelte

Teilnahmeentgelte sind mit der Anmeldung fällig. Sollte der Lastschriftzug des Teilnahmeentgeltes nicht möglich sein aus Gründen, die der Teilnehmer/die Teilnehmerin zu vertreten hat, so sind die der Insel von den Kreditinstituten auferlegten Kosten für den erfolglosen Einzugsversuch von dem Teilnehmer/der Teilnehmerin zu zahlen. Kosten für Lehrbücher, Schreibmaterial, Fotokopien und ähnliche Lehrmittel sind, soweit nicht anders vermerkt, in dem angegebenen Teilnahmeentgelt nicht enthalten. Das Kochgeld ist bei den einzelnen Kursen gesondert angegeben. Für Fahrten gelten besondere Bedingungen.

#### 2. Teilzahlung

Wenn ein Kurs mehr als 60,- EUR kostet, kann er in zwei gleichen Hälften bezahlt werden, eine Hälfte bei der Anmeldung, die andere Hälfte vier Wochen nach Kursbeginn.

#### 3. Ermäßigungen

Wenn jemand nicht genügend Geld hat, soll das kein Hindernis für die Teilnahme sein. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter helfen gerne, einen Ermäßigungsantrag auszufüllen.

#### 4. Kurse

Die Insel führt Veranstaltungen durch, wenn eine ausreichende Anzahl an Anmeldungen vorliegt. Über Ausnahmen (z. B. Eltern/Kind-Kurse, Alphabetisierungskurse) entscheidet die Insel.

#### 5. Teilnahme

An den meisten Kursen und Seminaren können alle teilnehmen, die wenigstens 16 Jahre alt sind oder im Laufe des Semesters das 16. Lebensjahr vollenden. Ausnahmen hiervon werden immer im Insel-Programm oder in den Ankündigungszetteln genannt.

#### 6. Erstattung von Teilnahmeentgelten

Die Insel kann Veranstaltungen absetzen, wenn sich zu wenig Leute angemeldet haben oder tatsächlich teilnehmen und auch dann, wenn sie aus einem wichtigen Grund nicht stattfinden können.

Setzt die Insel-VHS eine Veranstaltung ab, so kann sie nur das Teilnahmeentgelt für die tatsächlich durchgeführten Unterrichtsanteile verlangen. Bei Studienreisen und Lehrgängen gelten die Regelungen des Einzelvertrages.

Wenn jemand aus persönlichen Gründen nicht mehr teilnehmen kann, gilt folgende Regelung:

Ein fristgemäßer Rücktritt von der Anmeldung ist bei Kursen vor Beginn des 2. Unterrichtstermins, bei Seminaren, Einzelveranstaltungen, Bildungsurlauben, Exkursionen bis 2 Wochen vor Beginn möglich. Der Rücktritt muss schriftlich erfolgen. Eine Abmeldung bei der Kursleitung reicht nicht aus. In diesen Fällen wird das Teilnahmeentgelt voll erstattet. Bei Studienreisen und Lehrgängen gelten die Regelungen des Einzelvertrages. Nach Ablauf dieser Fristen/Termine ist das volle Entgelt fällig. Entgelte werden bis zum Ende des Arbeitsabschnittes auf schriftlichen Antrag, bei Barzahlung gegen Rückgabe der Quittung erstattet.

#### 7. Bescheinigungen

Wenn man eine Bescheinigung über den Veranstaltungsbesuch für das Finanzamt braucht, genügt die Anmeldequittung oder die Lastschrift auf dem Kontoauszug. Darüber hinaus stellt die Insel eine Bescheinigung über den regelmäßigen Besuch einer Veranstaltung kostenlos aus, wenn der Teilnehmer/die Teilnehmerin das wünscht. Er/sie muss diese Bescheinigung bei der Kursleitung am Semesterende beantragen. Bescheinigungen aus früheren Semestern kosten 11,- EUR.

#### 8. Versicherung

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Kursen und Seminaren sind nur während der planmäßigen Zusammenkünfte (einschließlich direkter Hin- und Rückweg) im Rahmen und Umfang eines von der Stadt Marl abgeschlossenen Vertrages gegen bestimmte Vermögensschäden aus Unfällen versichert. Eine Versicherung für Eigentumschädigungen, auch für die an den Unterrichtsstätten abgestellten Fahrräder oder sonstigen Fahrzeuge, besteht nicht.

Der ausführliche Text der Unterrichtsbedingungen liegt in der Insel und in den Beratungsstellen der Insel aus und kann dort eingesehen oder mitgenommen werden.



## Politik Gesellschaft Umwelt

**Dr. Renate Strauch**  
Tel. 9942 10



E-Mail: [Renate.Strauch@marl.de](mailto:Renate.Strauch@marl.de)

## Politik und Zeitgeschichte

### Marler Wege zum Frieden

Die „Marler Wege zum Frieden“ sind eine Veranstaltungsreihe, die versucht durch die Änderung von Meinungen, Einstellungen, Urteilen, Verhalten möglichst vieler Menschen in Marl Frieden mehr als bisher zu begründen und zu sichern. Es geht dabei um Zusammenleben sowohl in den übergeordneten Gemeinschaften wie auch in der Stadt Marl. Frieden als kommunale Aufgabe.

### 10110 Kurs

**Arbeitskreis Marler Wege zum Frieden**  
Bereits 1978 gegründet wurde der AK auf Beschluss des Kulturausschusses im Mai 1979 zum Arbeitsschwerpunkt der Insel. Durch aktuelle Aktionen will er dazu beitragen, den Frieden zu sichern, besonders auch im Zusammenleben unserer städt. Gemeinschaft. Der AK trifft sich monatlich. Weitere Termine in der Presse.

**Jutta Hinz, Ulla Fries-Langer**

3x dienstags, 1. September, 6. Oktober, 3. November jeweils 18 bis 19.30 Uhr · die Insel; 1. Etage, Insel-Café · 20 Teiln. · entgeltfrei

### 10111 Einzelveranstaltung

#### Friedensfest

**30 Jahre Marler Wege zum Frieden**  
Das Motto der Veranstaltung:  
Komm feiern wir ein Friedensfest und zeigen wie sich's leben lässt.  
Mensch! Menschen können Menschen sein. Das weiche Wasser bricht den Stein.  
Die Friedenstaube ist das Symbol des Festes. Mit Aktionen, Tanz, Essen, Trinken, Live Musik und anderen Beiträgen wird das Friedensfest zu einem Erlebnis. Dazu laden wir alle Bürgerinnen und Bürger herzlich ein.

**Jutta Hinz, Ulla Fries-Langer**

Samstag, 5. Sept., 15 bis 18 Uhr · Forum am Bahnhof Stadtmitte (ehem. Busplatte) · entgeltfrei

### 10112 Einzelveranstaltung

#### Erlebt – Erlitten – Überlebt

**50 Jahre nach dem 2. Weltkrieg – Marler Frauen erinnern sich** **NEU**  
Lesung mit anschließender Diskussion  
Vor 15 Jahren begann die Spuren-Suche der Marler Frauen-Geschichtswerkstatt.  
2 Jahre später, 1995, legte sie ihre erste und einzige Publikation vor, herausgegeben von den mittlerweile leider verstorbenen Marler Frauen Maria Blochmann und Ilse Olschewski.  
Mit einer Lesung wollen wir an ihre Arbeit erinnern, denn die Texte sind immer aktuell.

**Jutta Hinz, Ulla Fries-Langer**

Mittwoch, 16. September, 19.30 bis 21.45 Uhr · die Insel; 1. Etage, Bibliothek · 50 Teiln. · entgeltfrei

### 10113 Einzelveranstaltung

#### Volkstrauertag

**Mahn- und Trauerfeier**  
Unser diesjähriges Motto: Erlebt – Erlitten – Überlebt  
Wir gedenken der Opfer der vergangenen und aktuellen Kriege und wir zeigen den Krieg im Krieg:  
- Brutale Gewalt gegen Mädchen und Frauen  
- Kriegswaffe Vergewaltigung  
- Die Angst der Überlebenden  
Das genaue Programm liegt rechtzeitig aus.

**Ulla Fries-Langer, Jutta Hinz**

Sonntag, 15. November, 11.30 Uhr · Rathaus · entgeltfrei

### 10114 Einzelveranstaltung

#### „Wer schlecht schläft, stirbt früher“

**Auswirkungen der Nacht- und Schichtarbeit auf die Gesellschaft?**  
Aufgrund der mehrfachen Nachfrage von interessierten BürgerInnen bieten wir erneut eine Info-Veranstaltung mit dem Referenten Christoph Klug an.

Christoph Klug ist freiberuflicher Dipl.-Psychologe und Therapeut für Tumorpatienten, Wissenschaftsjournalist mit Schwerpunkt Immunologie und Psychologie und Hochschuldozent.

Mit vier weiteren Wissenschaftlern hat er eine Untersuchung zur Nacht- und Schichtarbeit gemacht. Wie krank macht Nacht- und Schichtarbeit? Sind durch Nacht- und Schichtarbeit betroffene Menschen aus dem sozialen Umfeld ausgegrenzt? Wie gehen betroffenen Familien mit der Wechselschicht um?

KOOP mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Marl.

**Christoph Klug**

Donnerstag, 8. Oktober, 19.30 bis 21.30 Uhr · die Insel; 1. Etage, Bibliothek · 50 Teiln. · entgeltfrei

### 9. Abrahamsfest

#### Jung und Alt – Kinder dieser Erde

Vom 20. September bis 8. Dezember 2009 findet das 9. Abrahamsfest statt. Das Ziel ist: Begegnungen in der Stadt, Frieden in der Stadt, Stadt ohne Rassismus. Thema diesmal: „Jung und Alt – Kinder dieser Erde“. Die Veranstalter laden Kinder, Jugendliche (auch Schulen) und Erwachsene zu zahlreichen Begegnungs-, Aktions- und Bildungs-Veranstaltungen ein (Einzelheiten: s. Presse, Flyer, Plakate). Sie konnten eine Zusammenarbeit mit MELEZ.09 - dem Festival der Kulturen der Kulturhauptstadt Europas RUHR.2010 erreichen.

Gefördert wird das 9. Abrahamsfest von der Stadt Marl, dem Bistum Münster, der Ev. Kirche von Westfalen, DITIB, der GEW, dem Koordinierungsrat des Christlich-Islamischen Dialogs in Deutschland (Köln), dem Bundesministerium des Innern (Berlin) und der Stiftung „dieGesellschafter.de“ (Bonn).

Schirmherr ist der Integrationsbeauftragte der Landesregierung NRW Thomas Kufen.

Den Auftakt bildet ein großes Kinderfest am Sonntag, 20. September 2009 von 13 - 17 Uhr auf dem Creiler Platz am Rathaus, gemeinsam mit dem Deutschen Kinderschutzbund und vielen Kooperationspartnern. Als Abschluss wird am Dienstag, 8. Dezember 2009 von 19.00 - 21.30 Uhr zum Gastmahl des 9. Abrahamsfestes im Rathaus eingeladen.  
[www.abrahamsfest-marl.de](http://www.abrahamsfest-marl.de) - [www.wikipedia.de/CIAG](http://www.wikipedia.de/CIAG) Marl

### 10215 Kurs

#### Marler Geschichtswerkstatt

**Arbeitskreis**  
Nach dem Motto „Suche die Geschichte, wo Du lebst!“ werden in diesem Arbeitskreis selbst gewählte historische Themen vorgestellt. Der Schwerpunkt liegt auf der Quellenrecherche zur Marler Geschichte, z.B. Bergbau, Chemie, Schulwesen, Kultur (Theater), Siedlungsgeschichte, Verkehrswesen und Gesundheitswesen. Ziel ist es, den Internetauftritt [www.marl.de/marl](http://www.marl.de/marl) geschichtlich zu vervollständigen. Wer Interesse hat, sich mit der Marler Geschichte zu befassen, ist zum Mitmachen herzlich eingeladen.

**Dr. Ulrich Berendes**

3x dienstags, 29. September, 27. Oktober, 24. November, jeweils 19 bis 20.30 Uhr · Heimatmuseum, Museums-scheune, Am Volkspark 14 · 15 Teiln. · entgeltfrei

### 10216 Kurs

#### Kultur- und Heimatgeschichte von Polsum

In Zusammenarbeit mit dem Heimat- und Verkehrsverein Polsum wird die Geschichte dieser bis 1975 noch selbständigen Gemeinde durchleuchtet. Die Gruppe, zu der alle Interessierten herzlich eingeladen sind, trifft sich jeden vierten Freitag im Monat, wobei jeweils ein Thema gesondert behandelt wird.

**Helmut Madynski, Heimatverein Marl**

4x freitags, 25. September, 30. Oktober, 27. November, 18. Dezember, jeweils 20 bis 21.30 Uhr · Gastwirtschaft „Zur alten Post“ in Polsum · 20 Teiln. · entgeltfrei

### Spuren vor Ort Reihe: Historische Wanderungen in Marl

### 10220 Exkursion

#### Siedlungsschroniken und ihre Bedeutung für die Stadtgeschichte von Marl

##### Von Polsum nach Bertlich

Seit Herbst 2005 stehen die sozialen Auswirkungen der Ankunft des Bergbaus in Marl zu Beginn des 20. Jh. im Mittelpunkt dieser Reihe. Greifbar werden sie für uns an den Geschichten der Pfarrgemeinden, wo wir Quellen finden, die auf diese Veränderungen hinweisen, z.B. Spuren von baulichen Veränderungen, schriftliche Berichte oder Erläuterungen durch kenntnisreiche Personen.

Eigentlich haben wir das Thema der industriellen Frühgeschichte von Marl abgeschlossen. Aber wie es so geht in der Forschung: Heimatforscher Madynski machte darauf aufmerksam, dass Bertlich (heute Stadtteil von Herten) bis 1976 Teil des ehemaligen Amtes Marl war. Die Siedlung Bertlich entstand erst zu Beginn des 20. Jh., gehörte zu Polsum und wurde von dort her durch Straßen erschlossen. Wir wandern deshalb von Polsum nach Bertlich und machen wie immer den Wandel an der Entwicklung der Pfarreien fest. Bei St. Bartholomäus in Polsum erfahren wir einiges über die Geschichte dieser Kirche. Auf einer erst ab 1914 befestigten Straße gehen wir zu St. Johannes in Bertlich, die ihren Bau der Ansiedlung von Bergleuten verdankt. Die historische Siedlung steht noch und kundige Leute werden uns einiges darüber erzählen oder Quellen zeigen. Kennen Sie die Pestalozzi-Siedlung im Norden von Bertlich? Lassen Sie sich überraschen.

**Dr. Ulrich Berendes, Helmut Madynski, Heimatverein Marl**

Samstag, 19. Sept., 14.30 bis 17.30 Uhr · Ausgangspunkt: Kirche St. Bartholomäus in Polsum · 25 Teiln. · 4 €

### 2000 Jahre Varusschlacht

Die Insel bietet ein großes Info-Paket:  
Imperium – Konflikt – Mythos –  
Besuch der 3 Ausstellungen  
Auf Spurensuche der Römer entlang der Lippe  
Wo fand die Varusschlacht statt?

### 10221 **NEU** Seminar

#### 2000 Jahre Varusschlacht

Einführung in Geschichte und Kultur zur Römerzeit  
**Ulrich Brenscheidt**  
Mittwoch, 2. September, 19 bis 21 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 40 Teiln. · 6 €

### 10222 Einzelveranstaltung

#### Wanderung auf den Spuren der Römer entlang der Lippe

**Diavortrag in Überblendtechnik** **NEU**  
Vor 2000 Jahren versuchten die Römer das Gebiet zwischen Rhein und Elbe dem Römischen Imperium anzugliedern. Generalstabsmäßig gingen sie vor, legten Aufmarsch-, Nachschub- und Rückzugswege an und errichteten alle 18 km Marschlagere, manche für eine kurzfristige, andere für eine dauerhafte Benutzung. Im Jahre 9 n. Chr. kam es zu der legendären Varusschlacht. Die Germanen mit ihrem Anführer Hermann dem Cherusker gewannen und konnten weitere Eroberungsfeldzüge der Römer erfolgreich abwehren. Archäologen haben an der Lippe 4 Lager ausgegraben. Grund genug für eine kleine Wandergruppe vom Ausgangspunkt Xanten am Rhein bis zum Hermannsdenkmal bei Detmold auf Spurensuche zu gehen. Die Eindrücke wurden in einem Diavortrag zusammengefasst. Er zeigt die Vielfältigkeit der Flusslandschaft und befasst sich mit Kultur und Geschichte dieser Region.

**Ulrich Brenscheidt**

Mittwoch, 9. September, 19.09 bis 21.09 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 100 Teiln. · 3 €

### 10223 **NEU** Exkursion

#### IMPERIUM Besuch der Ausstellung des LWL Römermuseums in Haltern am See

Anfahrt mit Fahrgemeinschaften in Privat-Pkws.  
**Ulrich Brenscheidt**  
Samstag, 12. September, 10.45 bis 15.30 Uhr · Römermuseum Haltern am See · 20 Teiln. · 19 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

„Ich verdiene einfach nicht genug, um mir bei der Rente Fehler leisten zu können.“



Siehe Seite 12

**Altersvorsorge macht Schule.**

Viele Menschen tun sich schwer, ein tragfähiges Konzept für ihre Altersvorsorge zu finden. Mit dem neuen Kursangebot der Volkshochschulen haben Sie es da leichter. Unabhängige Berater der Deutschen Rentenversicherung geben Ihnen die richtigen Antworten auf Ihre ganz speziellen Fragen. Melden Sie sich an. Alle Infos dazu erhalten Sie unter [www.altersvorsorge-macht-schule.de](http://www.altersvorsorge-macht-schule.de).

Jetzt Experte werden. Mit den Altersvorsorge-Kursen in Ihrer Volkshochschule.



WebKollegNRW



**weiterbilden**  
Berufliche, individuelle und  
mehrfache Lernprozesse durch die  
Kombination von  
Berufswahl und Lernen mit  
dem Internet

**Perspektive haben**  
Bessere Chancen im Beruf  
durch kontinuierliche  
Berufswahl, 27-Kurs-  
Anwerbsstellen und  
Berufswahl

**Neues Lernen  
Mit Internet**  
[www.webkolleg.nrw.de](http://www.webkolleg.nrw.de)



RWE Westfalen-Weser-Ems



## VORWEG GEHEN MIT MEHR ENERGIEEFFIZIENZ.

Weniger ist bekanntlich oft mehr – umgekehrt kann aber auch ein Mehr an Innovation und Engagement zu einem Weniger an Verbrauch führen. Das beginnt beim Einsatz von Energiesparleuchten und hört beim Anbau CO<sub>2</sub>-neutraler Energieträger noch lange nicht auf. Denn wir investieren in moderne Technologien, damit wir beispielsweise durch umsichtiges Handeln von vornherein sparsamer mit Energie umgehen.  
[www.rwe.de](http://www.rwe.de)

# Sonderaktion im

**LAGO**  
Die Therme.

Mehr als **40 %** Einsparung  
für Eltern und Kinder  
mit der **Familienkarte**

für 4 Stunden  
statt 29,50 € nur

**17,50 €**  
Jeden Samstag  
von 8 - 11 Uhr

und als Zugabe zum  
Wahnsinnspreis das Schlemmer-  
angebot am Frühstücksbuffet

für **4,50 €** pro Person



Revierpark Gysenberg Herne GmbH • Am Revierpark 40 • D44627 Herne  
Tel: 0 23 23 - 969 0  
[www.gysenberg.de](http://www.gysenberg.de)

**Entspannen und Sparen im LAGO - mein Bad!**

**10224** Exkursion

**MYTHOS**  
Besuch der Ausstellung im Lippischen Landesmuseum Detmold  
Anfahrt mit Fahrgemeinschaften in Privat-Pkws.  
**Ulrich Brenscheidt**  
Samstag, 19. September, 13.15 bis 15 Uhr · Lippisches Landesmuseum Detmold, Ameide 4, 32756 Detmold · 20 Teiln. · 19 €. Keine Ermäßigung möglich.

**10225** Exkursion

**KONFLIKT**  
Besuch der Ausstellung im Museum und Park Kalkriese  
Anfahrt mit Fahrgemeinschaften in Privat-Pkws.  
**Ulrich Brenscheidt**  
Samstag, 26. September, 13.15 bis 16.30 Uhr · Museum u. Park Kalkriese, Venner Str. 69, 49565 Bramsche-Kalkriese · 20 Teiln. · 9 €. Keine Ermäßigung möglich.

**10226** Seminar

**Varusschlacht - Abschlussbericht**  
**Ulrich Brenscheidt**  
Mittwoch, 30. September, 19 bis 21.15 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 40 Teiln. · 6 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**10227** Seminar

**Römer-Galeere ankert in Marl** **NEU**  
**VARUS meets CLASSIC im Open-Air-Konzert in den Lippeauen.**  
Das Europäische Klassikfestival Ruhr hat mit dem Emschergenossenschaft Lippeverband und der LWL-Kulturstiftung das Projekt VARUS meets CLASSIC ins Leben gerufen. Dazu wird eine nachgebaute römische Galeere mit dem Namen „Victoria“ vom 29. 8. bis 7. 9. 2009 auf der Lippe eine Ruderfahrt von Hamm bis Wesel unternehmen, um an das geschichtlich bedeutsame Ereignis zu erinnern. Am 2. 9. wird das imposante Römerschiff in Marl-Sickingmühle vor Anker gehen.  
Mit der „Victoria“ im Hintergrund findet in den Lippeauen ein Klassik-Open-Air-Konzert statt, das Auge und Ohr einmalige Eindrücke verschaffen wird. Die Sinfonietta Hungarica unter Leitung von Nissim Frank wird sich musikalisch dem Element Wasser zuwenden und Werken, die durch die römische Geschichte inspiriert wurden. Ein umfangreiches Rahmenprogramm ist ebenfalls geplant.

**Susanne Bee, Volker Zwetschke**  
Mittwoch, 2. September, 18.30 bis 21.30 Uhr · Treffpunkt: Kanalbrücke „Am Kanal“ Sickingmühle · 20 Teiln. · 10 €

**Wanderungen auf den Spuren der Industriekultur**

Die Kulturhauptstadt RUHR.2010 steht vor der Tür. Deshalb beginnt die insel-VHS eine neue Reihe. Mit Wanderungen, die sich an der Route der Industriekultur orientieren, lernen wir das Ruhrgebiet und seinen immerwährenden Strukturwandel besser kennen. So verbinden sich Erleben und Lernen mit der Erfahrung grüner (Schleich-)Wege mitten durch einen der größten Ballungsräume Europas.

**10230** Exkursion

**Kennen Sie das Ruhrgebiet?** **NEU**  
Gipfelerlebnisse in der Metropole Ruhr  
Wandern mitten im Ruhrgebiet? Geht denn das? Überzeugen Sie sich selbst und erleben eine Wanderung mit interessanten Infos auf meistens grünen Wegen abseits vom Autoverkehr durch ruhige Natur.  
In den 1990er Jahren sind im Ruhrgebiet viele sog. Landmarken entstanden. Unsere Wanderung führt uns nach 100m-Aufstieg zu einem der höchsten Aussichtspunkte im Revier, höher als der Gasometer Oberhausen. Auf dem Tetraeder, dem Wahrzeichen von Bottrop, liegt den Gipfelstürmern die Metropole Ruhr zu Füßen. Der Rundblick von Dortmund bis zum Rhein und von der Haard bis zu den Ruhrhöhen ist einfach phantastisch, besonders wenn der Wind um die Nase pfeift. Weiter geht's zur Gartenstadt Welheim, eine der bekanntesten und größten Arbeitersiedlungen im Revier, die bis heute für Wohnqualität steht. Nach einer ausgiebigen Rast geht es zurück. Länge ca. 15 km.  
Züge verkehren stündlich von Marl-Mitte. Parkmöglichkeiten direkt am Hauptbahnhof in Parkhaus, gegenüber am Südcener und am „Hinterausgang“ des Bahnhofes.  
**Dr. Vera Bücker**  
Samstag, 5. September, 10.15 bis 17 Uhr · Treffpunkt: Hauptbahnhof Bottrop, Hauptausgang (Südcener) · bis 14 Teiln. 10 €, ab 15 Teiln. 7 €

**Volksparkfest am 3. Oktober**  
**10299** Einzelveranstaltung

**Sexy girls auf dem Volksparkfest**  
Modenschau der Politikerinnen  
Am 3. 10. 2006 hatten sie Premiere, die Politikerinnen aller Parteien. Sie zeigten, dass es auch zusammen klappt und trugen sich selbst zu Markte. Mit einer Nostalgie-Modenschau aus der wunderbaren Kleidersammlung von Bernardine Kirchner konnten sie richtig glänzen und bezauberten im Guido Heiland Bad ein großes Publikum. 2007 nahmen sie sich mit dem Titel „sexy girls“ selbst auf die Schippe und zeigten Sommer-Modesträume von Junger Mode. Sie zeigen Mut und Humor, haben damit richtig Spaß und Erfolg und eroberten sich einen festen Platz im Programm des Volksparkfestes. Das Konzept heißt: Tragbare Mode für jede Frau in Zusammenarbeit mit Marler Boutiquen. Lassen Sie sich überraschen, was die flotte Gruppe in diesem Jahr vorführt.

**Dr. Renate Strauch, Ingrid Heinen, Christel Kahl**  
Samstag, 3. Oktober, 13.30 bis 15 Uhr · Guido-Heiland-Bad, Volksparkfest · entgeltfrei

**Arbeit und Leben**

**10301** **NEU** Einzelveranstaltung

**Wirtschafts- und gesellschaftspolitische Vorstellungen der Gewerkschaften**  
Michael Vassiliades ist Mitglied des Hauptvorstandes der IG BCE  
**Michael Vassiliades**  
Donnerstag, 20. August, 16.30 bis ca. 18.30 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · entgeltfrei

**10302** **NEU** Einzelveranstaltung

**Energiepolitik und Mitbestimmung**  
Ulrich Freese ist stellvert. Vorsitzender der IG BCE  
**Ulrich Freese**  
Donnerstag, 17. September, 16.30 bis ca. 18.30 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · entgeltfrei

**10303** **NEU** Einzelveranstaltung

**Ökonomie Jenseits des Wachstums**  
Der Weg in die Zukunft heißt Postwachstumsökonomie  
Vortrag und Diskussion mit PD Dr. Niko Paech  
**Dr. Niko Paech**  
Donnerstag, 8. Oktober, 19.30 bis 21.45 Uhr · die insel; 1. Etage, Bibliothek · entgeltfrei  
Koop mit GEW und ev. Sozialeseminar Marl-Hüls

**10304** Einzelveranstaltung

**Stolpersteine: Dialog der Kulturen und Religionen**  
Der Referent Dr. Navid Kermani ist deutsch-iranischer Schriftsteller und promovierter Islamwissenschaftler. Er ist Mitglied der Deutschen Islamkonferenz.  
Koop mit EV. Sozialeseminar Marl-Hüls, GEW, Christlich-Islamische-AG, Partnerschaftsverein Marl-Herzlia und den inselfreunden Marl e. V.  
**Dr. Navid Kermani**  
Termin wird noch bekannt gegeben · die insel; 1. Etage, Bibliothek

**10307** Kurs

**RUHR.2010: Ausbildung zum „Regioguide“**  
Lern- und Handlungsräume für die Zukunft.  
Jugendliche erschließen sich das Ruhrgebiet  
Veranstalter: die insel und weitere Volkshochschulen in Koop mit „Arbeit und Leben“ Oberhausen, der Kulturinitiative Emscher-Lippe (K.I.E.L.) Gelsenkirchen sowie Junges Forum der Ruhrfestspiele.  
Beginn: Oktober 2009, eine Interessentenliste wird begonnen. Eine ausführlichere Beschreibung liegt in der insel aus.  
**Sabrina Szigat, Gabi Grüter, Heinz H. Meyer**  
Freitag, 16. Oktober, 19 bis 21.15 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 133 · 25 Teiln.

**NEUE REIHE:** **NEU** **RUHR.2010**  
**Wir waren ma(r)l die Ersten!** Kurs

**10310** Kurs  
**RUHR.2010 Kulturhauptstadt Europas**  
Werden wir gefragt, wo die Stadt RUHR liegt, wird es schwierig. Keine Karte, kein Navigationsgerät zeigen sie an, denn RUHR ist ein Schmelztiegel aus 53 Städten mit mehr als 5 Millionen Menschen, eine spannende Region. Auch Marl gehört dazu und jetzt liegt es an uns, unsere Stadt für DAS Ereignis 2010 heraus zu putzen und Gästen aus aller Welt zu präsentieren.  
Wir haben einen Arbeitskreis gegründet, der sich mit der Selbstdarstellung von Marl beschäftigt. Wir erfassen und werten aus, welche Orte für unsere Stadtkult(o)ur interessant sind und erkunden Orte der Industriekultur genauso wie historische Plätze und Natur-Geheimtipps. Die ersten Touren, die wir ausprobieren wollen, präsentieren wir in diesem Herbst. Sie sind herzlich eingeladen.  
**Susanne Bee**  
7x donnerstags, vierzehntäglich, 3. 9., 17. 9., 1. 10., 29. 10., 12. 11., 26. 11. u. 10. 12. · die insel; 1. Etage, insel-Café · 25 Teiln. · entgeltfrei

**10311** **NEU** Exkursion

**Ma(r)l**  
**Aussicht, Draufsicht, Ansicht, Einsicht**  
Begehung der Halde in Marl-Brassert und Erleben des Panoramas und der Rückeroberung durch die Natur. Feste Schuhe und der Witterung angepasste Kleidung sind wichtig.  
**Reiner Eggers**  
Sonntag, 6. Sept., 11 bis 14 Uhr · Treffpunkt: Am Fuß der Brassarter Halde, auf dem Parkplatz · 20 Teiln. · 5 €

**10312** **NEU** Exkursion

**Architekto(u)r**  
Eine Radtour zu den architektonischen Schätzen der 50er und 60er Jahre in Marl. Tourlänge ca. 20 km.  
**Frithjof Karkhof**  
Sonntag, 13. September, 11 bis 13 Uhr · Treffpunkt: Skulpturenmuseum Glaskasten · 25 Teiln. · 5 €

**10313** **NEU** Exkursion

**Die Chemie kommt in die Stadt**  
Chancen, Möglichkeiten und Probleme, wenn Stadt und Unternehmen zusammen groß werden. Ein Besuch im Chemiepark.  
**Eckhard Möller**  
Sonntag, 27. September, 11 bis 14 Uhr · Treffpunkt: Informationszentrum, Lipper Weg, neben Feierabendhaus · 20 Teiln. · 5 €

**10314** **NEU** Exkursion

**Ein Flügelschlag über Haldengipfel, Senkungsbrachen und Lippeauen**  
Eine Vogel-Gucker-Tour zwischen Pütt und Scholle  
Ca. 40 km lange ökologisch, ornithologische Fahrradtour im Grenzbereich zwischen Industrielandschaft und Ackerlandschaft.  
**Wilhelm Brünn**  
Sonntag, 25. Oktober, 11 bis 14.30 Uhr · Treffpunkt: Marktplatz Brassert · 20 Teiln. · 5 €

**Wirtschaft**

**10405** Seminar

**Bauen - Kaufen - Finanzieren**  
Die vielfältigen Finanzierungsangebote am Kapitalmarkt sind ebenso wenig zu überschauen wie die Reichtricks der Anbieter. Die Folge sind immer wieder gescheiterte Finanzierungen von Haus oder Wohnung - für betroffene Familien bedeutet das nicht selten den finanziellen Ruin.  
Mit dem in diesem Seminar vermittelten 1x1 erwerben Sie das nötige Grundwissen zur Baufinanzierung:  
Ermittlung der persönlichen Belastbarkeitsgrenze - Werberechnung eines Beleihungsobjektes - Gesamtkosten-schätzung unter Berücksichtigung von Baufinanzierungsnebenkosten - Grundbegriffe der Baufinanzierung - persönliche Finanzierungsplanung - Vergleich von Kreditkosten bei Baudarlehen - Finanzierungsmodelle - Förderungsmöglichkeiten.  
Seminarunterlagen können zum Selbstkostenpreis von 10 € erworben werden.  
**Joachim Ruppel**  
Dienstag, 15. September und Donnerstag, 17. September, jeweils von 19 bis 22 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 20 Teiln. · 19,50 €

**10407** Seminar

### Investmentfonds, aber welche?

Welche Gründe sprechen für – welche gegen eine Geldanlage in Investmentfonds? Der Kursteilnehmer soll über eine Einführung zur Entstehung, Entwicklung, Funktionsweise und Ausgestaltung von Investmentfonds erkennen, wie die Aspekte Sicherheit, Flexibilität und Renditechancen zusammen wirken. Er lernt zudem Qualitätskriterien kennen und wie sich Einmaleinlagen, Spareinlagen und Auszahlpläne bei Investmentfonds gegenüber anderen Geldanlageformen auswirken. Der Teilnehmer soll so besser entscheiden können, ob und welche Investmentfonds aus dem vielfältigen Angebot für ihn geeignet sein können.

**Christian Grams**

Samstag, 14. November, 13.45 bis 17 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 16 Teiln. · 16 €

**10421** Seminar

### Wie mache ich mich selbständig?

Informations-Abend

Wer wäre nicht gerne sein eigener Herr? Das Seminar gibt einen Überblick über Chancen und Risiken einer Existenzgründung, über Finanzierungsmöglichkeiten und Fördermittel, über Versicherungen und Steuern, über Rechtsformgestaltung, die Erstellung eines Gründungskonzeptes sowie über Gründungs- und Anmeldeformalitäten.

Die Veranstaltung richtet sich an Gründungsinteressierte, die zunächst allgemeine Informationen zur Existenzgründung suchen.

**Arno Schade**

Donnerstag, 29. Oktober, 19 bis 22 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 15 €

**10422** Seminar

### Erfolgreich selbständig – Tagesseminar für zukünftige Unternehmer/-innen

Der Weg in die Selbstständigkeit muss sehr gut vorbereitet sein. Von den ersten Überlegungen angefangen über die konkrete Gründungsplanung bis hin zu Anmeldeformalitäten sind viele Aufgaben bis zur Unternehmensgründung zu erledigen.

Ziel des Seminars ist die Vermittlung gründungsrelevanter Informationen einschließlich der Erarbeitung eines „Gründungsfahrplans“ und der Besprechung von Grundlagen zur Erstellung eines aussagekräftigen Gründungskonzeptes, welches Voraussetzung für den Erhalt von öffentlichen Förderungen oder einer Bankenfinanzierung ist.

**Arno Schade**

Samstag, 14. November, 10 bis 17 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 30 €

## Recht

**10501** Seminar

### Wer zahlt den Heimplatz?

Informationen zum Unterhaltsrecht

Der Pflegegesetz im Heim ist sehr teuer; die eigene Rente und die Ersatzleistung durch die Pflegeversicherung reichen oft nicht aus, die Kosten zu decken. Den Rest wollen sich die Sozialämter von den Kindern holen, die selbst schon älter sind und gerade ihre Kinder durch die Ausbildung gebracht haben. Die Hoffnung auf eine belastungsfreie Zukunft erlischt schnell, wenn ein Pflegefall in der Familie anliegt.

Das Unterhaltsrecht im Pflegefall ist ein heißes Thema, das sich fast immer unter der öffentlichen juristischen Decke abspielt. Dabei gibt es viele legale Möglichkeiten, Forderungen abzuwehren und rechtzeitig Vorsorge zu treffen. In diesem Seminar können Betroffene ihre Rechte kennen lernen. Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Kurt Reich**

Samstag, 7. November, 14 bis 19 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 16 €



**10502** Seminar

### Erben und vererben

Informationen zum Erbrecht

Der Tod bleibt tabu: nur drei Prozent der Bundesbürger sorgen mit einem Testament für klare Verhältnisse. Ohne Testament drohen den Hinterbliebenen finanzielle Einbußen und z. T. unabsehbare Probleme mit Verwandten. Fragt man Juristen, wissen wenige Bescheid über Erbschaftsfragen. Vielen ist nicht einmal bekannt, dass kinderlose Ehegatten sich nicht allein beerben.

Um spätere schwerwiegende Streitigkeiten zu vermeiden, hat derjenige Vorteile, der über ein solides Grundwissen verfügt. Dies erfahren Sie im Seminar. Eigene Fragen sind erwünscht. Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Kurt Reich**

Samstag, 21. November, 14 bis 19 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 16 €

**10503** Seminar

### Vollmachten

Welche Vollmacht erteile ich wem?

Dieser Info-Nachmittag erklärt die Generalvollmacht, Vorsorgevollmacht, die Betreuungs- sowie die Patientenverfügung. Es geht darum, wo und wie möchte ich wohnen im Alter, wer soll mich finanziell und gesundheitlich betreuen, wo hinterlege ich meine Vollmachten bzw. Verfügungen. Bei akuten Fragen informiert u. a. der Caritasverband unter 690824.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Christine Kummer**

Dienstag, 29. September, 17-18.30 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · entgeltfrei

### Altersvorsorge macht Schule

Informationsabend

Sich schnell und einfach über Altersvorsorge informieren – das ist der Wunsch von vielen Menschen. Innerhalb von nur 90 Minuten gibt der Einstiegskurs einen gut verständlichen Überblick zur Absicherung im Alter. Unabhängige Fachleute der Deutschen Rentenversicherung informieren, vermitteln Grundwissen und beantworten Fragen wie: Was bringt mir die gesetzliche Rente? Wie kann ich privat vorsorgen? Wie funktionieren Riester-Rente, Rürup und Co.? Referent/-in der Deutschen Rentenversicherung

**10515** Seminar

Mittwoch, 30. September, 18.30 bis 20 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 128 · 20 Teiln. · entgeltfrei

**10516** Seminar

Dienstag, 6. Oktober, 18.30 bis 20 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 20 Teiln. · entgeltfrei

**10517** Kurs

### Altersvorsorge macht Schule

Wie viel Rente bekomme ich später eigentlich? Soll ich zusätzlich privat vorsorgen? Wie wähle ich aus der Vielzahl der Angebote das für mich geeignete aus? Was sollte ich beim Vertragsabschluss beachten? Diese Seminare machen Sie zum Experten in Sachen Altersvorsorge. Lernen Sie, Ihre finanzielle Situation im Alter richtig einzuschätzen. Informieren Sie sich über zusätzliche Vorsorgemöglichkeiten wie die Riester-Rente. Lassen Sie sich aufzeigen, wie Sie dank staatlicher Förderung bereits mit kleineren Beträgen sinnvoll vorsorgen können. Durch die Seminare führen Beraterinnen und Berater der Deutschen Rentenversicherung – kompetent, verständlich und unabhängig.

„Altersvorsorge macht Schule“ ist eine Initiative der Bundesregierung, der Deutschen Rentenversicherung, des Deutschen Volkshochschul-Verbandes, des Verbraucherzentrale Bundesverbandes und der Sozialpartner. Mehr Informationen unter [www.altersvorsorgemacht-schule.de](http://www.altersvorsorgemacht-schule.de).

In der Kursgebühr sind ausführliche Informationsmaterialien enthalten.

**Referent/-in der Deutschen Rentenversicherung**

4x mittwochs, 18.30 bis 20.45 Uhr, ab 28. Oktober · die Insel; 2. Etage; Raum 220 · 15 Teiln. · 20 €

## Erziehung/Pädagogik

**10601** Seminar

### Schulprobleme: Wenn die Hausaufgaben zur Qual werden

„Null Bock“, lustlos, antriebsarm, überfordert, vergesslich, genervt, streitbar, das sind häufig Hausaufgabenensituationen die Eltern und Kinder überfordern. Ein informativer Gesprächsmorgen mit Lösungsansätzen, geleitet von zwei Psychologen, erwartet Sie.

**Team d. psych. Beratungsstelle**

Donnerstag, 3. September, 10 bis 11.30 Uhr · Psychologische Beratungsstelle · 20 Teiln. · 6 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**10602** Seminar

### Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen

Hyperaktivität, Aufmerksamkeitsstörung, ADS, Konzentrationsstörung, ADHS ... Die Begriffsvielfalt ist verwirrend. Ziel der Veranstaltung ist es, über Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu informieren, wichtige Erkennungsmerkmale zu vermitteln und Hilfestellungen im Umgang mit konzentrationsgestörten Kindern zu geben.

In Kleingruppen sollen neue Verhaltensweisen ausprobiert und geübt werden können.

**Team d. psych. Beratungsstelle**

Donnerstag, 12. November, 10 bis 11.30 Uhr · Psychologische Beratungsstelle · 20 Teiln. · 6 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**10603** Kurs

### Mit Power und Spaß zu mehr Selbstvertrauen – für Kinder im 4. Schuljahr

Gesundes Selbstvertrauen ist Voraussetzung für gute Noten in der Schule. Um mit Freude und Neugierde lernen zu können, brauchen Kinder Lernstrategien, die jeden Lernstoff leichter und schneller verstehen und wiedergeben lassen. Wenn sich Kinder mit sich selbst und in der Gemeinschaft mit anderen wohl fühlen, können sie ihre Fähigkeiten und Talente erfolgreich ausprobieren, sind gesund und voll Lebensfreude. Gerade beim Schulwechsel sind Kinder zunächst verunsichert und brauchen mehr Selbstvertrauen als sonst.

Coaching für Kinder ist eine Anleitung zur Selbsthilfe, die eigenen Fähigkeiten zu entdecken und zu nutzen. Coaching enthält Elemente aus Superlearning, Entspannungs- und Körpermethoden, systemischen Methoden, weiterentwickelten NLP-Methoden, Hypotherapie, Mentaltraining und Erlebnispädagogik.

Bitte mitbringen: Decke, Malsachen, bequeme Kleidung

**Bernd Dahlhaus**

3x freitags, 30. Oktober, 13. und 27. November, jeweils von 15.30 bis 17 Uhr · die Insel; 2. Etage; Raum 227 · 16 Teiln. · 33 €

**10604** Seminar

### Vokabeln (und andere Grausamkeiten) mit Spaß lernen

Jede Schülerin / jeder Schüler wird mit dem Lernen von Vokabeln und anderem Lernstoff konfrontiert. Hierbei fällt es oft nicht leicht, sich mit der doch meist trockenen Materie auseinanderzusetzen und konzentriert zu lernen. Und auch mit Hilfe von außen, z. B. durch einen Elternteil endet das Lernen häufig nicht mit dem gewünschten Ergebnis und nicht selten im Streit.

Das liegt oft an der Lernmethode, die angewandt wird. Hierbei ist es wichtig, den eigenen Lerntyp zu berücksichtigen und die passenden Methoden anzuwenden. Dabei gibt es viel mehr spannende Möglichkeiten, sich mit Lernstoff auseinanderzusetzen, als das herkömmliche Lernen.

In diesem Kurs wollen wir Schülerinnen und Schülern, aber auch Eltern verschiedene Lerntechniken vorstellen und ausprobieren, mit denen man mit Spaß einfacher und dauerhaft Vokabeln, Daten, Fakten, Zahlen und Zusammenhänge behalten und wieder abrufen kann. Eine Ermäßigung des Entgelts ist nicht möglich.

**Katja Dittmar**

Samstag, 26. September, 10 bis 17 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 132 · 14 Teiln. · 24 €

10605

**Englisch-Crash-Kurs für die gymnasiale Oberstufe**

Vorbereitungskurs für das Zentral-Abitur in Englisch  
Dieser Kurs richtet sich an alle Schüler und Schülerinnen der gymnasialen Oberstufe, die zur Vorbereitung auf die zentralen Abiturprüfungen noch einmal den englischen Satzbau, die grammatischen Zeiten sowie die britische und amerikanische Rechtschreibung aufarbeiten und vertiefen möchten. Zusätzlich soll an der Analyse von Texten der Wirtschaftspresse, der Interpretation von klassischen und modernen Werken und dem Schreiben von eigenen Interpretationen gearbeitet werden.

**Stephanie Fuchs**

14x mittwochs, 18.30 bis 20 Uhr, ab 2. September · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 12 Teiln. · 70 €  
Für diesen Kurs ist keine Ermäßigung möglich.

**NEU**

Kurs



10606

**Abi - und was dann?**

Kennst du das auch? Ständig wirst du gefragt, was du nach dem Abi vorhast, was du denn studieren oder werden willst...und du hast so viele Interessen, dass du einfach nicht weißt, wofür du dich entscheiden sollst...oder du weißt gar nicht, was dich so auf Dauer interessieren könnte...oder zweifelst daran, ob du überhaupt ein Studium oder eine Ausbildung schaffen und dann erfolgreich berufstätig sein kannst...

Seminar



Vielleicht weißt DU, was du willst - nur alle anderen meinen, das sei nicht der richtige Weg für dich...  
In diesem Seminar findest du Antworten auf die Fragen:  
- Wie soll meine Zukunft aussehen?  
- Was wünsche ich mir vom Leben?  
- Wie geht das, gute Entscheidungen zu treffen?  
- Wie kann ich mir selbst Ziele setzen, die attraktiv sind, die ich wirklich erreichen will und kann?

Auf lockere und intensive Art, mit neuen Ideen, werden wir herausfinden, wie man selbst der Experte in eigener Sache wird. Bitte etwas zum Schreiben mitbringen.

**Cordula Heuberg**

3x donnerstags, 1. Oktober, 5. November und 3. Dezember, jeweils von 19.30 bis 21.45 Uhr · die insel; 2. Etage; Raum 214 · 14 Teiln. · 57 €, Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

10608

**Tagesmüttertreff in der insel**

Aus den bereits durchgeführten Lehrgängen hat sich herauskristallisiert, dass ein ständiges Interesse am Austausch z. B. neuer pädagogischer Konzepte oder anderer Anregungen besteht.  
Die insel unterstützt dies und hat dafür einen Stammtisch für Interessierte eingerichtet, die sich dreimal pro Semester treffen, um in informeller Runde Probleme, Erfahrungen und vielleicht auch Möglichkeiten der Weiterbildung zu besprechen.

Kurs

Angeführt wird dieses Treffen von Gisela Mock, die neben anderen Pädagogen auch die Tagesmütterfortbildung leitet. Auch die verantwortliche Mitarbeiterin des Jugendamtes Monika Tack wird zu diesen Gesprächen kommen, um in Kontakt mit den Marler Tagesmüttern zu bleiben und möglicherweise Anregungen für weitere pädagogische Veranstaltungen zu bekommen.

Ein neuer Lehrgang zur Qualifizierung von Tagesmüttern wird erst wieder 2010 eingerichtet werden.

**Gisela Mock**

3x samstags, 29. August, 31. Oktober und 12. Dezember, jeweils von 14 bis 16.15 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 40 Teiln. · entgeltfrei

**Psychologie/Kommunikation**

10702

**Optimismus kann man lernen**

1. Optimismus-Verhinderungs-Faktoren:  
Sägemehlsägen, Schuldzuweisungssyndrom, Neidfaktor, Ärger, Feindseligkeit etc.

2. Optimismus-Faktoren:  
Zielsetzung, Konzentration, Die Kunst des Nein Sagens, Im Heute leben, Kompromissbereitschaft, Die Einstellung entscheidet etc.

**Thorsten Terwey**

2x dienstags, 29. September, und 6. Oktober, 19 bis 21.15 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 11,50 €

Seminar

10703

**Ihre Stärken erkennen, gezielt einsetzen und entwickeln**

Wessen wir am meisten bedürfen ist jemand, der uns dazu bringt, das zu tun, wozu wir fähig sind. (Ralph Waldo Emerson)

- Sie befinden sich gerade an einem Punkt in Ihrem Leben, an dem Sie sich neu orientieren wollen oder müssen?  
- Ihr Kind beendet gerade die Schule und die Entscheidung für den Beruf oder das Studium hält die ganze Familie in Atem?  
- Kennen Sie Ihre Stärken? Wo und wie können Sie diese optimal einsetzen?

In diesem Einführungsworkshop bekommen Sie in lockerer Atmosphäre eine „Ahnung“ davon, wie Sie sich selbst und auch den Anderen „auf die Schliche“ kommen. Die Grundlage dafür ist der Persönlichkeitsschlüssel „key4you“ auf der Basis der psychologischen Erkenntnisse von Fritz Riemann und C. G. Jung. Lassen Sie sich überraschen! Ich freue mich auf Sie! Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Gabi Grüter**

Montag, 26. Oktober, 19.30 bis 21 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 130 · 14 Teiln. · 12 €

**NEU**

Seminar

10704

**Was macht uns innerlich stark?**

**Resilienz - unser Emotionales Immunsystem**

Wir erleben täglich unsere größeren und kleineren Krisen, regen uns über dieselben Dinge immer wieder auf oder haben resigniert, weil sich ja doch nichts ändern lässt...

Wir schleppen schon soviel mit uns herum - und müssen vielleicht gerade heute darauf gefasst sein, dass die wahren Schicksalsschläge noch kommen könnten. Und wir alle kennen Menschen - oder haben von ihnen gehört und gelesen - die auch in schwierigen Lebenssituationen nicht aus dem Gleichgewicht geraten, nicht den Kopf verlieren, gelassen bleiben...  
Wie machen die das bloß?

An diesem Abend wollen wir zusammentragen, was unsere inneren Abwehrkräfte stärkt. Gut umzugehen mit kleinen und großen kritischen Lebensereignissen ist eine Fähigkeit, die wir an diesem Abend (wieder) entdecken und erfahren können. Dazu sind Sie herzlich eingeladen. Bitte etwas zum Schreiben mitbringen. Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Cordula Heuberg**

Montag, 24. August, 19.30 bis 21.45 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 131 · 16 Teiln. · 19 €

Seminar

10705

**Kurz und knackig: Die Körpersprache - eine eigene Sprache**

Eine Viertelsekunde reicht und der Mensch hat sein Urteil über den Mitmenschen gefällt. Der Eindruck, den eine unbekannte Person macht, hängt nur zu 10 % von dem ab, was sie sagt. Selbst wenn die Person besser bekannt ist, bestimmen die nonverbalen Signale immer noch 60 % des Eindrucks. Die nonverbale Kommunikation ist vermutlich die älteste Form zwischenmenschlicher Verständigung, lange bevor der Mensch das erste Wort geäußert hat. Der Eindruck, den die Körpersprache macht, ist hierbei sehr mächtig und Worte haben es schwer, ihn zu dementieren. Allerdings wird die Bedeutung dessen von vielen Menschen unterschätzt. Schaut man sich Daten und Fakten genauer an, wird allzu deutlich, wie wichtig zum einen die eigene Körpersprache ist, um im Berufs- und Privatleben überzeugend zu wirken. Zum anderen kann es genauso interessant und wichtig sein, die Körpersprache von dem Gesprächspartner richtig zu verstehen und deuten zu können.

**Katja Dittmar**

Dienstag, 6. Oktober, 18 bis 21 Uhr · die insel; 2. Etage; Raum 206 · 12 Teiln. · 15 €

Seminar

10706

**Kurz und knackig: Nicht auf den Mund gefallen**

Schlagfertigkeitstraining  
Ist Ihnen die passende Antwort auf eine dumme Frage wieder zu spät eingefallen? Hat man Sie wieder nicht ausreden lassen oder ist Ihnen ins Wort gefallen? Dann ist diese Veranstaltung für Sie gemacht. Schlagfertigkeit ist die Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden. Sie trainieren spontane, humorvolle und spritzige Antworten, die Ihr Gegenüber verblüffen. Das macht Sie wortgewandt und selbstbewusst, auch in unerwarteten Situationen. Eine Anmeldung ist erforderlich.  
Es entstehen ca. 2 € Kosten für Unterrichtsmaterialien.

**Katja Dittmar**

Dienstag, 27. Oktober, 18 bis 21.15 Uhr · die insel; 2. Etage; Raum 206 · 12 Teiln. · 15 €

Seminar



**Abitur-Online in Gelsenkirchen jetzt auch vormittags!**

■ Am 17. August 2009 starten erneut Online-Studiengänge am Weiterbildungskolleg Emischer-Lippe in Gelsenkirchen. Sie haben dann die Auswahl, ob Sie die Fachhochschulreife oder das Abitur vormittags oder abends erwerben wollen.

■ Das neue Vormittagsangebot richtet sich an Studierende, die in Spätschichten arbeiten, Hausfrauen und -männer und alle anderen, die morgens zur Schule gehen wollen, aber nicht an mehr als zwei Tagen pro Woche anwesend sein können.

■ Das Abendangebot richtet sich an Studierende, die aus beruflichen oder privaten Gründen abends die Schule besuchen möchten, aber nicht an mehr als zwei Tagen pro Woche anwesend sein können.

**Wie funktioniert abitur-online.nrw?**

abitur-online.nrw ist ein Angebot im Rahmen des Zweiten Bildungsweges (ZBW) am Weiterbildungskolleg Emischer-Lippe. Der Kurs richtet sich vor allem an Personen, denen der Besuch eines traditionellen Angebotes – Kol-

leg oder Abendgymnasium – aus zeitlichen oder beruflichen Gründen nicht möglich ist.

■ Es handelt sich bei abitur-online.nrw um einen durch das Internet gestützten Lehrgang in Teilpräsenz, der sich an Erwachsene richtet, die neben ihrer Berufs- oder Familientätigkeit auch einen höheren Schulabschluss anstreben. Das Angebot zum Erwerb des Abiturs oder der Fachhochschulreife gibt Studierenden eine höhere zeitliche Flexibilität, da hierfür die Hälfte der Unterrichtszeit durch ein Selbststudium ersetzt wird. In dieser Distanzphase stehen Selbstlernmaterialien auf einer Internetplattform zur Verfügung. Dadurch kann der Präsenzunterricht an der Schule je nach Studiengang auf zwei Vormittage bzw. Abende (in beiden Systemen Dienstag und Donnerstag) pro Woche beschränkt werden.

**Weitere Informationen:**

[www.selgo.de](http://www.selgo.de)  
Der Lehrgang dauert bis zum Abitur (AHR) insgesamt drei Jahre. Er gliedert sich in eine einjährige Einführungs- und eine zweijährige Qualifikations-

phase. Die Fachhochschulreife (FHR) kann Ihnen bei entsprechenden Leistungen nach dem vierten Semester zuerkannt werden.

■ Der Unterricht findet im Weiterbildungskolleg in der Franz-Bielefeld-Str. 48 in Gelsenkirchen statt.

■ **Unterrichtszeiten:**  
abitur-online.nrw abends:  
Di. + Do., 17.45 - 21.40 Uhr  
(teilweise an einem Tag schon ab 17.00 Uhr.)  
abitur-online.nrw vormittags:  
Di. + Do., vormittags  
(i. d. R. ab 8.10 Uhr)

■ Die neuen Kurse starten im August 2009. Unter bestimmten Voraussetzungen ist auch ein Quereinstieg in bereits vorhandene Kurse möglich. Nehmen Sie für ein Beratungsgespräch Kontakt mit uns auf:

■ **Koordinator des Studienganges:**  
Herr Torsten Menkhaus, StR  
Tel. 0209/811260  
E-Mail: [Torsten-Menkhaus@gmx.de](mailto:Torsten-Menkhaus@gmx.de)  
E-Mail: [weiterbildungskolleg@gelsenkirchen.de](mailto:weiterbildungskolleg@gelsenkirchen.de)

**WEITERBILDUNGSKOLLEG EMSCHER-LIPPE**

Telefon 0209/811260, Fax 0209 812357, E-Mail: [weiterbildungskolleg@gelsenkirchen.de](mailto:weiterbildungskolleg@gelsenkirchen.de)

10707

**NEU** Seminar**Farb- und Stilberatung – Eine Einführung**

Ob im Business oder im Privatleben: Wer heute erfolgreich sein möchte, muss sich in Outfit und Benehmen vorteilhaft präsentieren können. Doch vielen Menschen fällt es schwer, sich selbst richtig zur Geltung zu bringen. Und nur wenige haben ihren eigenen unverkennbaren Stil entwickelt. Hier kann eine professionelle Farb- und Stilberatung helfen.

Grundlage des Kurses ist die Farb- und Stilberatung nach der Vier-Jahreszeiten-Methode. Sie lernen, Ihren Farbtyp zu bestimmen. Nach einer Einführung in Farbenlehre und Farbanalyse machen wir Sie vertraut mit der Stil- und Figurberatung für Damen und Herren. Wir zeigen Ihnen, welche Grundtypen des Körperbaus es gibt. Anschließend erfahren Sie, welcher Kleidungsstil zum jeweiligen Körpertyp am besten passt und so Ihre Vorzüge unterstreicht.

Es entstehen ca. 2 € Kosten für Unterrichtsmaterialien.

**Katja Dittmar**

Dienstag, 10. November, 18 bis 21 Uhr · die Insel; 2. Etage; Raum 206 · 12 Teiln. · 15 €

10708

Seminar

**Kurz und knackig: Übersetzungshilfen für den Beziehungsalltag**

Dialog: „Kann ich das tragen?“ „Ja, ja!“ „Sag doch mal was dazu!“ „Du kannst doch alles tragen!“

Fast alle kennen solche oder ähnliche Dialoge. Aber woran liegt es, dass Frauen es ganz genau wissen wollen und Männer nicht so antworten, wie das weibliche Geschlecht sich das vorstellt. Und warum wollen viele Frauen alles durchdiskutieren, obwohl doch für den Mann bereits alles gesagt ist?

In diesem Seminar soll Licht in diese dunklen Hintergründe der geschlechtsspezifischen Kommunikation gebracht werden. Hierbei geht es zum Einen um das Verstehen von psychologischen Hintergründen und Missverständnissen und zum Anderen um die Vermittlung von kommunikativen Grundlagen, die beim Verstehen der Situationen helfen und einen humorvollen Umgang miteinander fördern.

**Katja Dittmar**

Dienstag, 24. November, 18 bis 21.15 Uhr · die Insel; 2. Etage; Raum 206 · 12 Teiln. · 15 €

10709

**NEU** Seminar**Flirt-Kurs**

Flirt: (abgeleitet von franz. Fleur = Blume, etwas durch die Blume sagen): Das kleine unverbindliche Gespräch, das niemanden zu etwas verpflichtet und bei dem sich alle besser fühlen (nicht zu verwechseln mit baggern, abschleppen, etc.).

Unsere „Flirtkurse“ sind keine Baggerkurse und wir zeigen weder „Zwinkern für Anfänger“ noch üben wir „sexy Gesten“ oder die besten Flirtsprüche. Wir stellen die Teilnehmer/-innen nicht in irgendwelche Posen, um ihre Körpersprache oder ihre Flirtsignale zu verbessern und wir versprechen auch niemandem, dass er nach dem Flirtkurs „jede Frau rumkriegt“ oder „jeden Typen haben kann“.

Unsere Teilnehmer/-innen sind in aller Regel Menschen zwischen 18 und 68 (!), die - bereichert mit neuen Erfahrungen, „geplatzten Knoten“, mehr Vertrauen zu sich selbst und zum anderen Geschlecht und vielem mehr - am Abend glücklich, beschwingt und gut gelaunt unsere Trainings verlassen haben. Dieser Kurs zielt darauf ab, Ihnen die Freude am Flirten, das Verständnis für das andere Geschlecht und die wichtigsten psychologischen Regeln der Kommunikation und Kontaktaufnahme zu vermitteln. Ein wichtiger Ansatz ist, Selbstvertrauen und Selbstsicherheit aufzubauen und Denkmuster zu beheben, die Sie bislang „behindert“ haben. Niemand kann sich dabei blamieren, denn alle Menschen kommen, um etwas Neues zu lernen, etwas zu optimieren, andere Leute kennen zu lernen und - last but not least - Spaß zu haben... Wir freuen uns auf Sie!

**Horst Bartsch, Susanne Bartsch**

Sonntag, 4. Oktober, 16 bis 19 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 16 Teiln. · 25 €

10710

Seminar

**Stress- und Konfliktbewältigung mit „Emotionaler Intelligenz“**

Wie unangenehm, von belastenden Gefühlen und Gedanken beherrscht zu werden! Wenn einem Ärger und Wut die Luft nehmen. Wenn Angst lähmt, Lampenfieber und Nervosität uns belasten und wir uns unseren Sorgen ausgeliefert fühlen.

Mit neuen Techniken aus der Psychologie der Emotionalen Intelligenz („EQ-Training“) sind solche emotionalen Stress-Situationen inzwischen viel leichter in den Griff zu bekommen. Dazu werden Methoden über den Umgang mit Gefühlen und Affekten vermittelt. Kurze, leicht verständliche Mentaltechniken bieten Hilfe für den inneren Ausnahmezustand und für mehr emotionale Lebensqualität, Selbstmotivation und Konfliktbewältigung. Wir erholen uns schneller von traumatischen Erfahrungen und lernen, erfolgreicher mit anderen zu kommunizieren. Der Kursleiter ist „EQ“-Experte und Autor von fünf Sachbüchern zum Thema.

**Peter Schmidt**

Samstag, 7. November, 11 bis 17 Uhr · die Insel; 2. Etage; Raum 227 · 20 Teiln. · 33 €

10711

**NEU** Seminar**Mensch ärgere dich nicht Ein Tagesseminar zur „Inspektion der inneren Einstellung“**

„Es gibt so allerhand Verdross, auf den man stets gefasst sein muss.“ Ja, an Ärger fehlt es nicht. Und doch lösen wirklich wichtige und schwerwiegende Ereignisse an sich keinen Ärger aus. Viel wichtiger ist da klares Denken und entschlossenes Handeln. Ärger ist dann sogar hinderlich. So sind es zumeist „nur“ die kleinen Nadelstiche des Alltags, die uns den Tag vermiesen und uns schwach in der Alltagsbewältigung werden lassen. Das muss nicht sein. Auch Sie können vermeintliche Schwächen in Stärken umwandeln; denn in jedem Ärger steckt immer auch eine Botschaft. Frustrationen und Zweifel aber machen den Ärger nur noch ärger und ersticken Lebensfreude und Zuversicht. Denn ob wir unsere Bestimmung und unser Glück verfehlen oder zu mehr Zufriedenheit und Freude im Leben gelangen, das hängt weniger vom „Schicksal“ oder „von anderen“, sondern vielmehr von der eigenen inneren Einstellung ab. Um genau diese „Inspektion der inneren Einstellung“ zur Stabilisierung der Alltagsbewältigung geht es hier. Herr Pötter ist Dozent für logotherapeutische (sinnzentrierte) Persönlichkeitsentwicklung nach Viktor Frankl ([www.otto-poetter.de](http://www.otto-poetter.de)).

Mitzubringen sind: Schreibzeug, Nackenrolle, Iso-Matte und eine Decke. Merkblätter sind für 5 € erhältlich.

**Otto Pötter**

Sonntag, 22. November, 9 bis 17.30 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 16 Teiln. · 39 €

**Vorschau auf das nächste Semester**

10801

Seminar

**Die vier Grundpfeiler des Lebens**

Es ist nicht egal, was wir denken, tun und an welchen Zielen wir uns ausrichten. Vielmehr resultiert daraus „Sinn oder Un-sinn“ im Leben. Gute und bewährte Orientierungspunkte vermittelt die Individualpsychologie (nach Adler) und Logotherapie (nach V. Frankl) mit den „4 Grundpfeilern eines gelingenden Lebens“.

**Otto Pötter**

Sonntag, 7. Februar, 9 bis 17.30 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 16 Teiln. · 36 €

10712

Kurs

**Ganzheitliches Gedächtnistraining/ Erlernen von Merkhilfen**

Wie jedes andere Organ verliert auch das Gehirn an Leistungsfähigkeit, wenn es nicht regelmäßig trainiert wird. In diesem Kurs erlernen Sie durch Übungen und Techniken – u. a. durch Mnemotechniken und Eselsbrücken – spielerisch und stressfrei die Leistungsfähigkeit Ihres Kurz- und Langzeitgedächtnisses zu verbessern. Sie lernen, wie man Namen, Pin-Nr., Einkaufslisten und andere Fakten so im Gehirn abspeichert, dass sie müheloser behalten werden.

Es entstehen ca. 3 € Kosten für Unterrichtsmaterialien. Bitte Schreibzeug und etwas zu trinken mitbringen.

**Annette Peters**

4x freitags, 10.30 bis 12 Uhr, ab 30. Oktober · die Insel; 2. Etage; Raum 214 · 12 Teiln. · 20 €

**VHS Professional****NEU****Langfristiger Erfolg durch ethisch orientiertes Management**

Das Seminar aus 4 einzeln buchbaren Modulen wendet sich speziell an kleine und mittlere Unternehmen sowie Existenzgründer in Handwerk und Gewerbe. Hier bekommen Sie Theorie sowie Tipps und Tricks aus der Praxis professionellen Managements an die Hand und erleben die Effizienz von Kommunikation in der praktischen Anwendung. Bringen Sie gerne auch Ihre konkreten Fragen und „Fälle“ aus der Praxis mit, um die neuen Techniken gleich anzuwenden und zu erleben. Was macht mein Unternehmen einzigartig? Wie positioniere ich mich und meine Leistung optimal bei meinen Kunden? Finden Sie heraus, welche Art der Kommunikation und Präsentation der Schlüssel zum langfristigen Unternehmenserfolg und Wachstum ist und wie Sie andere für Ihre Visionen und Ideen begeistern können!

Konflikte lösen und vermeiden heißt Profi sein – sowohl im Fach, als auch in der Kommunikation. So können Sie Reklamationen und Beschwerden souverän behandeln, Mitarbeitergespräche erfolgreich führen, Bank- und Behördengespräche zielgerichtet erledigen. Die Kunst der überzeugenden Gesprächsführung ist kein Talent, sondern angewandtes Wissen!

Richten Sie sich auf klare Ziele aus und bleiben Sie gleichzeitig anpassungsfähig für das sich wandelnde Umfeld. Schaffen Sie langfristige Bindungen und optimieren Sie dennoch die Lösungsstrategien hinsichtlich Zeit, Budget und Auftragsumfang. Erweitern Sie Ihr Handwerkszeug! Führen Sie Ihr Unternehmen professionell!

**Svenja Kress, Dipl.-Ökonomin/ Stephanie Fuchs, M. A.**

10713

Seminar

**1. Kommunikation und Präsentation Langfristiger Erfolg durch ethisch orientiertes Management**

- Kommunikation und Präsentation
- Grundlagen der Kommunikation
- Unternehmenskommunikation

Samstag, 19. September, 10 bis 14 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.2 · 14 Teiln. · 65 €

10714

Seminar

**2. Marketing und Verkauf Langfristiger Erfolg durch ethisch orientiertes Management**

- Marketing/Verkauf
- Kundentypen, Marketing
- Kaufsignale

Samstag, 14. November, 10 bis 14 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 14 Teiln. · 65 €

10715

Seminar

**3. Identifizierung Langfristiger Erfolg durch ethisch orientiertes Management**

- Identifizierung (Corporate Identity und die Umsetzung)
- Image und Identität eines Unternehmens
- Langfristige Positionierung am Markt

Samstag, 12. Dezember, 10 bis 14 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 14 Teiln. · 65 €

10716

Seminar

**4. Selbstmanagement Langfristiger Erfolg durch ethisch orientiertes Management**

- Selfmanagement
- Organisation/Motivation/Zielsetzung und Nachhaltigkeit
- Problemlösungen

Samstag, 16. Januar, 10 bis 14 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 14 Teiln. · 65 €

**Öffentlichkeitsarbeit mit Spaß-Faktor**

Dieses Seminar richtet sich an Mitarbeiter/-innen, die in Vereinen oder kleinen und mittleren Unternehmen für die Pressearbeit zuständig sind. Viele Presseinformationen landen - statt in der Zeitung oder im Radio- bzw. TV-Programm - im Papierkorb, weil sie entweder nicht ins Medium passen, langweilig bzw. unverständlich geschrieben sind oder gar keine „Geschichte“ sind. Dieser Kurs zeigt, wie Sie Ihre Pressearbeit so spannend gestalten, dass Sie selbst, die Redaktion und der Rezipient Spaß daran haben werden. Dabei geht es speziell auch um die Zusammenarbeit mit Hörfunk- und TV-Redaktionen. Denn wer bei seiner Pressearbeit auch an die Bedürfnisse der Hörer und Zuschauer denkt, ist auf dem Weg zum Profi.

**Ludger Vortmann**

**10717** Seminar

Samstag, 7. November, 10 bis 17 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 8 Teiln. · 250 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**10718** Seminar

Samstag, 28. November, 10 bis 17 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 8 Teiln. · 250 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**10720** Seminar

**Smalltalk – Das 1x1 der Kontaktaufnahme**

Gekonnt geführter Small Talk ermöglicht es Ihnen - egal wo - viele neue Menschen kennenzulernen bzw. bestehende Kontakte zu vertiefen. Viele Menschen zu kennen kann nie verkehrt sein. „Vitamin B“ kann sich auszahlen, wenn es um eine neue Arbeitsstelle geht, wenn Sie ihr neues Auto besonders günstig kaufen wollen oder wenn Sie einfach nur Hilfe beim Umzug brauchen.

Wenn Sie künftig eine angenehme Gesprächsatmosphäre schaffen und sich Ihrem Gesprächspartner sympathisch und vertrauenswürdig präsentieren, haben Sie Ihr Ziel so gut wie erreicht.

**Heiko T. Ciesinski**

Samstag, 21. November, 9 bis 17.30 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 20 Teiln. · 25 €



**Kulturenkennenlernen**

**11009** Studienreise mehrtägig

**Sie bauten die ersten Tempel...**

**Studienreise in die Süd-Ost-Türkei**

Freitag, 9. 10., bis Freitag, 23. 10. 2009 (Herbstferien)  
Der kleinasiatische Teil der Türkei, der auch als Anatolien bezeichnet wird, ist in seinen östlichen Grenzgebieten touristisch wenig erschlossen. Dabei sind das Schwemmland von Euphrat und Tigris und die anatolische Hochebene Kernland vieler frühgeschichtlicher Hochkulturen. Neben den steinernen Überresten antiker Königreiche werden Sie hier auch immer wieder auf die wechselhafte Geschichte einer Grenzregion treffen, in der die verschiedensten Völker, Kulturen und Religionen aufeinander trafen, sich gegenseitig bereicherten, aber auch bekämpften.

Das Land zwischen Euphrat und Tigris gehört zum sog. Fruchtbaren Halbmond, dem die Archäologen eine besondere Bedeutung für die Menschheitsentwicklung beimessen. Wir sehen Tempelanlagen mit über 3m hohen Steinsäulen aus dem 10. vorchristlichen Jahrtausend und diskutieren, ob Troja nicht doch in Kilikien lag. Und wir erleben wunderschöne, höchst unterschiedliche und spektakuläre Landschaften. Eine Reise voller Entdeckungen und Überraschungen am Rande Europas. Es sind noch Plätze frei.

DZ 1.499,- €, EZ 1.798,- €. Das genaue Reiseprogramm ist in der Insel erhältlich.

**Dr. Renate Strauch**



**Philipp-Nicolai-Haus**

ALTEN- UND PFLEGEHEIM



Gebrüder-Grimm-Str. 8  
45768 MARL

- 62 Einzel- und 16 Doppelzimmer in 8 Wohngruppen
- 1 Kurzzeitpflegeplatz
- Wohnen für Menschen mit Demenz
- Besondere Betreuung für Menschen mit hohem somatischem Pflegebedarf
- vielfältige sozio-kulturelle Angebote
- seelsorgerische Begleitung
- offener Mittagstisch für Senioren

TEL. 02365.91040  
FAX 02365.910421

**11014** **NEU** Einzelveranstaltung

**Südafrika**

**3D-Dia-Vortrag**

In dieser Diashow erzählt der 3D-Fotograf Stephan Schulz die faszinierende Geschichte einer Traumreise durchs südliche Afrika. Sie beginnt in Kapstadt, führt durch Traumlandschaften wie Fish River Canyon, Namibwüste oder Victoriafälle und endet auf dem Gipfel des Kilimanjaro. Aber auch die Tierwelt hinterließen bei Stephan Schulz bleibende Erinnerungen, denn er wurde u.a. von einem Flußpferd attackiert.

Auf seiner Reise lernte er auch die verschiedensten Menschen kennen, z. B. einen Winzer, der die Sektflaschen am liebsten mit dem Säbel öffnet oder den Buschleuten, die sich über eine komplizierte Klicklaut-Sprache verständigen.

Durch die Verwendung modernster 3D-Projektionstechnik sehen Sie alles so, als wären Sie selbst mitten im Geschehen – ein plastisches Diaerlebnis von Seltenheitswert!

Karten sind im Vorverkauf nur im i-Punkt für 9 EUR erhältlich, an der Abendkasse kostet der Eintritt 10 EUR (Preise incl. 1 EUR für 3D-Brille).

**Stephan Schulz**

Donnerstag, 29. Oktober, 19.30 bis 22 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 250 Teiln.  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**11015** Einzelveranstaltung

**Cornwall**

**ZEEBRAVISION Dia-Vortrag**

Eine Panorama-Dia-Show von Georg Krumm  
Karten sind im Vorverkauf nur im i-Punkt für 11 EUR erhältlich, an der Abendkasse kostet der Eintritt 12 EUR.

**ZEEBRAVISION**

Montag, 09. November, 19.30 bis 22 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 250 Teiln.  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**Trägerunabhängige Beratungsstelle für Senioren, Pflegebedürftige und deren Angehörige**

**Direkt im Rathaus**  
Rathaus, Zentralgebäude

Telefon: 99 - 22 96 und 99 - 22 85  
Terminabsprache empfohlen

## Heimatkunde

**11162** **NEU** Seminar

### Naturforscher

Unterwegs mit Lupenglas spüren wir Spuren der Tiere auf, riechen und schleichen wie Tiere. Wir werden am „eigenen Leib“ erfahren, wozu Tiere imstande sind.

Das Angebot richtet sich an Vorschul- und Grundschulkinder und deren Eltern. Bitte wetterfeste Kleidung und eine Sitzunterlage mitbringen.  
Kinder bis 14 Jahre zahlen 5 €.

Inge Thomas

Samstag, 26. September, 14 bis 17 Uhr · Parkplatz Haardgrenzweg/Halterner Straße · 20 Teiln. · 10 €

**11163** **NEU** Seminar

### Der Wald im Wechsel der Jahreszeiten

Wie sich Tiere und Pflanzen auf den heranahenden Winter vorbereiten, wollen wir spielerisch und durch beobachten herausfinden. Zusammen werden wir ein Wald-Memory basteln.

Das Angebot richtet sich an Vorschul- und Grundschulkinder und deren Eltern. Bitte wetterfeste Kleidung und eine Sitzunterlage mitbringen.  
Kinder bis 14 Jahre zahlen 5 €.

Inge Thomas

Samstag, 31. Oktober, 14 bis 17 Uhr · Parkplatz Haardgrenzweg/Halterner Straße · 20 Teiln. · 10 €

### Pilze suchen, finden und ... essen!

Ritterlinge, Stäublinge, Rotfuß-, Butterröhrlinge, Stockschwämmchen, Birkenpilze, Tintlinge usw. werden zunächst in einem Diavortrag vorgestellt. Der Naturschutzgedanke steht oben an, das leibliche Wohl bedingt aber die lebenswichtige Unterscheidung zwischen essbaren und giftigen bzw. ungenießbaren Doppelgänger-Pilzen. Am Samstag geht es dann zur Exkursion mit praktischer Unterweisung. Wertvolles Sammelgut soll anschließend, sofern genügend gefunden, an Ort und Stelle zubereitet und verspeist werden. So kann man Pilze kennenlernen! Mitzubringen sind Bestimmungsbücher und am Samstag Gabel, Serviette, ein kleines Tellerchen und ein Rotweinglas.

**11501** Exkursion

Franz Pläschke, Margarete Behrens

Diavortrag und Vorbesprechung am Dienstag, 6. Oktober von 19 bis 21.15 Uhr in der Insel, Zweigstelle Hül, Carl-Duisberg-Str. 11, Raum 2.2. Exkursion am Samstag, 10. Oktober, von 8 bis 12.30 Uhr, der Treffpunkt wird bei der Vorbesprechung bekannt gegeben · Insel Zwggst. Hül; 2. Etage; Raum 2.2 · 17 Teiln. · 25 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**11502** Exkursion

Franz Pläschke, Margarete Behrens

Diavortrag und Vorbesprechung am Dienstag, 27. Oktober von 19 bis 21.15 Uhr in der Insel, Marler Stern, 1. Etage, Raum 133. Exkursion am Samstag, 31. Oktober, von 8 bis 12.30 Uhr, der Treffpunkt wird bei der Vorbesprechung bekannt gegeben · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 17 Teiln. · 25 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.



## Verbraucherfragen

**11601** **NEU** Einzelveranstaltung

### Einbruchschutz – Sicherungsmöglichkeiten für Haus und Wohnung

Einbrüche in Einfamilienhäusern und Wohnungen gehören leider zum Alltagsgeschehen. Nicht nur Bungalows und Villen sind gefährdet, auch Miet- und Eigentumswohnungen in allen Wohnlagen locken Einbrecher an. Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle der Polizei Recklinghausen bietet Aufklärung und Informationen, damit Sie sich besser schützen können.

In der Veranstaltung werden Möglichkeiten gezeigt, wie Sie Ihr Haus/Ihre Wohnung durch Sicherungsmaßnahmen besser schützen können. Neben allgemeinen Informationen über Täter und Taten werden sowohl mechanische Sicherungsmöglichkeiten für Fenster und Türen als auch die Absicherung mit einer Alarmanlage angesprochen.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit einer Diskussion, um Fragen der Teilnehmer zu beantworten. Informationsbroschüren und Listen über Handwerker / Installationsbetriebe die durch das Landeskriminalamt anerkannt wurden, werden vom Kursleiter ausgehändigt.  
Die Veranstaltung ist entgeltfrei

Claus Grüter

Dienstag, 10. November, 18.30 bis 20.45 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 20 Teiln. · entgeltfrei

**11602** **NEU** Seminar

### Schimmelpilze – die heimliche Gefahr?

Schimmel in Wohn- und Gewerberäumen ist nicht nur unschön, sondern auch im hohen Maße ungesund. Was ist Schimmel und wie kommt er in unsere Räume? Ein wenig Bauphysik erklärt, wo die Ursachen für Feuchtigkeit in und an Gebäuden liegen und warum sie kondensiert. Der Schwerpunkt des Seminarabends liegt dann bei dem Thema, wie wir durch richtiges Wohnverhalten unter Berücksichtigung der Bausubstanz dazu beitragen können, für ein gesundes Wohnklima zu sorgen, so dass der Schimmel keine Chance hat. Und wenn das Kind in den Brunnen gefallen ist, dann gibt es in dem Seminar auch noch viele Hinweise, wie der Schimmelbefall saniert werden kann.

Friedhelm Kortenbruck

Montag, 5. Oktober, 19 bis 21.15 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 7,50 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**11605** Seminar

### Spritsparen – alltagstauglich für jeden

Alle klagen über die Kraftstoffpreise, aber was kann man tun?

Umdenken! Es Bedarf keiner teuren Technik im Fahrzeug – Energiesparen fängt im Kopf an! Durch einen gezielten, alltagstauglichen(!) Fahrstil können mit dem PKW oder Lieferwagen 10 - 25% Kraftstoff gespart werden. Glauben Sie nicht? – Wir treten den Beweis an! Wir erklären Ihnen, wie Sie das mit Ihrem Diesel oder auch Benziner schaffen.

Die moderne Motoren- und Antriebstechnik wird klar und leicht verständlich – auch für absolute Technikaiken! – erklärt und dadurch werden die Zusammenhänge zwischen Leistung, Gewicht, Motoreigenschaften etc. verstehbar. Räumen Sie auf mit Vorurteilen und gefährlichem Halbwissen über Technik, Verschleiß, Verbrauch etc.

Wichtige Punkte sind:

- Leicht verständlicher, unterhaltsamer (!) Einstieg in die aktuelle Technik der Fahrzeuge. Hier wird der Laie genauso wie der Experte angesprochen.
- Wie messe ich den Verbrauch meines Autos wirklich? Trauen Sie keinem Bordcomputer!
- Was soll ich im Alltag beachten? Lassen Sie sich überraschen, was den Verbrauch Ihres Fahrzeuges wirklich beeinflusst!
- Lassen Sie die Straße für Sie sparen! Manchmal ist weniger auch mehr!
- Vollgas = geringster Verbrauch! Wir zeigen Ihnen wie es funktioniert.

Wichtig: Messen Sie den Verbrauch Ihres Fahrzeuges BEVOR Sie zu diesem Kurs kommen.

Kai Jan Bijkerk

2., 5. und 23. November, jeweils von 18.30 bis 21.30 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 22,50 €

## Seniorinnen und Senioren

**19910** Kurs

### Mosaik

Im Insel-Seniorenkreis trifft man sich. Hier wird geredet, diskutiert, geklönt, geschimpft, gelacht und gemeinsam etwas unternommen. Die Nachmittage stehen jeweils unter einem besonderen Thema, das von den Senioren mitbestimmt wird. Gäste und auch neugierig gewordene Interessierte sind jederzeit herzlich willkommen. Weitere Auskünfte erhalten Sie bei den Kursleiterinnen oder in der Insel.

Gabriele Greifenhagen, Jutta Hinz

14x dienstags, 14 bis 17 Uhr, ab 1. September · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 30 Teiln. · 15 €

## INDUSTRIEMEISTER-VEREINIGUNG HÜLS E. V.



### Die Industriemeister-Vereinigung Hül e. V. (IMV)

fördert die Teilnahme ihrer Mitglieder an allen Seminaren der Volkshochschule „die Insel“ in Marl. Damit wird die jahrelange gute Zusammenarbeit erweitert.

### Wer wir sind...

Die Industriemeister-Vereinigung Hül e. V. wurde 1961 von den Absolventen der ersten Industriemeister-Lehrgänge (IHK zu Münster) gegründet.

Im Rahmen einer Berufsvereinigung wollten die damaligen Jungmeister ihre erworbenen Kenntnisse weiter vertiefen und gleichzeitig Kontakte zu Kollegen in anderen Betrieben und Städten pflegen.

Von jeher sind also Teamarbeit, soziale Kompetenz und Praxis im Beruf Kerninhalte der Industriemeister-Vereinigung Hül e. V.

### Was wir tun...

- Interessante Vortragsveranstaltungen zu aktuellen Themen sowie Gemeinschaftsveranstaltungen mit „der Insel“ in der Reihe „Chemie des Jahres“.
- „Blick über den Zaun“ durch Firmenbesichtigungen bei namhaften Unternehmen.
- Verschiedenste Exkursionen, die zur Kontaktpflege und dem Erfahrungsaustausch im Kollegenkreis dienen.

- Seminare mit breit gefächerter Thematik und zum Teil international ausgerichtetem Programm.
- Schulungsangebote zu aktuellen Wissensgebieten (z. B. Information, Kommunikation, Technik und Kultur).

### Alle genannten Aktivitäten werden von der IMV bezuschusst!

Aus dem Insel-Programm werden alle Veranstaltungen mit Ausnahme von Studienreisen gefördert!

Bei Vorlage einer Teilnahmebescheinigung erhalten Sie als IMV-Mitglied einen Zuschuss von

**50%**  
des Teilnahmeentgeltes.

Dieser wird während der Geschäftszeiten im IMV-Büro ausbezahlt.



## Kultur und Gestalten

**Dr. Fritz Rieß**  
Tel. 880775

E-Mail: Fritz.Riess@marl.de



## Literatur/Theater

20105

Kurs

### Literarische Werkstatt

Raus aus der Schublade - mit den eigenen Texten. In dieser Werkstatt für Autorinnen und Autoren kann jede(r) mitmachen. Mit oder ohne Schreiberfahrung, jung oder (mittel)alt, Profi oder Anfänger/in, Lyriker/in oder Prosaist/in - das spielt alles keine Rolle. Wichtig ist nur eines: Die Bereitschaft, sich offen mit den eigenen Texten und denen der anderen auseinanderzusetzen. Denn „raus aus der Schublade“ bedeutet auch: Kritisieren und Kritik ertragen. Nur so kann sich das eigene Schreiben weiter entwickeln. Bis hin zum Leseauftritt in der Öffentlichkeit, den die Werkstatt organisiert.

**Werner Schlegel**

7x donnerstags (vierzehntäglich), 19.30 bis 21.45 Uhr ab 3. September · die Insel; 1. Etage, Bibliothek · 15 Teiln. · 31 €

20106

Kurs

### Moderne Literatur im Gespräch

In diesem Kurs sollen wichtige Titel - vor allem Neuerscheinungen - der Gegenwartsliteratur diskutiert werden, und zwar je einer an einem Abend. Voraussetzung einer fruchtbaren Arbeit ist, dass alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer die vorgegebenen Bücher gelesen haben und bereit sind, sich dazu zu äußern. Über folgenden Titel wird diskutiert: Richard Wagner: „Das reiche Mädchen“ (Aufbau-Verlag)

**Renate Kriesten**

3x montags, 21. September, 26. Oktober, 23. November, jeweils 19.30 bis 21 Uhr · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 20 Teiln. · 11,50 €

20107

Kurs

### Literatur heute:

**Erzähler des 19. Jahrhunderts in neuer Sicht**

In diesem Semester beschäftigen wir uns mit Romanen, deren Helden aus den unterschiedlichsten Gründen die Herausforderung oder das Abenteuer suchen und auch in bedrohlichen und lebensgefährlichen Situationen nicht kapitulieren. Alle Titel sind als Taschenbücher erhältlich.

Daniel Kehlmann: „Die Vermessung der Welt“; Peter Hoeg: „Das stille Mädchen“; Max Timm: „Der Schlangentanz“

**Monika Kummerhoff**

6x dienstags (vierzehntäglich), 15.30 bis 17 Uhr ab 15. September · die Insel; 2. Etage; Raum 226 · 25 Teiln. · 22,50 €

20108

NEU

Einzelveranstaltung

### DREI ORTE EIN THEMA

**Der 22. August ist der literarische Tag am Wasser**

Die Nominierten des Literaturwettbewerbs in der Fluss-Stadt-Land-Region an Emscher, Lippe und Kanälen „WASSER/WERKE“ präsentieren am 22. August 2009 an außergewöhnlichen Orten in den Städten Werne, Dorsten und Marl ihre Werke.

Der Preisträger/die Preisträgerin wird anschließend in einer Abstimmung vom Publikum gekürt.

Beteiligt an den Lesungen sind auch folgende Autoren der Literarischen Werkstatt der Insel: Klaus und Peter Märkert, Andreas Sticklies und Heinz-Ulrich Tenkotten.

Neben den Wettbewerbssiegern lesen Mitglieder der Literaturwerkstatt und weitere Autoren aus ihren Werken, die sich mit dem Thema „Strukturwandel/Leben im Ruhrgebiet“ auseinandersetzen.

Auf die Besucher wartet ein Programm mit Musik und Überraschungen.

Interessierte können im Anschluss an die Veranstaltung in Marl den Literarischen Tag in Dorsten fortsetzen. Beginn im dortigen Wasserwerk ist 18.00 Uhr. Informationen zum Literaturwettbewerb der Regionalen Initiative Fluss-Stadt-Land und zu den Veranstaltungen unter [www.fluss-stadt-land.de](http://www.fluss-stadt-land.de)

**Heinz Meyer, Dr. Ulrich Brack**

Samstag, 22. August, 15.30 bis 17.30 Uhr; Wasserwerk, Im Chemiepark Marl, Treffpunkt Pforte 1

20110

Kurs

### Seniorentheater Dionysos

Nach den großen Erfolgen „Wege durchs Labyrinth“, „Blüten im Moor des Vergessens“ und „Zeitenwende“ startet die Seniorentheatergruppe nun ein viertes Projekt. Unter dem Namen Theater Dionysos wollen die Spieler und Spielerinnen ein neues Thema aufgreifen. Texte lesen, spielen, improvisieren, experimentieren mit unterschiedlichen Formen des Theaters - und wieder ein Stück entwickeln, auf das man schon gespannt sein darf. Das Teilnahmeentgelt kann in vier Raten zu je 50 EUR bezahlt werden.

Der Kurs ist eine Kooperationsveranstaltung zwischen dem Theater der Stadt Marl und der Insel-VHS.

**Lutz Pickardt, Regisseur u. Theaterpädagoge BuT**  
Vorbesprechung am Mittwoch, 16. September, von 10 bis 13 Uhr; weitere Termine werden dann abgesprochen · die Insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 15 Teiln. · 200 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

20112

Kurs

### Kabarett zum Mitmachen

**Ursula Krehut**

14x dienstags, 18.30 bis 20.45 Uhr, ab 1. Sept. · die Insel; 1. Etage; Bibl.-Besprechungsraum · 10 Teiln. · 31,50 €

## Kunst/Kulturgeschichte

20301

NEU

Exkursion

### Städtisches Museum

#### Abteiberg Mönchengladbach

Rund 1000 Jahre nachdem sich Benediktiner auf dem Abteiberg in Mönchengladbach niedergelassen hatten, errichtete der Wiener Architekt Hans Hollein hier einen der berühmtesten Museumsbauten des späten 20. Jahrhunderts: Im Juni 1982 öffnete das Städtische Museum Abteiberg seine Pforten. Wie eine „Stadt in der Stadt“ schmiegt sich die aus verschiedenen Architekturen zusammengesetzte Anlage an den Berg. Auf rund 4.000 m<sup>2</sup> Ausstellungsfläche zeigt das Haus neben einigen Werken der Klassischen Moderne insbesondere Gegenwarts-kunst seit den 60er Jahren. Ein Skulpturenpark im ehemaligen Nutzgarten der Mönche lädt bei schönem Wetter zum Verweilen ein. Am Nachmittag ist ein Bummel durch die historische Altstadt geplant.

Die Anreise erfolgt mit dem öffentlichen Nahverkehr.

**Sigrid Godau M.A.**

Samstag, 26. September, Abfahrt ist um 9.14 Uhr ab Bahnhof Marl-Sinsen. Rückkehr ist gegen 19.41 Uhr. Das Entgelt für Anfahrt, Eintritt und Führung beträgt 28 EUR. · 24 Teiln.

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

### Claude Monet im Von-der-Heydt-Museum Wuppertal

NEU

Es ist schon eine kleine Sensation. Erstmals in Deutschland zeigt das Von der Heydt-Museum in Wuppertal den „ganzen“ Claude Monet (1840-1926): Vom realistischen Frühwerk bis Mitte der 60er Jahre, über die ersten impressionistischen Bilder bis hin zum grandiosen Farbenzauber des Spätwerks. Nahezu 100 Gemälde versammelt die eindrucksvolle Wuppertaler Schau. Maßgeblich unterstützt wird sie dabei vom Musée Marmottan-Monet in Paris.

Aufgrund der zu erwartenden großen Nachfrage haben wir gleich zwei der begehrten Führungen gebucht. Die Anreise erfolgt mit dem öffentlichen Nahverkehr. Das Entgelt für Anfahrt, Eintritt und Führung beträgt 29 EUR. · 24 Teiln.

**Sigrid Godau M.A.**

20302

Exkursion

Samstag, 21. November, Abfahrt ist um 10.42 Uhr ab S-Bahnhof Marl-Mitte. Rückkehr ist gegen 17.17 Uhr. Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

20303

Exkursion

Donnerstag, 26. November, Abfahrt ist um 14.42 Uhr ab S-Bahnhof Marl-Mitte. Rückkehr ist gegen 21.17 Uhr.

20310

Exkursion

### Führungen durch das Skulpturenmuseum

Jeden Donnerstag (außer 1. Donnerstag im Monat) findet um 16.30 Uhr eine öffentliche Führung durch die ständige Sammlung oder die Wechselausstellung statt. Während der Wechselausstellungen finden auch sonntags um 16.30 Uhr öffentliche Führungen statt, Einzelheiten entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Ausstellungstermine:

14. Juni bis 2. August „disregard - Daniel Burkhardt, Preisträger des 13. Marler Video-Kunst-Preises

22. August bis 25. Oktober „Die Künstlergruppe B 1“

**Dr. Karl-Heinz Brosthaus**

13x, jeden Donnerstag (außer 1. Donnerstag im Monat) ab dem 27. August jeweils von 16.30 bis 17.15 Uhr · Skulpturenmuseum Glaskasten · 12 Teiln. · entgeltfrei

20311

Exkursion

### Führungen durch die Skulpturen-Ausstellung in der Paracelsus-Klinik und deren Park

Jeden ersten Donnerstag im Monat um 16.30 Uhr, Treffpunkt ist die Kapelle der Paracelsus-Klinik.

**Dr. Karl-Heinz Brosthaus**

4x donnerstags, 16.30 bis 17.15 Uhr, ab 3. 9. · Paracelsus-Klinik; Skulpturensammlung · 12 Teiln. · entgeltfrei

## Malen/Zeichnen/Drucktechniken

20505

Kurs

### Richtig zeichnen und skizzieren

Die Fähigkeit, das Gesehene mit einem Bleistift zeichnerisch korrekt auf einem Blatt Papier darstellen zu können, bereitet großes Vergnügen und ist in der Malerei die Voraussetzung für ein später gelungenes Gemälde. Der Kurs vermittelt das notwendige Wissen (zeichnerische Regeln, die professionelle Künstler anwenden), um Bildvorlagen und reale Gegenstände in freier Zeichnung korrekt darstellen zu können. Der Kurs baut langsam auf. Gezeichnet wird nach Fotovorlage und realen Gegenständen.

Mitzubringen sind: Zeichenbrett aus Sperrholz oder Hartfaser (ca. 46 x 68 cm/9 mm stark), Zeichenpapier DIN A2 weiß, Bleistift 6 B, Radierknete, Cutter-Messer/Zeichenpapier, Bleistift und Radierknete kann auch beim Kursleiter erworben werden.

**Stefan Marko**

5x samstags, 10 bis 12.15 Uhr, ab 5. September · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 10 Teiln. · 40 €

20506

Kurs

### Porträtzeichnen richtig erlernen

Das Zeichnen von Gesichtern mit einem Bleistift bereitet großes Vergnügen. Um eine perfekte Ähnlichkeit zwischen dem gezeichneten Porträt und dem Modell bzw. der Vorlage zu erreichen, braucht es allerdings einige Übung. Der Kurs vermittelt die wichtigsten Grundregeln für das Porträtzeichnen. Die Kursteilnehmer erhalten hier das notwendige Wissen, um eigene Porträtzeichnungen anfertigen zu können. Gezeichnet wird nach Fotovorlage, wenn möglich auch nach lebendem Modell.

Mitzubringen sind: Zeichenbrett aus Sperrholz oder Hartfaser (ca. 46 x 68 cm/9 mm stark), Zeichenpapier DIN A2 weiß, Bleistift 6 B, Radierknete, Cutter-Messer/Zeichenpapier, Bleistift und Radierknete kann auch beim Kursleiter erworben werden.

**Stefan Marko**

5x samstags, 14 bis 16.15 Uhr, ab 5. September · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 10 Teiln. · 40 €

20507

Kurs

### Zeichnen und Skizzieren/ Porträtzeichnen

Dieser Kurs ist als Fortsetzungs- und Intensivierungskurs gedacht. Er richtet sich vornehmlich an Kursteilnehmer, die in diesem Semester den Kurs „Richtig zeichnen und skizzieren“ bzw. den Kurs „Porträtzeichnen richtig erlernen“ beim Kursleiter Stefan Marko bereits absolviert haben und nun ihre erworbenen Fähigkeiten noch vertiefen möchten.

Mitzubringen sind: Zeichenbrett aus Sperrholz oder Hartfaser (ca. 46 x 68 cm/9 mm stark), Zeichenpapier DIN A2 weiß, Bleistift 6 B, Radierknete, Cutter-Messer/Zeichenpapier, Bleistift und Radierknete kann auch beim Kursleiter erworben werden.

**Stefan Marko**

5x samstags, 10 bis 12.15 Uhr, ab 31. Oktober · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 10 Teiln. · 40 €

20508

Kurs

**Klassische Ölmalerei**

Wie male ich mit Ölmalerei ein realistisches Bild? Wie fange ich es an? Wie baue ich das Bild auf? Wie verleihe ich dem Motiv Plastizität und Raumdiefe? Dieser Kurs gibt Antworten auf diese Fragen. Die Kursteilnehmer/innen malen unter Anleitung eines Kunstmalers ein Bild nach Vorlage (Stilleben) und lernen hier Schritt für Schritt den korrekten Bildaufbau eines Ölgemäldes, sowie den richtigen Umgang mit Ölmalerei und Materialien. Am ersten Kurstag wird die Bildvorlage auf die Leinwand übertragen. Hierfür ist eine handelsübliche Leinwand (40 x 50 cm), ein Kohle- oder Bleistift und ein runder Synthetikhaarpinsel Nr. 4 mitzubringen.

Am 1. Kurstag erhalten die Teilnehmer/innen eine Liste über die für den Kurs notwendigen Materialien wie Farben, Pinsel usw.

Gegen eine Umlage von 15 Euro stellt der Kursleiter Farben und Leinöl zur Verfügung.

**Stefan Marko**

5x sonntags, 10 bis 12.15 Uhr, ab 8. November · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 10 Teiln. · 40 €

20510

**NEU** Seminar**Zuri (Su-ri) – Berührung Afrika****Afrikanische Motive in Acryl**

Der afrikanische Kontinent hat seinen kraftvollen Farben inspiriert schon seit je her viele Künstlerinnen und Künstler zu stimmungsvollen Bildern.

An diesem Wochenende erarbeiten Sie sich Ihr eigenes dekoratives Bild für Ihr Zuhause. Mit Hilfe zahlreicher Malvorlagen erstellen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Acrylfarben, Strukturpasten und vielen anderen Materialien Ihre stimmungsvollen Bilder in den charakteristischen Farben und Formen Afrikas.

Der Kurs eignet sich für Anfänger/innen und Fortgeschrittene.

Es entstehen zusätzliche Materialkosten von 8 Euro, Leinwände können zum Selbstkostenpreis im Workshop erworben werden.

Mitzubringen sind: Acrylfarben, Pinsel, Wasserbehälter, Sprühflasche, einen Porzellanteller, alte Lappen, Schere, Arbeitskleidung.

**Brigitte Hubel**

Samstag, 28. November, von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 29. November von 10 bis 14 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 12 Teiln. · 26 €

20511

**NEU** Seminar**Materialcollagen**

Die Materialcollage ist eine Technik, die Ihrer Phantasie großen Spielraum lässt. Photos, Muscheln, Stoffe, Scherben, Spielzeugteile, Metallstücke, Fundstücke... – daraus entstehen spannende, mysteriöse, romantische oder einfach nur schöne Bilder. Die farbige Gestaltung erfolgt mit Acrylfarben.

Bitte mitbringen: Material zum Einarbeiten und eine Leinwand oder ein grundiertes Holzbrett in der Größe Ihrer Wahl, Pinseln und Acrylfarben.

Es entstehen zusätzliche Kosten von 8 Euro pro Teilnehmer, Leinwände können zum Selbstkostenpreis bei der Kursleiterin erworben werden.

**Brigitte Hubel**

Samstag, 5. Dezember von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 6. Dezember von 10 bis 14 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 133 · 12 Teiln. · 26 €

20514

Kurs

**Acrylmalerei****(vormittags)**

In diesem Kurs werden die Grundlagen darstellender Malerei vermittelt. Anhand von konkreten Gegenständen, die wir versuchen darzustellen, soll das Auge trainiert werden und Begriffe wie z. B. Perspektive, Komposition werden erläutert.

Des Weiteren kann mit den vielfältigen Techniken der Acrylmalerei, wie der deckenden und lasierenden Malerei, dem Umgang mit Strukturpasten etc. experimentiert werden. Die unproblematische Handhabung der relativ rasch trocknenden Farben ermöglicht Anfänger/innen wie auch Fortgeschrittenen sehenswerte Ergebnisse.

Mitzubringen sind: Malkarton oder bespannte Keilrahmen oder festes Aquarellpapier auf fester Unterlage, Acrylfarben, Borstenpinsel, Palette, Lappen, Wasserbehälter. In der ersten Sitzung werden die Möglichkeiten und Materialien der Acrylmalerei vorgestellt - ggf. kann dann eine günstige Material-Sammelbestellung erfolgen!

**Britta Ariane Klöpffer**

11x donnerstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 3. September · die insel; 1. Etage; Raum 133 · 15 Teiln. · 62,50 €

20516

Kurs

**Aquarellmalerei****(vormittags)**

Der Kurs eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene. Sie erlernen am Beispiel von Stilleben, Landschaften und menschlichen Darstellungen die unterschiedlichen Techniken der Aquarellmalerei. Mitzubringen sind: Aquarellfarbe, Aquarellpapier (ab 250g/m<sup>2</sup>), gute Aquarellpinsel (8, 14), Bleistift, Radiergummi und Wasserbehälter.

**Slavica van der Schors**

10x dienstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 15. September · die insel; 1. Etage; Raum 133 · 15 Teiln. · 56,50 €

20521

Kurs

**Aquarell-, Acryl- und Ölmalerei**

Im Kurs werden die handwerklichen Techniken vermittelt, die Sie benötigen, um Ihre persönlichen künstlerischen Interessen zum Ausdruck zu bringen. Ziel ist es, mehr und mehr zu eigenen authentischen Bildern zu kommen! Sie brauchen keine Vorkenntnisse. Im Vordergrund steht das Naturstudium mit Stilleben, Porträts oder Landschaften. Beim Erarbeiten verschiedener Techniken, Bild- und Farbkompositionen dienen als Anschauungsmaterial auch Werke bekannter Künstler.

Mitzubringen sind: Aquarellblock (30 x 40 cm), Aquarellfarben, Aquarellpinsel (Größe 8-18) oder Acrylmalblock, Acrylfarben, Ölmalerei, Balsamterpentinöl, Schraubgläser, Terpentinersatz, Kernseife, Leinwand, Palette (Alufolie / Brett), Borstenpinsel, Lappen, Wasserbehälter

**Katrin Nöldeke**

14x montags, 18.45 bis 21 Uhr, ab 31. August · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 14 Teiln. · 79,50 €

**Formen in Ton**

20601

Kurs

**Formen in Ton****(ohne Töpferscheibe)**

Dieses Kursangebot erfreut sich größter Beliebtheit, weil Ton als ein Jahrtausende altes Urmaterial geradezu ideal zum schöpferischen Gestalten ist. Sie lernen bei der Aufbaukeramik ein Vorgefühl kennen und werden mit technischen Dingen, z. B. Materialeigenschaften, Engobieren und Glasieren vertraut gemacht. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt, z. B. können Stelen für den Garten gearbeitet werden. Das erforderliche Material (wie Ton und Glasuren) kann bei der Kursleiterin erworben werden. Im Entgelt sind 7,50 € für Brennkosten enthalten.

**Aloisia Hüls**

10x montags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 31. August · die insel; 2. Etage; Raum 215 · 12 Teiln. · 64 €

**Farbiges Gestalten in Ton**

Egal ob frei oder figürlich, erlaubt ist, was gefällt! Die verschiedenen Techniken zum Tonaufbau werden erklärt. Ein Schwerpunkt des Kurses soll das Arbeiten mit farbigen Glasuren, Engoben und Glasurkristallen sein. Denkbar ist auch die Gestaltung von fertiger Schrühware.

Es entstehen Materialkosten: ggf. kann eine günstige Material-Sammelbestellung erfolgen! Im Entgelt sind 11 € für Brennkosten enthalten.

**Britta Ariane Klöpffer**

20604

Kurs

14x dienstags, 18.15 bis 20.30 Uhr, ab 1. September · die insel; 2. Etage; Raum 215 · 12 Teiln. · 90,50 €

20605

Kurs

11x mittwochs, 9 bis 11.15 Uhr, ab 2. September · die insel; 2. Etage; Raum 215 · 12 Teiln. · 73,50 €

20611

Kurs

**Plastisches Gestalten in Ton**

Anfänger erhalten Kenntnisse in den unterschiedlichen Aufbauarten (Daumen, Wulst, Plattentechnik) und im Glasieren. Fortgeschrittene können ihre Kenntnisse bei der Verwirklichung ihrer eigenen Ideen erweitern. Es kann auch figürlich gearbeitet werden. Es entstehen noch Sachkosten für Ton und Glasur.

**Kornelia Jockenhöfer**

14x donnerstags, 18.30 bis 20.45 Uhr, ab 3. September · die insel; 2. Etage; Raum 215 · 10 Teiln. · 104,50 €

20615

Kurs

**Töpfern für Kinder und Jugendliche****8 bis 14 Jahre**

Hier wird geknetet, gerollt und geformt: Menschen entstehen genauso wie Schlangen, Autos, Bäume, Paradiese und Phantasien. Diese Arbeitsgemeinschaft wird finanziert und dadurch ermöglicht von dem Verein der Insel-freunde Marl e. V.

**Gerda Thamm**

5x dienstags, 15 bis 16.30 Uhr, ab 8. September · die insel; 2. Etage; Raum 215 · 12 Teiln. · 7,50 €

**Musik/Musikalische Praxis****Musikschule der Stadt Marl**

Westfaltenstraße 68a, 45770 Marl (Scharounschule)

Tel. 02365/6986248, Fax: 02365/6986251

E-Mail: Musikschule@Stadt.MarL.de

**Schulleitung**

Günter Braunstein, Tel. 02365 / 6986249

**Fachbereichsleiter:**

Klaus Baumeister:

Musikgarten, Musikalische Früherziehung und

Grundausbildung, Streichinstrumente, Gesang

Günter Braunstein:

Blasinstrumente, Populärmusik, Ensembleleiter, SVA,

Kooperation mit allgemeinbildenden Schulen

Bruce Wadsworth:

Zupfinstrumente, Tasteninstrumente, Jugend musiziert,

Marler Debüt, EURODEBÜT

**Verwaltung:**

Ingrid Jannowsky, Musikschule, Raum 2

Sprechzeiten: Montag- Donnerstag 10.00-12.00

Montag- Mittwoch 14.00-16.00

Donnerstag 14.00-17.30

Susanne Raute, Musikschule, Raum 3

Tel. 02365/6986250, E-Mail: Susanne.Raute@MarL.de

Sprechzeiten: Montag- Mittwoch 14.00-16.00

Donnerstag 14.00-17.30

**Unterrichtsfächer:**

Musikgarten, Musikalische Früherziehung

und Grundausbildung

Instrumente:

Blockflöte, Querflöte, Violine, Violoncello, Bratsche,

Kontrabass, Oboe, Klarinette, SVA, Fagott, Saxophon,

Horn, Trompete, Tenorhorn, Posaune, Tuba, Gitarre,

E-Gitarre, E-Bass, Klavier, Jazz- u. Pop-Klavier, Key-

board, E-Orgel, Schlagwerk, Drum-Set, Akkordeon

Gesang, Pop-Gesang, diverse Ensembles

**Termine** (Ort jeweils Aula Scharounschule):Dienstag, 22. 9. 2009 **Vortragsabend**, 19 UhrSamstag, 31. 10. 2009 **Marler Debüt**, 19 Uhr, TheaterDienstag, 10. 11. 2009 **Vortragsabend**, 19 UhrSamstag, 28. 11. 2009 **MINI-Konzert**, 19 UhrSonntag, 29. 11. 2009 **Jewish Touch**, 19 Uhr, TheaterSonntag, 31. 12. 2009 **Konzert zur Weihnachtszeit**

17.00 Uhr

**Mach mit Musik**

Du hast Spaß am Musizieren und möchtest gern mal vor Publikum spielen? Dann komm zu uns. In freundlicher und lockerer Atmosphäre spielen Jung und Alt, allein oder in Gruppen, vom blutigen Anfänger bis zum Fortgeschrittenen, ihre einstudierten Stücke vor. Dass durch die Aufregung beim Vorspielen Fehler passieren, wissen wir alle aus eigener Erfahrung. Lass Dich davon nicht abschrecken!

Es gibt nur 2 wichtige Teilnahmebedingungen:

1. Du musst bis zum Ende des Vorspiels bleiben, denn auch der Letzte möchte von allen gehört werden.

2. Du sollst Dich gut vorbereiten.

Wir freuen uns über jedes neue Gesicht, auch über wohlwollende und interessierte Zuhörer/innen.

**Birgit Haala**

20801

Einzelveranstaltung

Mittwoch, 7. Oktober, 18 bis 19.30 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 100 Teiln. · entgeltfrei

20802

Einzelveranstaltung

Mittwoch, 16. Dezember, 18 bis 19.30 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 100 Teiln. · entgeltfrei

**Junge Streicher spielen vor**

Junge Streicher aus dem Musikhaus Marl (Schule für Streicher) spielen auf Geige, Bratsche, Violoncello und Kontrabass vor. Wir freuen uns über viele interessierte Zuhörer. Kinder können anschließend ausprobieren, wie ein Streichinstrument gespielt wird.

Die Veranstaltungen werden in Zusammenarbeit mit dem Musikhaus Marl, Bonifatiusstr. 19, Tel. 200352 durchgeführt.

Joachim Kasan

20803

Einzelveranstaltung

Donnerstag, 1. Oktober, 18 bis 19.30 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 100 Teiln. · entgeltfrei

20804

Einzelveranstaltung

Donnerstag, 3. Dezember, 18 bis 19.30 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 100 Teiln. · entgeltfrei

**Tanz****Disco-Fox und Disco-Charles**

Tanzen ohne Vorkenntnisse

Ob Party oder Disco - der Discofox ist fast schon ein Klassiker unter den Tänzen. Seine häufige Anwendbarkeit haben ihn zu einem der beliebtesten Tänze - generationsübergreifend - gemacht. Der Discofox verfügt über eine leicht erlernbare Schrittfolge, die sich mit jedem Partner gut und leicht tanzen lässt. Zu Oldies oder aktueller Musik, nicht immer nur Schlager - der Hit! Bringen Sie Ihre Lieblingsmusik ruhig mit.

Horst Bartsch, Susanne Bartsch

20902

Seminar

Samstag, 12. September, 15 bis 18 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 30 Teiln. · 25 €

20905

Seminar

Samstag, 6. Februar, 16 bis 19 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 30 Teiln. · 25 €

20903

Seminar

**Dirty Dancing**

Lernen Sie den Mambo! Wollen Sie tanzen wie Johnny und sein Baby? Aber Sie kennen die Schritte nicht? Kein Problem, wir zeigen Ihnen, wie Sie sich bewegen müssen, ohne Ihrem Partner auf die Füße zu treten.

Mambo ist der Renner unter den Modetänzen. Jeder kann das mitreißende Feeling des aktuellen latein-amerikanischen Tanzes erleben. Der Hit „Mambo Nr. 5“ mit Lou Bega, ein Song, der schon in den 40er Jahren populär war, hat unzählige Titel nachfolgen lassen. Bands spielen bei jeder Tanzveranstaltung diesen Sound und die Discotheken stehen diesem Trend nicht nach. Der Tanz, der einmal der Vorläufer des Cha Cha war, hat einen dem Samba ähnlichen Rhythmus und Schritte, die ein bißchen an die Rumba erinnern. Über einfache Basic-Figuren - bis hin zu tollen Wickel-Kombinationen - wird auch viel Dirty-Dancing-Showtanz eingeflochten, sexy und fröhlich.

Vorkenntnisse oder eine paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich.

Horst Bartsch, Susanne Bartsch

Sonntag, 29. November, 15 bis 18 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 30 Teiln. · 25 €

20904

Seminar

**Boogie, Swing (& Rock 'n' Roll)**

Boogie & Swing, die Paartänze aus den wilden 50-ern sind wieder im Kommen. Die Musik von Glenn Miller und Elvis Presley klingt und swingt noch in vielen von uns. Aber auch die moderne Musik wie z.B. von Robbie Williams, Roger Cicero, ASOS oder den No Angels usw. gibt viel zum Tanzen her. Interpretationen und Variationen sind es, die Tanz und Musik zu einer Einheit werden lassen, die ankommt und gefällt. Wenn es die Teilnehmer/-innen wünschen, machen wir auch einen kleinen Abstecker zum Rock'n Roll, einem engen Verwandten von Boogie & Swing.

Da es keine Akrobatik gibt, ist der Kurs für jedes Alter geeignet.

Vorkenntnisse oder eine paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich.

Horst Bartsch, Susanne Bartsch

Samstag, 23. Januar, 15 bis 18 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 30 Teiln. · 25 €

20911

Seminar

**Tango Argentino Workshop (Anfänger)**

Der Tango Argentino (nicht zu verwechseln mit dem Standard-Tango!) ist mehr als eine Kunstform: kaum ein anderer Paartanz bietet so viele Möglichkeiten des Ausdrucks. Er wurde Ende des 19. Jahrhunderts in den Vororten von Buenos Aires geboren. Von seinem ursprünglichen Temperament und seiner Leidenschaft hat er bis heute nichts verloren. Sie lernen das Einzigartige dieses Tanzes kennen und probieren erste Schrittkombinationen und Tanzfiguren aus. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt, wohl aber Spaß an Musik und Tanz. Bitte helle Turnschuhe mitbringen, wenn keine Tanzschuhe vorhanden sind!

Bitte helle Turnschuhe mitbringen!

Vural Ergün

Samstag, 14. November, und Sonntag, 15. November, jeweils 14.30 bis 17.30 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 30 Teiln. · 25 €

20918

Seminar

**Flamenco-Workshop für Anfänger/-innen mit Life-Gitarre**

Wir starten mit den Grundtechniken für die Fußarbeit, die Arme und die Hände und lernen die ersten Stile (Palos) kennen. Eine kurze Choreographie per Tango wird erarbeitet.

Für das musikalische Fundament und die richtige Stimmung sorgt Life-Musik eines Gitarristen.

Bitte bringen Sie feste Schuhe mit Plastik- oder Leder-sohlen und einem Blockabsatz von 2-4 cm mit (keine Turnschuhe!).

Dorothee Hölscher, Kenji Nishimura

Samstag, 31. Oktober, 7. November, Sonntag 22. November und Samstag 28. November, jeweils von 14 bis 16.15 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 12 Teiln. · 53 €

**Orientalischer Tanz**

Der älteste Frauentanz ist wie kaum eine andere gymnastische Übung auf den weiblichen Körper und seinen Bewegungsablauf zugeschnitten, ideal für den gesamten Körper, insbesondere für die Wirbelsäule und den Beckenbereich. Er dient der Steigerung der Konzentration und der bewussten Körperteile; Verspannungen werden weggetanzt. Für Frauen, die ihre eigene Natur gefühlsmäßig erleben und ausdrücken möchten und die zugleich Freude am Fremdländischen haben.

Cornelia Heyder

20921

Kurs

**Einführung**

12x mittwochs, 9 bis 10.30 Uhr, ab 09. September · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 20 Teiln. · 45,50 €

20922

Kurs

**Mittelstufe und Anfängerinnen mit Vorkenntnissen**

13x donnerstags, 20 bis 21.30 Uhr, ab 10. September · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 20 Teiln. · 49 €

20930

Seminar

**Square-Dance-Nachmittag**

Fetziges Musik von Country und Western bis Rock und Pop und Tanzspaß mit netten Leuten: das ist Square Dance!

Square bedeutet Quadrat und bezeichnet die Formation, in der sich 4 Tanzpaare gegenüberstehen. Ein Caller ruft den Tänzern im Takt der Musik zu, welche Figuren getanzt werden sollen.

An diesem Nachmittag werden die ersten Figuren erlernt, die in verschiedenen Variationen hintereinander getanzt werden. Square Dance wird nie langweilig, denn keiner weiß, wie die nächste Figurenfolge aussehen wird. Square Dance bedeutet also: Sportliche Bewegung und Konzentration, Entspannung und Gesellschaft. Anfänger, ob Singles oder Paare sind willkommen!

Sigrid Pietzuch

Samstag, 14. November, 14.30 bis 18.15 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 50 Teiln. · 11,50 €

20940

Kurs

**Seniorentanz**

Willkommen sind Paare und Alleinstehende, da ohne festen Partner getanzt wird. Erlernt werden Tänze im Kreis, Block, Gasse und Synare. Tanzen ist gesund, es fördert Herz und Kreislaufsystem, die Beweglichkeit der Gelenke, Koordination und die Gedächtnisleistung. Tanzen macht Spaß und ist gut für Körper, Seele und Geist.

Marianne Eckhorst

14x freitags, 15.30 bis 17 Uhr, ab 4. September · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 30 Teiln. · 53 €

20941

Einzelveranstaltung

**Senioren-Tanzgruppen-Nachmittag**

Marianne Eckhorst, Marlene Sagasser

Samstag, 7. November, 14 bis 18 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 127 Saal · 50 Teiln. · entgeltfrei

20943

Seminar

**Seniorentanz für Gruppenleiterinnen**

In Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Seniorentanz e. V. wird interessierten Gruppenleiterinnen die Möglichkeit zur Weiterqualifikation gegeben. Neue Tänze und Tanzformen werden vorgestellt und über die pädagogische Praxis Erfahrungen ausgetauscht. Weitere Auskünfte und Anmeldungen bitte über die Seminarleitung erfragen, Tel. 0209/597744 (Frau Steltner).

Barbara Steltner, Ingrid Reinsch

Samstag, 26. September, und Samstag, 14. November, jeweils von 9.30 bis 14.30 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 30 Teiln. · entgeltfrei

**Medien**

21010

Kurs

**Marler Gruppe**

Die Marler Gruppe, gegründet 1968, wendet sich an Marler/innen, die sich ernsthaft für das Medium Fernsehen interessieren und die sich mit ihm kritisch auseinandersetzen möchten. Schwerpunkte der Arbeit sind die Programmbeobachtung und die Diskussion von Fernsehbeiträgen. Darüber hinaus nimmt die Marler Gruppe am Fernsehettbewerb Adolf-Grimme-Preis teil und gibt hier das vielbeachteten Publikumsvotum ab.

Monika Kaczerowski

Beginn Mittwoch, 2. Sept. von 19.00 bis 20.30 Uhr, weitere Termine nach Vereinbarung · Hans-Böckler-Kollegeschule · 30 Teiln. · entgeltfrei

**Medienpraxis**

21105

Seminar

**Klassische Aktfotografie: Akt und Industrie**

Kleingruppe

In unserer Region finden wir überall Industriebrachen als stumme Zeugen der Vergangenheit. Diese Industriebrachen wollen wir für kurze Zeit einmal mit Leben erfüllen. Nichts steht mehr im Widerspruch als lebende Körper und kalte Industrie. Wir werden in diesem Workshop eine Symbiose aus beidem schaffen. In einem theoretischen Teil werden wir gemeinsam die Thematik erarbeiten, um anschließend beim eigentlichen Shooting in einem Zeugnis der Zeitgeschichte das erarbeitete fotografisch umzusetzen. Hier werden wir erfahren, wie anspruchsvolle Aktaufnahmen an location entstehen. Mit den Ergebnissen kann auf Wunsch der Teilnehmer durchaus auch eine gemeinsame Ausstellung realisiert werden. Für Modelle wird gesorgt. Im Preis sind 20 EUR Material- und Modellkosten enthalten.

Thomas Opitz, Caroline Opitz

Vorbesprechung am Dienstag, 08. September von 18.30 bis 20 Uhr; Fotoshooting am Sonntag, 13. September von 10 bis 17 Uhr an einem Ort, der bei der Vorbesprechung bekannt gegeben wird · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 8 Teiln. · 48 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

21106

Seminar

**on location...****Kleingruppe**

...Fotografie vor Ort... Ungewöhnliche Orte in ungewöhnlicher Inszenierung, wir wollen etwas zusammenbringen, das scheinbar nicht zusammen passt. Ein außergewöhnliches Model, mit einem außergewöhnlichen Outfit, an einem außergewöhnlichen Ort... Gemeinsam mit unserem Model werden wir uns einen oder mehrere Orte suchen, die so scheinbar gar nicht zu einem Fotoshooting mit einem Model passen, um vor Ort außergewöhnliche Fotos zu inszenieren. Bei einer Vorbesprechung werden wir die Orte für unser Shooting vorstellen und die Bildideen erläutern, die wir dann gemeinsam umsetzen werden. Zu der Vorbesprechung muss noch keine Kamera mitgebracht werden. Im Preis sind 20 EUR Material- und Modellkosten enthalten.

**Thomas Opitz, Caroline Opitz**

Vorbesprechung am Dienstag, 27. Oktober von 18.30 bis 20 Uhr; Fotoshooting am Sonntag, 31. Oktober von 10 bis 17 Uhr an einem Ort, der bei der Vorbesprechung bekannt gegeben wird · die Insel; 2. Etage; Raum 214 · 8 Teiln. · 48 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

21107

**NEU** Seminar**Portraitfotografie****Kleingruppe**

Portraits eindrucksvoll gestalten, eine nicht ganz leichte Aufgabe... Wir werden gemeinsam ein professionelles Portraitshooting planen und durchführen. Hierbei werden wir euch in einem theoretischen Teil den Umgang mit der erforderlichen Studiotechnik vermitteln. Anschließend werden wir in einem praktischen Teil Portraits fotografieren. Hierzu stehen als Modelle unsere Models zur Verfügung, auf Wunsch könnt ihr allerdings gerne eigene „Models“ aus dem Freundes- bzw. Bekanntenkreis oder der Familie mitbringen, um diese dann zu fotografieren. Im Preis sind 20 € Material- und Modellkosten enthalten.

**Thomas Opitz, Caroline Opitz**

Vorbesprechung am Dienstag, 24. November von 18.30 bis 20 Uhr; Fotoshooting am Sonntag, 29. November von 10 bis 17 Uhr an einem Ort, der bei der Vorbesprechung bekannt gegeben wird · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 8 Teiln. · 48 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

S21199

Seminar

**Erstellung von PR-Filmen**

Nutzen Sie die Macht der bewegten Bilder. Image- und Werbefilme gewinnen für die Öffentlichkeitsarbeit immer mehr an Bedeutung. Kostenlose Videoplattformen im Internet bieten das Forum, das schon heute Vereine, kleine und mittlere Unternehmen für Ihre Außendarstellung nutzen.

In diesem Insel-Kurs bekommen Sie in drei Schritten das nötige Rüstzeug an die Hand. Sie lernen, wie sie auf ihre Produkte und Dienstleistungen zugeschnittene Ideen entwickeln, den Film eigenhändig drehen und mit einer kostenlos im Internet erhältlichen Software schneiden und z.B. im Internet veröffentlichen. Die entsprechende Technik (Kameras, Licht, Mikrofone, Studio, Schnitttechnik) sind vorhanden.

**Ludger Vortmann**

2x samstags, 10 bis 17 Uhr, ab 23. Januar · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 8 Teiln. · 500 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**Werken und Gestalten****Silberschmuck selbst gestalten**

Sie suchen ein Schmuckstück, das kein Zweiter trägt? Sie wünschen ‚das Besondere‘ in Silber oder Gold? Sie möchten Ihrer Kreativität und handwerklichen Begabung freien Lauf lassen...dann sind Sie in dem Gold- und Silberschmiedekurs der Goldschmiedemeisterin Katja Osterhoff-Genz genau richtig. Hier erlernen Sie nicht nur die Grundtechniken des Goldschmieds, sondern haben auch die Möglichkeit Omas altem Gold neuen Glanz zu verleihen.

Es entstehen neben dem Teilnahmeentgelt Kosten für Material sowie eine Umlage in Höhe von ca. 10 €. Bitte Kittel oder Schürze und evtl. vorhandenes Material, Steine mitbringen.

**Katja Osterhoff-Genz****21201**

Seminar

Freitag, 18. September, von 17 bis 19 Uhr (Vorbesprechung) und Samstag, 26. September, von 9.30 bis 17.30 Uhr · die Insel; 2. Etage; Raum 215 · 10 Teiln. · 36 €

**21202**

Seminar

Im Adventsseminar werden weihnachtliche Überraschungen wie Spielringe, Armreifen, Broschen, Manschettenknöpfe, Krawattennadeln oder Geldscheinklammern gefertigt.

Freitag, 13. November, von 17 bis 19 Uhr (Vorbesprechung) und Samstag, 21. November, von 9.30 bis 17.30 Uhr · die Insel; 2. Etage; Raum 215 · 10 Teiln. · 36 €

21206

Seminar

**Hairstyling****Binde- und Stecktechniken für (mittel-) lange Haare**

Dieses Seminar schließt die Lücke zwischen dem Friseurbesuch und dem täglichen Wunsch nach einer schönen Frisur, die schnell gemacht ist und toll aussieht. Wir lernen und üben verschiedene beliebig kombinierbare Grundtechniken, mit denen mittellange und lange Haare immer wieder anders frisiert werden können. Unter Anleitung kann jede Teilnehmerin typgerechte Varianten an sich selbst ausprobieren. Viele Tipps und Tricks helfen im Alltag weiter.

Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 1,50 €. Bitte mitbringen: Spiegel, Kamm, Haarbürste, ein Paket Haarklemmen, sowie eventuell vorhandenen Haarschmuck.

**Christiane Eßling**

Samstag, 26. September, 9 bis 13 Uhr · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 10 Teiln. · 15 €

S21207

Seminar

**Nicht ganz alltägliche Frisuren für den Karneval und andere ausgefallene Events****NEU**

In diesem Seminar werden verschiedene Techniken vorgestellt und eingeübt, mit denen Sie Ihre eigenen Haare, perfekt zum Outfit/Kostüm passend, frisieren können. Sie erhalten einen Einblick in die Möglichkeiten der eigenen Frisurengestaltung, bei der die Kunst der Übertreibung perfektioniert wird.

Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 1,50 €. Bitte mitbringen: Spiegel, Kamm, Haarbürste, Kostümierung/Outfit (falls vorhanden)

**Christiane Eßling**

Samstag, 30. Januar, 10 bis 13 Uhr · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 10 Teiln. · 12 €

21215

Seminar

**Perlenketten häkeln**

Häkeln Sie gerne? Dann zeige ich Ihnen etwas Neues: nämlich, wie man Perlenketten häkelt. Nach der Auswahl der Perlenfarben führe ich Sie in die einfache türkische Häkeltechnik ein. Wir nutzen Vorlagen, um bunte Perlenketten herzustellen. Mit der „rundgehäkelten Technik“ können wir außerdem noch Ketten mit Blumenmuster häkeln.

Bitte bringen Sie eine Häkelnadel (Stärke 1,5) mit.

**Ulrike Uttich**

2x donnerstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 29. Oktober · die Insel; 2. Etage; Raum 215 · 14 Teiln. · 11,50 €

**Hinweis:**

Das Material für die Seminare 21215 und 21216

erhalten Sie zum Beispiel bei

- Die Perlenwerkstatt, Ringerottstr. 133, 45772 Marl
  - Hobbymade, Große Geldstr. 19, 45657 Recklinghausen
  - Askania Fachmarkt, Marler Stern, 45768 Marl
- Was und wie viel Sie brauchen, sollten Sie vor den Seminaren mit Frau Ulrike Uttich (Tel. 02365 84577) klären.

21216

Seminar

**Modischer Perlenschmuck**

Sie lernen, wunderschöne Schmuckteile wie Ketten, Armbänder und Ringe nach japanischer und amerikanischer Fädeltechnik selbst herzustellen. Anhand von Vorlagen fädeln Sie zunächst einfache Schmuckteile und arbeiten sich zu komplizierteren Techniken vor.

**Ulrike Uttich**

2x donnerstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 12. November · die Insel; 2. Etage; Raum 215 · 14 Teiln. · 11,50 €

21217

Seminar

**Gestaltung von Grußkarten**

Gerade rechtzeitig vor Weihnachten zeigen wir Ihnen viele Möglichkeiten, originelle und persönliche Grußkarten selbst herzustellen, z.B. Karten in 3D-Technik oder Scrap- und Faltschnitt-Karten.

Unkostenbeitrag 5 EUR für die Schneidebögen und Silikonkleber.

Schneideunterlage, spitze Schere und Bastelmesser.

**Ulrike Uttich**

2x donnerstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 26. November · die Insel; 2. Etage; Raum 215 · 14 Teiln. · 11,50 €

21222

Seminar

**Einsatz in den eigenen Wänden**

Nur sehr wenige Menschen können von sich behaupten, dass ihr Zuhause ihrem Ideal entspricht. Doch das sollte uns nicht daran hindern, unser gegenwärtiges Heim zu einem besonderen Ort zu machen.

Das Seminar hat das Ziel, mit den Gestaltungsmitteln Farbe, Material, Struktur und Einrichtung über Spezialanforderungen von kleinen Räumen und Räumen mit mehreren Nutzungsbedürfnissen bis hin zu Organisation der Einrichtung die Möglichkeit zu mehr Individualität und Wohnatmosphäre zu zeigen.

**Stefanie Seng**

Dienstag, 6. Oktober, 19 bis 21.15 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 128 · 20 Teiln. · 7 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

21223

Seminar

**Wände gestalten – Möbel verschönern****Kreative Ideen einfach umgesetzt**

Allen, die ihr Zuhause stilvoll einrichten wollen, aber im Alltag stark in Anspruch genommen werden, bietet dieses Seminar eine ideale Kombination aus praktischen Hinweisen und zahlreichen Anregungen, die sich in kurzer Zeit umsetzen lassen. Wir wollen uns einen Überblick verschaffen über die gängigen Mal- und Wandverkleidungstechniken und Tricks, mit denen sich Möbelstücke schnell und einfach renovieren lassen.

**Stefanie Seng**

Mittwoch, 4. November, 19 bis 21.15 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 128 · 20 Teiln. · 7 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

21230

Kurs

**Krippenbau mit Figuren**

Wir bauen gemeinsam Krippen aus unterschiedlichen Materialien, die dann auf der Krippenausstellung im Heimatmuseum vom 22. bis zum 29. November ausgestellt werden. Der Kurs wird in Zusammenarbeit mit dem Heimatverein Marl e.V. durchgeführt.

Es entstehen Materialkosten.

**Christel Kahl u. a.**

5x samstags, 10 bis 11.30 Uhr, ab 19. September · Museums-scheune des Heimatmuseums, Am Volkspark 14 · 14 Teiln. · entgeltfrei

**21299** Einzelveranstaltung

**30. Großer Kreativmarkt**

Zum 30. großen Kreativmarkt der Insel verwandeln sich das Insel-Forum und der ehemalige Lesesaal in einen turbulenten Basar mit Ständen, die ausschließlich selbst gefertigte Dinge zum Verkauf anbieten. Da gibt es Seidenmalereien, Tiffany, Aquarelle, Töpfereien und Holzarbeiten und vieles andere, das eins gemeinsam hat: Alle Arbeiten wurden selbst gefertigt! Hobbykünstler sind eingeladen, an diesem Markt aktiv teilzunehmen. Der Insel-Kreativmarkt ist für den Marler Stern inzwischen zu einer festen Adresse geworden.

2x im Jahr kommen Scharen von Besuchern zu den dicht gedrängten Ständen und wissen von der Qualität der ausgestellten Arbeiten. Interessenten wenden sich vorab an Frau Erika Hövel, Tel. 02365/84808, oder Frau Marion Hankeln, Tel. 02365/880582. Der Besuch dieses Marktes ist kostenfrei, die Standgebühr beträgt 10 € für den laufenden Meter.

**Marion Hankeln, Erika Hövel**  
Samstag, 7. November, 10 bis 17 Uhr · die Insel; 1 Etage, Forum

**Textilkunde/Mode/Nähen**

**Offener Nähtreff**

Nähen und Schneidern für alle  
Neu schneiden, ändern, „aufpeppen“; alles ist möglich! Für Teilnehmer, die schon einige Vorkenntnisse haben, aber auch für motivierte Anfängerinnen.  
Wir wollen den Nähkurs als offenen Treff gestalten, bei dem Frau ihre eigenen Kreationen verwirklichen kann oder vorhandene Textilien ändern oder „aufpeppen“ lernt. Außerdem sollen jede Menge Tipps ausgetauscht werden.

Jede kann in dieser Zeit mit fachlicher Begleitung ihren textilen Traum verwirklichen. Für Teilnehmer/-innen, die noch kein konkretes Traumziel haben, gibt es viele Anregungen.  
Materialien für das gewünschte Kleidungsstück oder -änderung bitte mitbringen!

**Andrea Plaschke**

**21401** Kurs

7x mittwochs, 17 bis 19.15 Uhr, ab 2. Sept. · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.3 Nähatelier · 14 Teiln. · 39,50 €

**21402** Kurs

7x mittwochs, 17 bis 19.15 Uhr, ab 4. Nov. · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.3 Nähatelier · 14 Teiln. · 39,50 €

**Sonstiges**

**529910** Kurs

**Mayday – Segelsicherheitstraining**

Segeln ist ein schönes Hobby und soll es auch bleiben: vorbeugende Maßnahmen, manchmal auch ein einfacher Trick sind es, die den Unterschied ausmachen zwischen einem wunderschönen Ferienerlebnis und einer tragischen Verkettung, die nicht selten tödlich endet. Wer je bei Windstärke 7 und schwerer See sowie kleiner Besatzung reffen musste, weiß, wie sehr auch die kleinste Veränderung, z. B. eine blutende Kopfwunde, das Schön-Wetter-Erlebnis zu einem Fiasko werden lassen kann.

In dem Lehrgang wird ein Expertenteam die verschiedenen Notsituationen an Bord durchsprechen. Eigene Übungen (wie etwa das Besteigen einer Seenot-Rettungsinsel bei Wellengang!) vermitteln auch für ungeübte Mit-Segler/-innen ein Gefühl für Sicherheit sowie die Kenntnis von richtigen Maßnahmen zur richtigen Zeit.

Am 5. Termin, 22. März, wird der Praxisteil in einem Wellenbad durchgeführt: die genauen Zeiten werden abgesprochen.

**Michael Hüskens, Peter Blomtrath, Dr. Jörg-Rüdiger Schwidetzki, Martin Matuschek, Heinz Benner, Horst Lohenstein**

5x montags, 20 bis 21.30 Uhr, ab 22. Februar · die Insel; 2. Etage; Raum 227 · 16 Teiln. · 130 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**29915** Seminar

**Informationsabend zu den Kursen Sportbootführerschein**

Alle Interessenten/-innen an den Kursen 29916 und 29917 sind herzlich eingeladen, sich an diesem Abend über die Details zum Ablauf der Lehrgänge zu informieren: Inhalte, Gesamttablauf (es sind noch Praxisteile notwendig!) und Gesamtkosten (Praxisteile, Prüfung usw.).

**Herbert Lünenbürger**

Montag, 26. Oktober, 18 bis 19.30 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 18 Teiln. · entgeltfrei

**Hinweis zu 29916 und 29917:**

Die Kurse bereiten Sie inhaltlich auf die theoretischen Prüfungen vor. Die praktischen Ausbildungen und die Prüfungen werden von den Kursleitern eigenständig organisiert und durchgeführt.  
Zusätzlich zu dem Kursentgelt entstehen Ihnen Kosten für Lehrbücher, Arbeitshefte, Navigationsbesteck, Gesundheitszeugnis, Prüfungsgebühren und praktische Ausbildung. Näheres erfahren Sie am Informationsabend 29915 und an den ersten Kursabenden.

**29916** Kurs

**Amtlicher Sportbootführerschein See**

**Theoretische Vorbereitung auf die amtliche Prüfung**  
Der Amtliche Sportbootführerschein-See ist ein sog. Pflichtschein und wird gesetzlich vorgeschrieben, wenn Sie mit einem Motor- oder Segelboot, das mit einem Motor von mehr als 3,68 kW (5 PS) ausgerüstet ist, die Küstengewässer und Seeschiffahrtsstraßen im Hoheitsbereich der Bundesrepublik Deutschland befahren wollen (3-Meilen-Zone). Er schließt den Sportbootführerschein-Binnen nicht mit ein, wird aber im Ausland als Befähigungsnachweis anerkannt (z. B. in den Niederlanden zum Befahren aller Flüsse und Seen, einschließlich IJsselmeer, Waddenzee, Oster- und Westerschelde). Dieser Kurs vermittelt Ihnen das notwendige Grundwissen und bereitet Sie auf die theoretische Prüfung vor. Seemännische Erfahrungen zur Teilnahme sind nicht erforderlich.

Zur praktischen Ausbildung, die in der 2. Hälfte des Semesters an den Wochenenden und Feiertagen durchgeführt wird, erhalten Sie Informationen in 29915 und in der 1. Unterrichtsstunde.

Hinweis: Wenn Sie den Bereich über die 3 Seemeilen-Grenze hinaus befahren wollen, sollten Sie nach dem Erwerb des Sportbootführerschein-See unbedingt den amtlichen Sportküstenschifferschein erwerben, da dieser die erforderlichen navigatorischen Kenntnisse beinhaltet.

**Herbert Lünenbürger**

10x mittwochs, 18 bis 20.15 Uhr, ab 28. Oktober · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 18 Teiln. · 93,50 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**29917** Kurs

**Amtlicher Sportbootführerschein Binnen und Einführung in das Segeln**

**Theoretische Vorbereitung auf die amtliche Prüfung**  
Der Amtliche Sportbootführerschein-Binnen ist ein sog. Pflichtschein und ist in einen Motor- und einen Segelteil unterteilt. Er wird benötigt, wenn Sie mit einem Motor- oder Segelboot, das mit einem Motor von mehr als 3,68 kW (5 PS) ausgerüstet ist, Binnenschiffahrtsstraßen der Bundesrepublik Deutschland befahren wollen. Außerdem wird er im Ausland als Befähigungsnachweis anerkannt (z. B. in den Niederlanden zum Befahren aller Flüsse und Seen, außer IJsselmeer, Waddenzee, Oster- und Westerschelde).

Wenn Sie sich ein Segelboot ausleihen möchten, wird häufig ein Segelschein (Sportbootführerschein-Binnen unter Segel) verlangt. Auf Berliner Gewässern ist die Vorlage eines Segelscheins Pflicht.

In diesem Kurs wird Ihnen das für die Prüfung geforderte Wissen vermittelt, um den Sportbootführerschein-Binnen unter Motor oder Segel + Motor oder Segel zu erhalten. Folgende Themen werden behandelt: Gesetzliche Vorschriften, Bootsbau, Motoren- und Wetterkunde, Takelage, Segeltechnik.

Der Kursleiter organisiert nach Ende des Kurses die Prüfungen und vermittelt die praktische Ausbildung Segeln, die in Form eines einwöchigen Ausbildungsintensivprogramms in Holland angeboten wird.

Zum Erwerb des Führerscheins ist sowohl eine theoretische als auch praktische Prüfung vor der amtlichen Prüfungskommission erforderlich. Die praktische Ausbil-

dung Motor findet in der 2. Hälfte des Semesters an den Wochenenden und an Feiertagen statt.

**Herbert Lünenbürger**

10x mittwochs, 20.20 bis 21.50 Uhr, ab 28. Oktober · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 18 Teiln. · 62,50 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**29938** Seminar

**Kanuwandern – Tagesschnupperkurs**

Unser Tages-Schnupperkurs wird auf dem anfängertauglichen und attraktiven Teil der Lippe von Krudenburg bis zu unserer Kanusportschule „Otto-Vorberg-Haus“ in Wesel durchgeführt. Sie müssen einzig und allein die Neugier, eine neue Sportart zu probieren, und den Spaß an der Bewegung in der Natur mitbringen. Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig und die kanusportliche Ausrüstung wird gestellt. Eine kurze Einführung an Land wird diesen Tag eröffnen, an dem Sie sich anschließend unter fachkundiger Anleitung auf dem Wasser bewegen werden.

Leistungen:  
- Einführung in den Kanuwandersport, Theorie und Praxis (6 UStd.)  
- Bereitstellung des Bootsmaterials und Zubehörs (Kajak I oder Canadier)  
- Sportversicherung  
Kinder bis 14 Jahre zahlen 16 €.

**Kanuschule des Kanu-Verbandes NRW**

Samstag, 29. August, 10 bis 16 Uhr · Kanusportschule Otto-Vorberg-Haus, Wesel · 15 Teiln. · 30 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**Auch Hunde brauchen Hobbies**

Wie eine artgerechte Hundehaltung, die Frauchen, Herrchen und Hund begeistert, aussehen kann, das zeigt Veronika Piel in den drei Seminaren 29960, 29961 und 29962.

**29960** **NEU** Seminar

**Hundgerechte Beschäftigung**

Hunde sind intelligent! Stöckchenwerfen und Gassi gehen sind keine ausreichende Beschäftigung für ein intelligentes Lebewesen! Hundgerechte Beschäftigung macht Spaß und beugt Unarten vor. Viele Anregungen, wie man Hunde im Alltag fordern und fördern kann, vermittelt dieses Seminar.

**Veronika Piel**

Donnerstag, 12. November, 19 bis 21.15 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 10 €

**29961** Seminar

**Einführung in die Nasenarbeit mit Hunden**

Ausgebildete Hunde finden Drogen, Sprengstoff oder verschüttete Katastrophenopfer. Aber auch Ihr Hund ist von Natur aus ein Schnupper-Experte! Bringen Sie ihm z.B. bei, den verlorenen Schlüssel zu finden, ein verstecktes Familienmitglied beim Spaziergang zu suchen oder eine Substanz anzuzeigen, gegen die Sie allergisch sind! Wie? Viele Tipps für den Beginn gibt es an diesem Abend.

**Veronika Piel**

Donnerstag, 26. November, 19 bis 21.15 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 10 €

**29962** **NEU** Seminar

**Clickertraining für Einsteiger/innen**

Ob in Büchern oder im Fernsehen, man hört immer öfter davon, dass das Clickertraining ideal geeignet ist um Tieren etwas Neues beizubringen und sie geistig zu beschäftigen. Doch wie beginnt man eigentlich damit? Dieser Abend soll Ihnen einen gelungenen Start in diese faszinierende Trainingsmethode ermöglichen! Dieses Seminar richtet sich nicht nur an Hundehalter! Selbst Katzen, Nagetiere oder Pferde sind vom Clickertraining zu begeistern!

**Veronika Piel**

Donnerstag, 10. Dezember, 19 bis 21.15 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 10 €

## Gesundheit



**Dr. Renate Strauch**  
Tel. 9942 10



E-Mail: Renate.Strauch@marl.de

## Alternative Heilweisen/ Entspannung/Yoga

### Meine Morgengymnastik:

Ich stehe mit dem richtigen Fuß auf, öffne das Fenster meiner Seele, verbeuge mich vor allem was lebt, wende mein Gesicht der Sonne entgegen, springe ein paar Mal über meinen Schatten und lache mich gesund!

31101

Kurs

### Autogenes Training

Autogenes Training ist eine Insel der Ruhe und eine Quelle der Kraft im hektischen, fordernden Alltag. Es bringt Körper und Geist in Einklang, baut Stress ab und führt zu Gesundheit und Lebensfreude. Durch Autogenes Training wird Ihnen die Fähigkeit vermittelt, sich in Stresssituationen gezielt zu entspannen und Ihre innere Ruhe wieder zu finden.

Bitte bequeme Kleidung, Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

**Silvia Weidemann**

10x dienstags, 19 bis 20.30 Uhr, ab 1. September · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 15 Teiln. · 38 €

31105

NEU

Seminar

### Entspannen mit Klangschalen - Klangmassage

Was sind Klangschalen? Wie werden sie in der Klangmassage angewendet? Was ist Klangmassage? Diese und andere Fragen stehen im Mittelpunkt dieses Wohlfühl-Nachmittags. Dabei werden verschiedene Klangschalen und -massagen vorgestellt und paarweise angewendet.

Deshalb gerne in Paaren (PartnerIn, FreundIn etc.) anmelden. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung, Decke, warme Socken, Kissen und ein Getränk mitbringen.

**Astrid Wollenweber**

Sonntag, 8. November, 14 bis 17.30 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 10 €

31106

NEU

Seminar

### Entspannen mit Klangschalen - Durch Bewegung zur Ruhe kommen

Ein Nachmittag zum Wohlfühlen: Die einfachen, weichen und fließenden Bewegungen des „Gui Yuan Gong“ (Qi Gong) ermöglichen eine leicht zugängliche und intensive Entspannung. Abgerundet wird dieser Nachmittag mit der drei Linien Entspannung aus dem Stillen Qi Gong in Begleitung von Klangschalen.

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung, Decke, warme Socken, Kissen und ein Getränk mitbringen.

**Astrid Wollenweber**

Sonntag, 13. September, 14 bis 17.30 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 10 €

31150

NEU

Seminar

### Qi Gong am Vormittag (Schnupperseminar)

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) hat das Ziel, die eigene Gesundheit so lange wie möglich aufrecht zu erhalten. Qi Gong ist eine von vielen Wegen, dieses Ziel zu unterstützen. Mit seiner Hilfe können Sie Ihr inneres Gleichgewicht stärken und harmonisieren sowie Konzentration und Gelassenheit aufbauen. Sie lernen das „Gui Yuan Gong“ kennen, abgerundet mit der 3 Linien Entspannung aus dem Stillen Qi Gong. Nach den Herbstferien findet dazu ein Kurs statt.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bequeme Kleidung, Kissen, Decke und warme Socken mitbringen.

**Astrid Wollenweber**

Mittwoch, 7. Oktober, 10 bis 11.30 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 7,50 €

31151

NEU

Kurs

### Qi Gong am Vormittag

In diesem Kurs wird das „Gui Yuan Gong“ - ein allgemein-medizinisches Qi Gong - vorgestellt. 12 verschiedene Bewegungen fördern die innere Ruhe und stärken das innere Gleichgewicht. Abgerundet wird jeder Vormittag mit der 3 Linien Entspannung aus dem Stillen Qi Gong. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bequeme Kleidung, Kissen, Decke und warme Socken mitbringen.

**Astrid Wollenweber**

8x mittwochs, 9 bis 10 Uhr, ab 28. Oktober · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 20 €

### Qi Gong mit Meister Wang

Qi ist Lebensenergie und Energie des Universums. Wir entnehmen sie der Natur und werden von ihr durchströmt. Qi verläuft als Lebensenergie in Meridianen (Leitbahnen), die alle lebenswichtigen Organe unseres Körpers versorgen. Qi Gong-Übungen dienen der eigenen Lebensenergie und stellen den aktiven Teil der chinesischen Heilkunst dar. Die Übungen fördern die Gesunderhaltung, stärken Geist und Körper, beugen vor, werden aber auch bei Erkrankungen angewendet. Im Westen findet Qi Gong immer größere Verbreitung. Die verschiedenen Stile und Schulen sollten nur von einem erfahrenen Lehrer unterrichtet werden.

**Meister Yingxian Wang**

31155

Seminar

### Qi Gong am Samstag

Samstag, 14. November, 10 bis 14 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 17 Teiln. · 24 €

31156

Kurs

13x freitags, 16.30 bis 17.30 Uhr, ab 4. September · Insel; 1. Etage; Raum 134 · 17 Teiln. · 53 €

## insel-Stadtbibliothek

### insel-Jugendbibliothek im Türmchen

#### ...ein Bücherhaus für Kinder und Jugendliche

Eduard-Weitsch-Weg 13  
- hinter dem Rathaus  
Telefon 99 42 79 • Fax 99 42 78  
E-Mail: Jugendbibliothek@Marl.de

#### Öffnungszeiten:

Mo., Di., Mi., Fr. 14.00 - 17.00 Uhr  
Do. 14.00 - 18.00 Uhr  
Sa. 10.00 - 13.00 Uhr

#### In den Ferien:

Mo.-Fr. 10.00 - 13.00 Uhr  
samstags geschlossen

#### Das Medienangebot:

Mehr als 30.000 Medien,  
Bücher, Kassetten und CDs,  
Zeitschriften, Klassensätze  
und Medienkisten, Videos  
und CD-ROMs.

Das Entleihen von Büchern und  
Kassetten und CDs ist für Leser  
unter 18 Jahren kostenlos.



#### Das Veranstaltungsangebot:

Termine und Anfangszeiten der  
Veranstaltungen erfahren Sie im  
insel-Türmchen, in der Tagespres-  
se oder unter [www.marl.de/tuermchen](http://www.marl.de/tuermchen)

■ dienstags, 15 Uhr:  
Vorlesestunde für Grundschüler  
(ab 7 Jahre) Bitte Voranmeldung

■ mittwochs, 16 Uhr:  
Bücherrunde für Kinder  
(ab 10 Jahre)

■ Einmal im Monat - der Don-  
nerstagabend im Insel-Türmchen.  
Leseabende zu aktuellen Themen  
und Autoren. Entweder ab 17  
Uhr für Jugendl. („Lesetea“) oder  
ab 19 Uhr für die ganze Familie

■ freitags, 10.00 Uhr:  
Bilderbuchtreff (ab 2 Jahre)

■ freitags, 15.00 Uhr:  
Bilderbuchtreff (ab 4 Jahre)

■ Nach Terminabsprache:  
Klassenführungen (vormittags),  
Gruppenführungen (nachmittags,  
im Rahmen der OGGT)

### die insel-Stadtbibliothek im Marler Stern

#### Unsere Anschrift:

insel-Stadtbibliothek  
Bergstraße 230, Marler Stern,  
45768 Marl  
Telefon: 02365-994200  
E-Mail: [stadtbibliothek@marl.de](mailto:stadtbibliothek@marl.de)  
Online-Katalog:  
[www.bibliotheken-im-kreisre.de](http://www.bibliotheken-im-kreisre.de)

#### Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag:  
10.00 - 18.00 Uhr  
Samstag: 10.00 - 13.00 Uhr  
Montag: geschlossen

#### Das Medienangebot:

Mehr als 50000 Sach- und Fachbü-  
cher zu allen Lebensbereichen und  
Wissensgebieten; Romane, Hörbü-  
cher, Klassik- und Rock/Pop-CDs,  
DVDs, Zeitschriften und  
Tageszeitungen

#### Weitere Angebote:

Fünf kostenlos nutzbare Internet-Ar-  
beitsplätze für Bibliotheksbenutzer.  
Vier Auskunfts-PCs (OPAC) zur Be-  
standrecherche.

#### Online-Katalog:

Internet-Recherche im  
„Online-Katalog“  
Web-OPAC der Stadtbibliothek:  
■ Recherche nach einem Titel oder  
Thema  
■ Einsicht ins eigene Leserkonto  
■ Medienverlängerung  
■ Vormerkung entliehener Medien  
(gebührenpflichtig)  
■ Tipps zur Recherche im Hilfetext

#### Die Digitale Bibliothek (DigiBib):

Schnelle und kompetente Antworten  
auf alle Fragen nach Büchern, Auf-  
sätzen, Gesetzen...  
Zugriff auf regionale und überregio-  
nale Bibliothekskataloge und Daten-  
banken über die Internet-Seite  
[www.kreisbib-RE.de](http://www.kreisbib-RE.de).

#### „E-Ausleihe - Zehn im Vest“

Neues online-Angebot aller Biblio-  
theken im Kreis RE: Ausleihe digitaler  
Medien (e-Books, e-Paper,  
e-Videos, e-Audios) in elektronischer  
Form, Ausleihe rund um die Uhr an  
jedem Tag des Jahres.  
Ausleihfrist max. 7 Tage, automati-  
sches Fristende, es entstehen keine  
Kosten.  
Zugangsnummer und Passwort iden-  
tisch mit dem Bibliotheksausweis.  
Schnuppermitgliedschaft möglich.  
Informationen und Ausleihe:  
[www.bibliothek-digital.de/kreisre](http://www.bibliothek-digital.de/kreisre)

Klassenführungen und Gruppenfüh-  
rungen  
nach vorheriger Terminabsprache

Hinweise auf Lesungen und an-  
dere  
Veranstaltungen in der Bibliothek  
entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

SAMSTAG, 10. OKTOBER 2009:

40 Jahre

insel-Türmchen

Buntes Programm im und am  
Türmchen (Lesegarten)

Werden Sie Mitglied im Freundeskreis der Jugendbücherei! (Weitere Infos im insel-Türmchen)

31160

NEU

Kurs

**Tai Chi Quan in 8 Schritten**

Langsame, fließende und weiche Bewegungen kennzeichnen diese chinesische Entspannungsmethode. Ursprünglich aus der Kampfkunst abgeleitet, wird sie heute nur noch meditativ ausgeführt. Tai Chi Quan trainiert Körper und Geist und fördert Gleichgewicht, Koordination und Konzentration. Regelmäßig praktiziert unterstützt es innere Ruhe und Gelassenheit. Dieser Kurs ist zum Einstieg in diese Methode bestens geeignet. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bequeme Kleidung u. flache Schuhe tragen.

**Astrid Wollenweber**

12x dienstags, 18.30 bis 19.30 Uhr, ab 1. September · in-sel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 30 €

31161

NEU

Kurs

**Tai Chi Quan für Fortgeschrittene**

Der Kurs dient der Vertiefung der 24er Peking-Form: Alle Bewegungen werden intensiv wiederholt und verfeinert, damit sich der Ablauf der gesamten Form besser einprägt. Vorkenntnisse in der 24er Peking-Form erforderlich.

Bitte bequeme Kleidung u. flache Schuhe tragen.

**Astrid Wollenweber**

12x dienstags, 19.45 bis 21.15 Uhr, ab 1. September · in-sel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 45,50 €

**Tai Chi Quan mit Meister Wang**

Tai Chi ist eine jahrhundertealte chinesische Sportart, die zu den sog. weichen oder inneren Stilen zählt. Diese Bewegungsmeditation stärkt den Körper, hilft Krankheiten zu heilen und fördert ein langes, gesundes Leben. Bei regelmäßiger Übung wird man – wie die Chinesen sagen – „geschmeidig wie ein Kind, stark wie ein Holzfäller und gelassen wie ein Weiser.“ Tai Chi ist für jung und alt geeignet.

**Meister Yingxian Wang**

31165

Seminar

**Tai Chi Quan am Wochenende**

Samstag, 26. September, und Sonntag, 27. September, jeweils 9.30 Uhr bis 13.30 Uhr · in-sel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 17 Teiln. · 48 €

31166

Kurs

**Tai Chi Quan für Anfänger/innen**

13x freitags, 17.30 bis 19 Uhr, ab 4. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 141 · 17 Teiln. · 66 €

31167

Kurs

**Tai Chi Quan für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen**

13x freitags, 19.15 bis 20.45 Uhr, ab 4. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 141 · 17 Teiln. · 66 €

32101

Seminar

**Yoga zum Kennenlernen**

Zeit für mich

Mit der ältesten Philosophie des Yoga und des Ayurveda zum Ursprung (Quelle) in mir und mit mir auf Entdeckungsreise gehen. Den Weg in meine Mitte finden. Die Oase der Ruhe in mir erleben. In einer klassischen Yogastunde können Sie die Ganzheitlichkeit und Vielfalt des Yoga erfahren. Danach werden einzelne Aspekte herausgenommen und gezielt geübt, z. B. den Atem bewusst erleben und frei gewordene Energien dorthin schicken, wo es Mangel gibt. Die Wirbelsäule als Mittelachse und die Bedeutung und Funktion der einzelnen Wirbelkörper bewusst erleben. Durch die Aufrichtung mich selbst von den Füßen bis zum Scheitel im Lot erfahren. Eine sanfte ayurvedische Massage am Schluss rundet das Seminar ab und sorgt für eine optimale Entspannung.

Bitte lockere Kleidung, Wolldecke, Handtuch, etwas zu trinken und evtl. einen kleinen Imbiss mitbringen.

**Helga Höna**

Samstag, 22. August, 10 bis 14.30 Uhr · in-sel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 18 Teiln. · 15 €

32110

Seminar

**Yoga in der freien Natur**

Nach ersten positiven Erfahrungen wollen wir weitermachen, in dieser Form Yoga zu praktizieren und ganzheitlich zu erleben. Yoga hat seine Gültigkeit als Lebens- und Bewegungskonzept seit tausenden von Jahren erhalten. Gerade in der freien Natur kommen wir seiner Ursprungsidee sehr nahe und können sie als Vorbild nehmen bei unserem Üben und beim Stille sein.

Unser Übungsweg ist für jede Altersgruppe geeignet, für Anfänger, für Einsteiger und Erfahrene. Je nach Wetter und Möglichkeiten der Teilnehmer werden wir entsprechende Übungen dynamisch, statisch oder im Rhythmus des Atems ausführen. Neugierig? In der in-sel gibt es ein ausführliches Infoblatt.

Weitere Termine nach Absprache

**Helga Höna**

Freitag, 11. September, 16.30 bis 19.30 Uhr · Treffpunkt: Parkplatz an der Westruper Heide · 12 Teiln. · 9,50 €

**Yoga****Haben Sie Lust auf YOGA?****Hier ist unser Kursangebot.**

32120

Kurs

**Ursula Bittner**

14x donnerstags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 3. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 134 · 20 Teiln. · 53 €

32121

Kurs

**Gabriele Karow**

14x montags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 31. August · in-sel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 17 Teiln. · 53 €

32122

Kurs

**Gabriele Karow**

14x mittwochs, 18.15 bis 19.45 Uhr, ab 2. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 134 · 17 Teiln. · 53 €

32123

Kurs

**Helga Höna**

11x dienstags, 10.30 bis 12 Uhr, ab 1. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 134 · 18 Teiln. · 41,50 €

32124

Kurs

**Gabriele Karow**

14x mittwochs, 20 bis 21.30 Uhr, ab 2. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 134 · 17 Teiln. · 53 €

32125

Kurs

**Ursula Bittner**

14x donnerstags, 11 bis 12.30 Uhr, ab 3. September · in-sel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 20 Teiln. · 53 €

32126

Kurs

**Gabriele Karow**

14x mittwochs, 9 bis 10.30 Uhr, ab 2. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 134 · 18 Teiln. · 53 €

32127

Kurs

**Gabriele Karow**

14x dienstags, 16.30 bis 18 Uhr, ab 1. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 134 · 17 Teiln. · 53 €

32128

Kurs

**Gabriele Karow**

14x dienstags, 18.15 bis 19.45 Uhr, ab 1. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 134 · 17 Teiln. · 53 €

**Gymnastik/Bewegung**

Die Kurse der in-sel-VHS verfolgen das Ziel, die Freizeit kreativ und eigenverantwortlich zu gestalten, Verhalten zu ändern: Abkehr von einer passiven, konsumorientierten zu einer aktiven, kreativen Freizeitgestaltung und damit einer positiven Auswirkung auf andere Lebensbereiche. Darüber hinaus sind die in-sel-VHS-Angebote ein Neubeginnen, ein erster Kontakt mit verschiedenen sportlichen Möglichkeiten. Sie können zum Sport hinführen.

33101

Kurs

**Beckenbodentraining für Frauen**

Kein Tabuthema!

Werden Sie selbst aktiv und lernen Sie etwas über Aufbau und Funktion des Beckenbodens. Im Kurs wird der ganze Körper beansprucht. Zuerst lernen Sie die Beckenbodenmuskeln wahrzunehmen, zu kräftigen und zu entspannen. Danach werden diese Erfahrungen mit einer gezielten Haltungsschulung plus Ganzkörpertraining verbunden. Bitte bequeme Kleidung, Handtuch, Turnschuhe und warme Socken mitbringen.

**Sigrid Pietzuch**

6x mittwochs, 17.30 bis 18.30 Uhr, ab 2. Sept. · in-sel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 14 Teiln. · 15 €

33105

Kurs

**Core-Training**

Super Figur – Starker Rücken

Das neue Fitness-Programm, das die Muskeln kräftigt, eine tolle Figur macht und den Rücken stärkt. Die tief liegenden Muskeln werden trainiert, vor allem die Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur. Der Bauch wird flacher, die Taille schlanker und die Wirbelsäule gestärkt.

Stretching- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.

**Marion Ferdinand**

14x dienstags, 18.30 bis 19.30 Uhr, ab 1. September · in-sel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 18 Teiln. · 35,50 €

33201

Kurs

**Wirbelsäulengymnastik**

Funktionelles Training zur besseren Beweglichkeit der Wirbelsäule sowie Kräftigung des muskulären Haltungsapparates.

Die gymnastischen Übungen helfen bei Rückenschmerzen, die durch mangelnde Aktivität oder falsche Körperhaltung im gesamten Bereich der Wirbelsäule auftreten können.

**Vera Schattner**

14x donnerstags, 17 bis 18 Uhr, ab 3. September · in-sel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 35,50 €





**33202** Kurs

### Den Rücken stärken

#### Wirbelsäulengymnastik für Männer

Durch Bewegungsmangel sowie ständige Fehl- und Überbelastung in Beruf und Freizeit kommt es bei vielen Menschen zu den unterschiedlichsten Rückenbeschwerden. Muskelkräftigende Übungen der Bauch- und Rückenmuskulatur sowie Dehnungs- und Entspannungsübungen besonders für den Schultergürtelbereich halten die Wirbelsäule beweglich und beugen Haltungsschäden vor.

**Vera Schattner**

14x donnerstags, 18.15 bis 19.15 Uhr, ab 3. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 35,50 €

**33203** Kurs

#### Wirbelsäulengymnastik für Sie und Ihn

Für rückengeplagte Menschen, die auch etwas für die allgemeine Fitness tun möchten:

1. Nach dem Warm up - Ausdauertraining (z. B. Aerobic)
2. Kräftigung der einzelnen Muskelpartien (im Stand und auf der Matte)
3. Gezielte Dehnung nach dem Kräftigen
4. Entspannung (auch Igelballmassage) für das anschließende Wohlbefinden runden das Programm ab.

Bitte Handtuch, wärmende Kleidung für die Entspannung mitbringen.

**Gabriele Koschollec**

14x mittwochs, 18 bis 19.30 Uhr, ab 2. September · Grundschule Sickingmühle · 20 Teiln. · 53 €

**33210** Kurs

#### Rücken-Aerobic

Rücken-Aerobic macht den Rücken fit, schont ihn aber gleichzeitig. Das Ganzkörpertraining zur Musik dient der aktiven Prävention für einen gesunden, belastbaren Körper und schult Ausdauer, Kraft und Rhythmus.

**Sylvia Ulbrich**

14x freitags, 9 bis 10 Uhr, ab 4. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 20 Teiln. · 35,50 €

#### Schritt für Schritt zum Wunschgewicht Bewegung für pfundige Frauen

Regelmäßig durchgeführtes Ausdauertraining aktiviert den Fettstoffwechsel, kann Bluthochdruck normalisieren, hat eine regulierende Wirkung auf den Insulin-Haushalt und beugt Gefäßerkrankungen und Gelenkverschleiß vor. Das Programm beinhaltet aber auch Kräftigungsübungen besonders für den Bauch und oberen Rücken, um z.B. ein Hohlkreuz oder einen Rundrücken zu vermeiden. Eine dauerhafte Gewichtsreduzierung wird durch zusätzliche Ernährungsumstellung erreicht.

**33301** Kurs

**Vera Schattner**

14x dienstags, 17.15 bis 18.15 Uhr, ab 1. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 35,50 €

**33302** Kurs

Der Kurs ist besonders für Anfängerinnen geeignet.

**Manuela Kaluzny**

14x mittwochs, 10.15 bis 11.15 Uhr, ab 2. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 35,50 €

#### Rückenfit mit ausgewählten Pilatesübungen

Das anerkannte Konzept „Rückenfit“ wird durch gesundheitsfördernde Pilatesübungen ergänzt. Leistungsdruck im Alltag und Beruf verursacht häufig Verspannungen der Nacken- und Rückenmuskulatur. Mit sanften, aber intensiven Bewegungen sprechen wir gezielt die Haltung stabilisierende Tiefenmuskulatur an. Ein Stück Selbstverantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen und nach wenigen Kursstunden die wohltuende Wirkung spüren.

**Inge Zimmermann**

**33401** Kurs

14x donnerstags, 8.45 bis 9.30 Uhr, ab 3. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 15 Teiln. · 26,50 €

**33402** Kurs

#### Rückenfit nur für Frauen

14x donnerstags, 9.45 bis 10.45 Uhr, ab 3. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 15 Teiln. · 35,50 €

**33501** Kurs

#### Fit mit Fun - Fitnesstraining auf die sanfte Tour für Frauen

Aus den Bereichen Problemzonengymnastik, Pilates, Wirbelsäulen- und Beckenbodengymnastik, Stretching und Entspannung erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm. Die Übungen werden auf sanfte Art Gelenk schonend und dennoch effektiv ausgeführt. Sie bekommen ein positives Körperbewusstsein und verbessern Ihre körperliche Leistungsfähigkeit.

**Vera Schattner**

14x montags, 18.30 bis 19.30 Uhr, ab 31. August · die in-sel; 1. Etage; Raum 134 · 14 Teiln. · 35,50 €

#### Body-Styling, Bodyformer, Fatburner & Co

Ganzkörperfitness mit und ohne Gewichtsmanschetten mit Körper kräftigenden Übungen (Bodyshaping, Bodyformer) zu schwungvoller Musik. Die Muskeln an Bauch, Beinen, Po und Armen/Oberkörper werden straffer, die Figur bekommt eine schönere Kontur, die Kondition wird verbessert. Durch Übungen im mittleren Pulsbereich wird für eine optimale Fettverbrennung (Fatburner) gesorgt.

Für alle, die Lust auf Power-Fitness haben.

**Sabine Spermann**

**33502** Kurs

15x montags, 18.30 bis 19.15 Uhr, ab 24. August · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 20 Teiln. · 28,50 €

**33503** Kurs

15x montags, 19.30 bis 20.15 Uhr, ab 24. August · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 20 Teiln. · 28,50 €

#### Tanzaerobic macht Spaß!

Tanzaerobic fördert die Fettverbrennung und aktiviert den Stoffwechsel. Die rhythmischen Tanzbewegungen zur Musik helfen Ihnen die Ausdauer zu verbessern und trainieren gleichzeitig den Rücken, Bauch, Beine und Po.

**Nathalie Ernst**

**33510** Kurs

13x montags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 31. August · die in-sel; 1. Etage; Raum 141 · 20 Teiln. · 49 €

**33511** Kurs

14x donnerstags, 17.45 bis 19.15 Uhr, ab 3. September · die in-sel; 1. Etage; Raum 141 · 20 Teiln. · 53 €

**33520** Kurs

#### Body-Fitness: Fitness-Figur-Gesundheit

Lassen Sie den Alltag hinter sich und tun Sie was für sich. Ein einfacher Aerobicteil bringt den Kreislauf und Stoffwechsel in Schwung. Ausgewählte Übungen für Rücken, Bauch, Beine und Po (Ganzkörpertraining) stehen im Mittelpunkt des Kurses. Entspannungs- und Dehnungsübungen runden das Programm ab. Bitte Theraband mitbringen.

**Marion Ferdinand**

14x donnerstags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 3. September · Käthe-Kollwitz-Schule · 20 Teiln. · 53 €

**33521** **NEU** Kurs

#### Body-Fitness für Frauen

Ein gezieltes Aufbautraining der Muskulatur verbessert die Haltung und das Bewusstsein für den eigenen Körper. Nach einer aerobischen Aufwärmphase mit leichten Schrittkombinationen folgen gezielte Übungen, mit denen die Problemzonen intensiv bearbeitet werden. Dehnungs- und Entspannungsübungen zum Schluss machen den Erfolg spürbar.

**Sarah Schattner**

14x mittwochs, 20 bis 21 Uhr, ab 2. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 20 Teiln. · 35,50 €

#### Bauch, Beine, Po (BBP intensiv)

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die ihre Figur „in Form“ bringen oder halten wollen. Nach flotter Musik werden die Muskeln an BBP bearbeitet. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.

**33530** Kurs

**Marion Ferdinand**

14x dienstags, 10 bis 11 Uhr, ab 1. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 18 Teiln. · 35,50 €

**33531** **NEU** Kurs

**Manuela Kaluzny**

14x freitags, 17 bis 18 Uhr, ab 4. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 18 Teiln. · 35,50 €

**33532** **NEU** Kurs

**Manuela Kaluzny**

14x freitags, 18.15 bis 19.15 Uhr, ab 4. September · in-sel Zwgst. HülS; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 18 Teiln. · 35,50 €

## Behandlungszentrum Knappschafts Krankenhaus Recklinghausen

Telefon 02361 / 56-0

Anästhesie und operative Intensivmedizin / TOP-Zentrum  
Chefarzt Prof. Dr. med. Hans-Georg Bone

Allgemein- und Viszeralchirurgie  
Chefarzt Prof. Dr. med. Martin Büsing

Dermatologie  
Oberärztin Dr. med. Dipl.-Chemikerin Ursula Materna (kommissarische Leitung)

Gynäkologie und Geburtshilfe  
Chefarztin Dr. med. Ursula Frangenberg

Innere Medizin  
Chefarzt Prof. Dr. med. Dipl.-Physiker Ulrich Loos

Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie - Plast. Operationen  
Chefarzt Prof. Dr. med. Dr. med. dent. Harald Eufinger

Neurochirurgie  
Chefarzt PD Dr. med. Maximilian Puchner

Neurologie und klinische Neurophysiologie  
Chefarzt Prof. Dr. med. Helmut Buchner

Radioonkologie und Strahlentherapie  
Chefarzt Dr. med. Heinz-Georg Wehmeyer

Radiologie, Neuroradiologie und Nuklearmedizin  
Chefarzt PD Dr. med. Werner Weber  
(auch in der Paracelsus-Klinik Marl)



MEHR ALS DIE SUMME...

# Klinikum Vest

## Behandlungszentrum Paracelsus-Klinik Marl

Telefon 02365 / 90-0

Anästhesie und operative Intensivmedizin  
Chefarzt Prof. Dr. med. Holger Holthusen

Gefäßchirurgie  
Chefarzt Dr. med. Hans Gerhard Schindler

Gynäkologie und Geburtshilfe  
Chefarzt Dr. med. Josef Herbst

Innere Medizin  
Chefarzt PD Dr. med. Markus Reiser

Orthopädie  
Chefarzt Dr. med. Lars-Christoph Linke

Radiologie, Neuroradiologie und Nuklearmedizin  
Chefarzt PD Dr. med. Werner Weber  
(auch im Knappschafts Krankenhaus Recklinghausen)

Unfallchirurgie  
Chefarzt PD Dr. med Thomas Gausepohl



### Wir bieten Ihnen:

- 16 Fachabteilungen
- rund 200 Ärzte  
und 1.000 medizinische Mitarbeiter  
und Mitarbeiterinnen
- höchstes technisches Niveau
- ... und jede Menge Herz

### Überzeugen Sie sich selbst.

Mehr Informationen erhalten Sie über:

[www.klinikum-vest.de](http://www.klinikum-vest.de)

**Bodystyling/Bodyshaping**

Kräftigungsgymnastik nach Musik mit Gewichtsmantelchen bzw. Therabändern zur Erhöhung der Kondition und Fitness. Bodyshaping bedeutet figurorientierte Kräftigungs- und Dehnungsübungen zur Straffung der Problemzonen (Arme, Bauch, Beine, Po).

Für alle, die sich nicht vor Anstrengung scheuen.

**Gaby Ebbing**

**33540**

**NEU** Kurs

14x montags, 16 bis 17 Uhr, ab 31. August · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 22 Teiln. · 35,50 €

**33541**

Kurs

14x montags, 17.15 bis 18.15 Uhr, ab 31. August · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 22 Teiln. · 35,50 €

**33550**

Kurs

**Aus freien Stücken ...und nicht nur für einen starken Rücken**

Ein Ganzkörpertraining für Frauen

Nach flotter Musik erhöhen Sie Ihre Fitness durch abwechslungsreiche Ausdauer-, Kräftigungs-, und Beweglichkeitsübungen. Dehnung, Entspannung, Beckenbodengymnastik und Vertiefung der Körperwahrnehmung bilden weitere Schwerpunkte und sorgen für Ihr Wohlbefinden. Fitnesstraining, das Spaß macht!

**Sigrid Pietzuch**

14x mittwochs, 18.45 bis 19.45 Uhr, ab 2. September · Insel Zwgst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 18 Teiln. · 35,50 €

**33601**

Kurs

**Kara-T-Robics**

Kara-T-Robics ist ein vielseitiges aerobes Trainingssystem, das Elemente aus Karate und Aerobic verbindet. Der athletische Charakter und der Ganzkörpermuskelaufbau spricht Männer und Frauen gleichermaßen an. Viele finden in den Bewegungsabläufen eine ansprechende Alternative zu herkömmlichen Fitnessangeboten. Um den Muskelaufbau gezielt zu trainieren wird individuell mit dem Gymnastikband (Theraband) gearbeitet.

Jeder kann an Kara-T-Robics teilnehmen! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte Sportkleidung, Handtuch und Getränke mitbringen.

**Udo Jung, Deutscher Meister in Karate**

14x freitags, 18 bis 19 Uhr, ab 4. September · Hans-Böckler-Kollegschule Abt. Kampstr. · 15 Teiln. · 35,50 €

**33605**

Kurs

**Kara-T-Robics für Fortgeschrittene**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die einige Grundkenntnisse in Kara-T-Robics oder Aerobic haben. Kara-T-Robics benutzt dynamische „Low Impact-Bewegungen“, die sicher und für jeden nachvollziehbar sind und viel Spaß machen. Kraft, Flexibilität, Koordination sowie das Herz-Kreislaufsystem werden trainiert. Selbstverteidigungstechniken werden auf Wunsch ebenfalls vermittelt. Bitte Sportkleidung, Handtuch und Getränke mitbringen.

**Udo Jung, Deutscher Meister in Karate**

14x freitags, 19 bis 20 Uhr, ab 4. September · Hans-Böckler-Kollegschule Abt. Kampstr. · 15 Teiln. · 35,50 €

**33610**

Kurs

**Allgemeines Fitnesstraining**

für Männer

Übungen für ein umfassendes Beweglichkeits- und Krafttraining, das nicht nur bestimmte Körperteile, sondern den ganzen Körper ansprechen soll, mit dem Ziel der Steigerung von Beweglichkeit, Kraft und Kondition. Ein spezieller Kurs für Männer, die zu einer regelmäßigen und intensiven Betätigung der wichtigsten Körpermuskeln bereit sind.

**Ludger Oenning**

14x montags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 31. August · Hermann-Claudius-Schule, Turnhalle · 20 Teiln. · 53 €

**33611**

Kurs

**Fitness – aber richtig**

Ein differenziertes Übungsangebot zur Steigerung der Fitness, Kräftigung, Dehnung, Konditionsschulung und spielerische Formen stehen im Mittelpunkt des Kurses. Für alle, die gerne „etwas kerniger“ werden wollen! Anstrengungsbereitschaft bitte mitbringen.

**Gabi Wesselbaum**

14x dienstags, 20 bis 21.30 Uhr, ab 1. September · Goetheschule, Turnhalle · 20 Teiln. · 53 €

**33612**

Kurs

**Funktionsgymnastik mit Ball – für Männer**

In dieser Kleingruppe sollen Übungen motorische, konditionelle und koordinative Fähigkeiten fördern und verbessern. „Neben“-Produkte sind eine bessere Fitness und „Wellness“.

**Klaus Mohr**

16x mittwochs, 20 bis 21.30 Uhr, ab 19. August · Pestalozzischule Turnhalle · 8 Teiln. · 60,50 €

**Wassergymnastik nach Musik**

Bei sportlichen 28 Grad arbeiten wir uns im Wasser warm, flotte Musik hilft uns dabei. Im Vordergrund stehen deshalb Ausdauer und Kraftverbesserung. Die Wassertiefe beträgt ca. 1,50 m. Inkl. 16,50 € Nutzungsgebühr Lehrschwimmbekken, keine Ermäßigung.

**Udo Jung**

**33701**

Kurs

14x dienstags, 20 bis 20.45 Uhr, ab 1. September · Goetheschule; Lehrschwimmbekken · 12 Teiln. · 43 €

**33702**

Kurs

14x dienstags, 20.45 bis 21.30 Uhr, ab 1. September · Goetheschule; Lehrschwimmbekken · 12 Teiln. · 43 €

**Aqua-Fitness**

Der Kurs bietet Ihnen ein abwechslungsreiches Ausdauerprogramm – mit und ohne Geräte – als gesundheitsförderndes Herz-Kreislauf-Training. Rücken und Gelenke werden im Wasser optimal geschont und die gesamte Muskulatur gekräftigt. Unter Einsatz von gymnastischen, spielerischen und tänzerischen Elementen wird der Wasserwiderstand ausgenutzt, dabei kommen Freude und Spaß an der Bewegung nicht zu kurz! Dehnen und entspannen Sie die Muskulatur und nehmen Sie das wohlige Gefühl mit nach Hause! Die Wassertiefe ist aufgrund des Hubbodens variierbar, maximal 1,80 m tief. Inkl. 21,50 € Nutzungsgebühr Lehrschwimmbekken, keine Ermäßigung.

**33710**

Kurs

**Diana Sommer-David**

14x dienstags, 20.30 bis 21.30 Uhr, ab 1. September · Glück-auf-Schule, Lehrschwimmbekken · 17 Teiln. · 57 €

**33711**

Kurs

**Ilona Zimmol**

14x freitags, 20.30 bis 21.30 Uhr, ab 4. September · Glück-auf-Schule, Lehrschwimmbekken · 20 Teiln. · 57 €

**Fit durch Wassergymnastik**

Spaß an der Bewegung ist wichtiger als Leistung.

Aufgrund seiner natürlichen Eigenschaften ist Wasser ein hervorragendes therapeutisches Mittel. Widerstand, Druck, Auftrieb und Temperatur des Wassers sind die wichtigsten Faktoren für eine gesunde Wassergymnastik, die positiv auf Ihre Seele und den Körper mit seinen Bewegungen wirkt. Es fördert Bewegung, Muskeltraining, Gelenkentlastung, Bewegungsmaßverweigerung, Kreislauftraining, Stärkung der Abwehrkräfte, Ausdauer, Atmungsstimulierung und bewirkt gleichzeitig eine Hautmassage und Entspannung, besonders bei wohligen 32° Wassertemperatur.

Inkl. Nutzungsgebühr Schwimmbekken, keine Ermäßigung. Kooperation mit der Paracelsus-Klinik

**33720**

Kurs

**Manuela Kaluzny**

14x donnerstags, 10 bis 10.45 Uhr, ab 3. September · 12 Teiln. · 43 €

**33721**

Kurs

**Udo Jung**

14x donnerstags, 11 bis 11.45 Uhr, ab 3. September · 12 Teiln. · 43 €

**33722**

Kurs

**Udo Jung**

14x donnerstags, 12 bis 12.45 Uhr, ab 3. September · 12 Teiln. · 43 €

**33723**

Kurs

**Manuela Kaluzny**

11x samstags, 13.30 bis 14.15 Uhr, ab 5. September · 12 Teiln. · 34 €

**33724**

Kurs

**Manuela Kaluzny**

11x samstags, 14.30 bis 15.15 Uhr, ab 5. September · 12 Teiln. · 34 €



**33725**

Kurs

**Christian Tarara**

14x freitags, 18 bis 18.45 Uhr, ab 4. September · 12 Teiln. · 43 €

**33726**

Kurs

**Christian Tarara**

14x freitags, 19 bis 19.45 Uhr, ab 4. September · 12 Teiln. · 43 €

**Gesundheit allgemein****Klassische Homöopathie**

Die Heilmethode des deutschen Apothekers und Arztes Dr. Samuel Hahnemann hat seit über 200 Jahren immer mehr Anhänger gefunden. In Deutschland dürfen Ärzte und Heilpraktiker diese Methode berufsmäßig ausüben.

**34101**

**NEU** Seminar

**Was kann die Homöopathie bei Tinnitus und Morbus Menière erreichen?**

Unter Tinnitus werden Geräusche verstanden, die der Mensch wahrnimmt, ohne dass eine äußere Geräuschquelle dafür in Frage kommt. Morbus Menière ist eine Erkrankung des Innenohrs, die mit Schwindel, Erbrechen, Tinnitus und zunehmender Schwerhörigkeit einhergehen kann. Für beide Erkrankungen hat die Schulmedizin keine ausreichend wirksame Behandlung. Wie die Homöopathie begleitend helfen kann, wird an diesem Abend beleuchtet. Eine Anmeldung ist nötig!

**Marion Müller, Heilpraktikerin**

Dienstag, 1. September, 19.30 bis 21.45 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 50 Teiln. · 8 €

**34102**

**NEU** Seminar

**Homöopathische Behandlung bei rheumatischen Erkrankungen**

Unter dem Begriff Rheuma werden sehr unterschiedliche Beschwerdebilder zusammengefasst. Oft sind die Ursachen nicht zu finden und eine Heilung nicht möglich. Neben der schulmedizinischen Behandlung können homöopathische Arzneimittel helfen, die Schmerzen sanft und ohne schädliche Nebenwirkungen zu reduzieren. Aber wie findet man das richtige homöopathische Mittel und in welchen Fällen kann man sich selbst mit diesen Mitteln helfen? An diesem Abend werden Fragen zur Homöopathie allgemein und zur Frage einer möglichen Selbstbehandlung angesprochen. Eine Anmeldung ist nötig!

**Marion Müller, Heilpraktikerin**

Dienstag, 22. September, 19.30 bis 21.45 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 50 Teiln. · 8 €

34110

NEU

Seminar

### Progressive Muskelrelaxation (Tiefenmuskelentspannung) nach Jacobson

Schnuppernachmittag

Edmund Jacobson hat dieses Entspannungsverfahren Anfang des vorigen Jahrhunderts entwickelt. Es soll durch gezielte, systematische An- und Entspannung einzelner Muskelpartien eine fortschreitende (=progressive) Muskelentspannung erreicht werden. Der Kontrast von An- und Entspannung wirkt auf das gesamte vegetative Nervensystem und das Herz-Kreislauf-System. Auch Menschen, die im autogenen Training keine Entspannung finden, können mit dieser Methode positiv auf ihre Gesundheit einwirken. Die Entspannungsmethode kann im Sitzen oder Liegen durchgeführt werden. Inkl. 1 € Kopierkosten.

Bitte bequeme, warme Kleidung und eine Decke mitbringen. Eine Anmeldung ist nötig!

**Marion Müller, Heilpraktikerin**

Samstag, 21. November, 15.30 bis 18.30 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 18 Teiln. · 9 €

34115

NEU

Seminar

### „Edelsteine gehören zum Arzneimittelschatz der Menschen“

Edelsteintherapie nach Hildegard von Bingen u.a.

Nicht nur über die Heilkraft von Kräutern und Pflanzen, sondern auch über die von Edelsteinen wusste Hildegard von Bingen, die berühmte Äbtissin und Ärztin des Mittelalters, zu berichten. Mit ihrem überdurchschnittlichen analytischen Verstand begriff sie, dass die von den Edelsteinen ausgesandten Schwingungen sich durch Boten (z. B. Wasser) oder über die Haut auf den Menschen übertragen lassen und ihre Energien an das zentrale Nervensystem weitergeben. „Sie bringen die Seele zum Klingen, sperren längst verlorene Bereiche in uns wieder auf und vermögen es, Gesundungsprozesse zu beschleunigen und positiv zu beeinflussen.“ Noch heute machen viele Heilpraktiker (z. B. R. Strebel, M. Grundmann) und Krankenschwestern gute Erfahrungen mit den Edelsteinen der Hildegard von Bingen. Die mo-

derne Steinheilkunde hat diese und weitere Edelsteine auf ihre Wirksamkeit geprüft und gute Ergebnisse erzielt. Eine Anmeldung ist nötig.

**Kornelia Dargel**

Mittwoch, 23. September, 19.30 bis 21 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 16 Teiln. · 7,50 €

34116

NEU

Seminar

### Ein Tag für mich

Entspannt und fit für den Alltag

An diesem Wochenende begeben Sie sich auf eine Reise durch die Welt der Entspannung von Körper, Geist und Seele. Teils passiv und teils aktiv lernen Sie verschiedene Möglichkeiten kennen, z.B. Fantasiereisen, einfache Massagen und Selbstmassagen, Bewegungsmenüs, Meridiangymnastik, Atemtechniken, Mudras (Finger-Yoga), Muskelentspannung, Emotionalen Stressabbau. Selbstverantwortlich können Sie danach entscheiden, was Ihnen gut tut. Wenn Sie dann zu Hause evtl. täglich 10-15 Minuten in Ihre Gesundheitsvorsorge investieren, werden Sie den Nutzen spüren.

Bitte einen kleinen Imbiss für die Pause mitbringen. Eine Anmeldung ist nötig.

**Kornelia Dargel**

Samstag, 5. September, 10.30 bis 17 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.1 Gymnastik · 16 Teiln. · 13 €

34120

NEU

Seminar

### Endlich wieder erholsam schlafen

Sie fühlen sich morgens oft unausgeschlafen und ausgelagert? Damit stehen Sie nicht allein. Umfragen zufolge schlafen 70% aller Bundesbürger eher schlecht. Schlaftabletten helfen da auch nicht wirklich weiter. Entdecken Sie neue Wege zu einem gesunden, erholsamen Schlaf! Nach dem Vortrag werden Ihre Fragen gern beantwortet. Eine Anmeldung ist nötig.

**Heinz-Theo Gremme, Heilpraktiker**

Dienstag, 17. November, 19.30 bis 21.45 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 50 Teiln. · 8 €

34125

Seminar

### Schöne Haut bis ins hohe Alter

Das Motto des Abends lautet:

Ein gepflegter Körper ist gut für die Seele!

Die Haut ist ein lebenswichtiges Organ, ihre Gesunderhaltung und unterstützende Pflege ist deshalb nicht nur eine kosmetische Aufgabe. Wir stellen uns deshalb die Frage, wie wir die Schönheit und Funktionsfähigkeit unserer Haut erhalten und dadurch unser Wohlbefinden steigern können. Wir stimmen uns auf den drei Ebenen Körper, Geist und Seele wieder richtig ein, um den inneren Gleichklang zu fördern und dies nach außen zu zeigen. Denn mit Hilfe der einzigartigen Intelligenz der Natur gelingt es, unsere natürliche Erscheinung zu verbessern und unsere positive Ausstrahlung zu intensivieren. Lassen Sie sich theoretisch und praktisch beraten. Eine Anmeldung ist nötig.

**Heike Klass, Kosmetikerin**

Donnerstag, 3. Dezember, 18.30 bis 21.30 Uhr · Insel Zwggst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 12 Teiln. · 10 €

INFO: Dr. Renate Strauch · Telefon 9942 10 · E-Mail: Renate.Strauch@marl.de



# Fit mit Fun!

## Unsere Aquakurse auf einen Blick.

**Aquacycling • Aquafit XXL • Aquajogging PP • Aqua Rückenfit • Aqua Power • Aquafit Mix**

Die Kurse bieten Trainings für Neu- und Wiedereinsteiger genauso wie für leistungsorientierte Sportler.

Ein effektives Fitnessangebot mit unterschiedlichen Schwerpunkten für Junge und Junggebliebene.

Der sanfte Weg, fit und in Form zu bleiben. **Jetzt informieren und anmelden!**

mehr>> [www.sport-paradies.de](http://www.sport-paradies.de)



**Viel Spaß!**

SPORT-PARADIES im Arenapark  
Adenauerallee 118 · 45891 Gelsenkirchen  
Tel. 0209 954-3110 · [www.sport-paradies.de](http://www.sport-paradies.de)

34127

NEU Seminar

**Verflixte Schönheit!**

Kleopatra, Nofretete, Heidi Klum und ich

Schön sein, heißt sich schön fühlen. Wenn das so einfach wäre... Wie komme ich dazu mich schön zu finden? Die Kosmetikindustrie boomt und Schönheitsoperationen sind längst nicht mehr dem Jetset vorbehalten. Der kritische Blick in den Spiegel ist tagtäglich eine heimliche Aufforderung. Deshalb beschäftigen wir uns mit dem Thema Schönheit, um eine andere, nachhaltigere Antwort auf die Frage „Bin ich schön?“ zu finden. Schönheit ist nicht zwangsläufig Jugendlichkeit, faltenfreie Haut und Modellfigur. Freuen Sie sich von der Kunst zu erfahren, sich selbst anzunehmen. Und nutzen Sie die Gelegenheit, sich nicht nur geistig und emotional mit der Schönheit auseinanderzusetzen. Entspannen Sie Ihre Gesichtszüge und lernen Sie wenige Handgriffe für ein natürliches Gesichtslifting - Wohlgefühl ist der Lohn!

Gabriele Ikinge-Büse, Humorthérapeutin

Freitag, 6. November, 18 bis 21 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 20 Teiln. · 12 €

34128

NEU Seminar

**Vom guten Humor und den starken Nerven der HILDEGARD VON BINGEN**

Bestaunen Sie in diesem Workshop allerhand Kräutlein und erfahren Sie was der Humor mit Ihren Körpersäften zu tun hat. Setzen Sie sich mit den vier menschlichen Temperamenttypen auseinander. Freuen Sie sich über eine Zeit zum Innehalten und Meditieren. Genießen Sie Kekse nach einem Rezept der Hildegard von Bingen und einen Tee, der Ihnen gut tun wird. Lassen Sie sich in die Zeit im hohen Mittelalter versetzen und lernen Sie Hildegard von Bingen kennen. Es ist Ihre Zeit! Kleiden Sie sich bequem für entspannende Workshop-Stunden.

Gabriele Ikinge-Büse, Humorthérapeutin

Freitag, 30. Oktober, 18 bis 21 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 20 Teiln. · 12 €

34130

NEU Seminar

**Einführung in die Fußreflexzonenmassage**

Suchen auch Sie eine Möglichkeit, nachhaltig Ihr Allgemeinbefinden zu verbessern? Die Fußreflexzonentherapie kann Ihnen dabei helfen. Sie geht davon aus, dass sich der ganze Körper am Fuß widerspiegelt und dass man über die betreffenden Reflexzonen vom Fuß aus auf gestörte Energieabläufe im Körper ordnend einwirken kann. Das Ergebnis ist eine Verbesserung der Organfunktionen und damit des Allgemeinbefindens. Der Dozent lässt seine eigenen langjährigen Erfahrungen einfließen und vermittelt somit ein realistisches Bild der Möglichkeiten und Grenzen dieses unverzichtbaren Naturheilverfahrens.

Bitte Schreibzeug, farbige Stifte, Decke, Kissen, großes Handtuch, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen. Eine Anmeldung ist nötig.

Heinz-Theo Gremme, Heilpraktiker

Samstag, 5. Dezember, und Sonntag, 6. Dezember, jeweils 10 Uhr bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 12 Teiln. · 30 €

34140

Kurs

**Leben mit Diabetes**

Wir treffen uns zum Erfahrungsaustausch um besser mit Diabetes umzugehen. Fachärzte besuchen uns um uns zu informieren.

Ingeborg Schettler

4x dienstags, 19 bis 21.30 Uhr, ab 8. September · die insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 15 €

34500

Einzelveranstaltung

**Marler Tag der Gesundheit**

Zum 27. Mal führen die insel-VHS und die Werbebegegnungsgemeinschaft Marler Stern in Zusammenarbeit mit zahlreichen Gruppen, Institutionen und Organisationen den Marler Tag der Gesundheit durch: Gelegenheit für alle Marlerinnen und Marler, ihre Gesundheit zu testen und sich über die Angebote von Selbsthilfegruppen, Krankenhäusern, Krankenkassen, Sozialstationen und auch privaten Anbietern zu informieren. Für Kurzweil sorgt ein attraktives Programm auf der Aktionsbühne.

Moderation: Ludger Vortmann

Dr. Renate Strauch

Samstag, 20. März, 10 bis 16 Uhr · Marler Stern · entgeltfrei

**Ernährung und Kochen**

Bei den Seminaren ist das gesamte Kochgeld im Entgelt enthalten!

Bitte melden Sie sich spätestens eine Woche vor Kursbeginn an, damit die Einkaufsplanung klappt. Und bringen Sie Geschirrtuch, Schürze, Handtuch, Messer und Tupperdosen für Reste mit.

**5-Elemente-Küche**

Gesunde Ernährung im Einklang mit der Jahreszeit

Die 5-Elemente-Küche basiert auf der chinesischen Diätetik und ist anerkanntes Fachgebiet der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Danach kann eine der Jahreszeit angepasste Ernährung die körpereigenen Abwehrkräfte stärken und Gesundheit und Wohlbefinden verbessern.

Im letzten Semester haben wir Ihnen die Jahreszeiten Frühjahr und Sommer vorgestellt. Fortfahren werden wir nun mit Herbst und Winter. Lassen Sie sich überraschen, wie wohlschmeckend gesunde Ernährung sein kann.

Gabriele Mohr

35101

NEU Seminar

**5-Elemente-Küche: Herbst**

Wie ernähre ich mich bei einem Infekt um schnell wieder auf die Beine zu kommen? Eine der individuellen Konstitution und der Jahreszeit angepasste Ernährung kann die Gesundheit und das Wohlbefinden nachhaltig stärken und somit den typischen Herbstbeschwerden vorbeugen. Gekocht wird mit frischen, saisonalen und qualitativ hochwertigen Zutaten, die auf guten Wochenmärkten erhältlich sind.

Donnerstag, 12. November, 18.30 bis 21.55 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.1 Kochstudio · 12 Teiln. · 18 €

35102

NEU Seminar

**5-Elemente-Küche: Winter**

Wintergerechte, kräftigende Suppen und Eintöpfe aus möglichst biologischen Produkten bringen „Wärme von innen“.

Freitag, 4. Dezember, 18.30 bis 21.55 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.1 Kochstudio · 12 Teiln. · 18 €

35110

Seminar

**Am Tische des Varus – Kochen wie die alten Römer**

2009 feiern wir das 2000-jährige Jubiläum der Varusschlacht. Ganz Westfalen ist im Römerfieber. Sonderausstellungen versetzen die Besucher in eine andere Zeit. Haben Sie nicht Lust, wie die alten Römer zu kochen und zu speisen? Glücklicherweise ist ein Kochbuch aus dieser Zeit überliefert: die Aufzeichnungen des Apicius aus dem 1. Jh. n. Chr. Apicius, ein Feinschmecker und Lebermann, verkehrte fast zur gleichen Zeit wie Varus am Kaiserhofe in Rom. Nach seinen Angaben kochen wir gemeinsam ein mehrgängiges, original römisches Menü aus frischen, jahreszeitengerechten Zutaten. Die antike Küche kommt völlig ohne künstliche Aromastoffe und mit äußerst wenig Salz aus. Wie aromatisch und würzig die Gerichte dennoch schmecken, werden Sie beim gemeinsamen Festmahl im antiken Ambiente erleben. Bei einem Becher Würzwein erfahren Sie eine Menge Kurioses und Wissenswertes über Lebensart und Tafelluxus der alten Römer.

Dr. Annette Böhm

Freitag, 2. Oktober, 18.15 bis 22 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.1 Kochstudio · 12 Teiln. · 19,50 €

35120

Seminar

**Buffet méditerrané**

Gestalten Sie ein Buffet mit den Farben, Formen und Gerüchen des Mittelmeers. Wir zeigen Ihnen, wie es geht, von der Planung über das Herstellen bis hin zum Genießen.

Bunt zusammengestellte Antipasti - nicht nur das vertraute Tomaten-Mozarella. Gedünstetes Gemüse, gewürzt mit Kräutern wie Basilikum, Rosmarin oder Salbei. Warme Hauptgerichte wie Parmeggiano oder eine Lasagne der überraschenden Art mit und ohne Fleisch. Das krönende Dessert und eine schöne Dekoration nicht zu vergessen!

Claudio Tormen

2x mittwochs, 18.30 bis 22.15 Uhr, ab 30. September · insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.1 Kochstudio · 12 Teiln. · 35 €



35130

Seminar

**Kochen mit dem Wok – leicht gemacht**

In vielen asiatischen Küchen hat sich der Wok, eine chinesische Erfindung, als wichtigstes Kochgeschirr etabliert, denn er bietet die vielseitige Möglichkeit, Zutaten schonend und Energie sparend zu garen. Das Pfannrühren im Wok gehört zu den schnellsten, einfachsten und dennoch vielseitigsten aller kulinarischen Zubereitungsmethoden. Die Zutaten sind minutenschnell vorbereitet, ebenso bietet die Zusammenstellung eine Menge Spielraum für Kreativität..

Dr. Supadmi Prädikow

2x mittwochs, 18 bis 21.45 Uhr, ab 2. September · insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.1 Kochstudio · 12 Teiln. · 37 €

35150

Seminar

**Europäischer Rotweinabend**

Rot- und Weißweine aus den bedeutendsten Weinanbaugebieten Frankreichs, Spaniens, Italiens und Deutschlands sollen probiert werden, um die Unterschiede und Besonderheiten der jeweiligen Anbaugebiete und Ihrer Rebsorten herauszuschmecken (z.B. Frucht, Mineralität, Bodentönigkeit z.B. Schiefer, Frucht-Säure-Spiel, etc.). Ca. 22 Weine werden vorgestellt. Kleinigkeiten zu essen (Käse, Wurst, Oliven etc.) werden zu einzelnen Weinen gereicht, um sie in ihrer Eigenschaft als Essensbegleiter zu „schmecken“. Sie erhalten weiterhin Informationen zum Weinetikett, zur Technik der Weinherstellung, zum Weinlager, etc.

27 € Umlage ist im Entgelt enthalten. Bei Abmeldung unbedingt die 2-Wochen-Frist einhalten, sonst müssen Entgelt und Umlage gezahlt werden.

Harald Burg

Freitag, 20. November, 18 bis 22.45 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.2 · 22 Teiln. · 39 €

35160

Seminar

**Gesunde Hundeküche**

Viele Hundebesitzer machen sich Gedanken über die artgerechte und gesunde Ernährung ihres Schützlings. Denn immer mehr Haustiere leiden an Unverträglichkeiten und brauchen eine spezielle Diät. Gekauftes Tierfutter enthält oft minderwertige Rohprodukte und Substanzen, die nicht für jeden Hund geeignet sind. Vieles spricht deshalb dafür, Hundefutter selbst zuzubereiten. Das geht leichter und schneller als Sie glauben, und Sie wissen genau, was drin ist!

Bettina Reintjes, geprüfte Hundepädagogin, führt Sie in die Ernährungsphysiologie des Hundes ein und erläutert, was Sie beachten müssen. Annette Böhm zeigt Ihnen die Praxis. Bitte reichlich Tupperdosen mitbringen, damit Ihr Hund Kostproben bekommt.

Dr. Annette Böhm, Bettina Reintjes

Donnerstag, 19. November, 18 bis 21 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.1 Kochstudio · 12 Teiln. · 12 €



# Sprachen

**Dr. Ulrich Brack**  
Tel. 994225



E-Mail: Ulrich.Brack@marl.de

## Welche Sprachen können Sie bei uns lernen?

Chinesisch, Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Japanisch, Niederländisch, Russisch, Schwedisch, Spanisch und Türkisch; weitere Sprachen auch als Koop-Angebote der Nachbarvolkshochschulen (s. Broschüre „Sprachen öffnen Türen“ und [www.sprachen-lernen-nrw.de](http://www.sprachen-lernen-nrw.de))

## Was lernen Sie?

- Verständigung im Alltag, im Beruf, auf Reisen
- Hören und Sprechen
- Lesen und Schreiben
- Verstehen anderer Menschen und Kulturen

## Wie lernen Sie?

- erwachsenengerecht
- partnerschaftlich
- in entspannter Atmosphäre
- kommunikativ in Gruppen
- teilnehmerorientiert
- zielgerichtet
- praxisorientiert
- mit aktuellem Lehrwerk und/oder Kursmaterial und modernen Medien

## Wer unterrichtet?

- engagierte Lehrkräfte
- aus dem In- und Ausland
- mit entsprechender sprachlicher Kompetenz
- mit Qualifikationen für die Erwachsenenbildung durch regelmäßige Fortbildungen
- mit Kompetenz in modernen und kreativen Lehrmethoden

## Differenzierte Kursformen

- Standardkurse mit einmal wöchentlichem Unterricht, wahlweise vormittags, nachmittags oder abends
- Intensiv- und Kompaktkurse von 12 Unterrichtsstunden in zwei bzw. 18 Unterrichtsstunden in drei Wochen und 36 Unterrichtsstunden in vier Wochen
- Sprachkursaufenthalte im Ausland
- zielgruppenorientierte Angebote

## Beratung

### Sie wollen sich für einen Sprachkurs anmelden.

Wir bieten Ihnen den Service einer kostenlosen Sprach- und Lernberatung, Tel. 02365/994212.

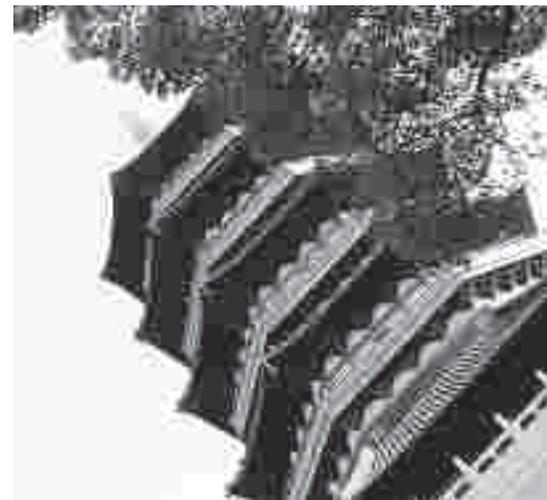
Samstag, 22. August	9.30 - 12.00 Uhr
Montag, 24. August	10.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 16.00 Uhr
Dienstag, 25. August	16.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch, 26. August	16.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag, 27. August	10.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr

Außerdem Termine nach Absprache (Dr. Ulrich Brack, Tel. 02365/994225).

Wir möchten dafür sorgen, dass Sie sich für den richtigen Kurs anmelden, der Ihren Vorkenntnissen, Ihrem gewünschten Lerntempo, Ihren Lernzielen entspricht.

Meist können Sie mehr als Sie glauben. Gehen Sie nicht in einen Kurs, in dem gelernt wird, was Sie schon können. Sie langweilen sich und entmutigen die anderen Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer.

Wir möchten Ihnen qualitativ so guten Sprachunterricht wie möglich bieten. Wenn Sie zum ersten Mal Englisch-, Französisch- oder Spanischkurse besuchen und nicht Fortsetzer sind, nehmen Sie unbedingt unser Angebot der kostenlosen Lernberatung an.



## Melden Sie sich persönlich an!

Denn dabei erfahren Sie alles Wichtige über die verschiedenen Kursangebote, über die Lernziele und Methoden des VHS-Sprachunterrichts und was Sie sonst noch wissen möchten.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die bereits im vergangenen Semester Sprachkurse an der insel besucht haben, können sich - wie bisher - schriftlich oder telefonisch vor Semesterbeginn für die Fortsetzungskurse anmelden.

### Lerntipp 1:

Belegen Sie keinen Fremdsprachenkurs „blind“! Lassen Sie sich beraten, damit Sie aus unserem Angebot genau den Kurs herausfinden, der Ihren Vorkenntnissen, Fähigkeiten und Erwartungen entspricht. Meist können Sie mehr als Sie glauben. Unsere Beraterinnen und Berater helfen Ihnen, den für Sie richtigen Kurs zu finden.

W = Wechselschichtler-Kurs, d. h. es kann abwechselnd der parallele Morgen- oder Abendkurs besucht werden.

**Wir orientieren uns dabei an den Vorgaben des Europarates, dem Europäischen Referenzrahmen für Fremdsprachen. Die Länder in Europa haben sich auf eine Beschreibung von sechs Kenntnisstufen geeinigt, die in Zukunft allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage dient. Die sechs Kenntnisstufen lassen sich in stark gekürzter Form wie in untenstehender Tabelle beschreiben.**

**Sie sollten am Ende der jeweiligen Stufe folgendes gelernt haben:**

	Stufe A1	Stufe A2	Stufe B1	Stufe B2	Stufe C1	Stufe C2
<b>Hören</b>	Ich kann alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn deutlich und langsam gesprochen wird.	Ich kann einfache Informationen zu Themen wie Beziehung, Familie, persönliche Interessen, Arbeit, Wohnen und Umgebung verstehen. Lautsprecherdurchsagen (Flughafen, Bahnhof) verstehe ich, wenn kurz und klar gesprochen wird.	Ich kann das Wesentliche verstehen, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind und klare Standardsprache verwendet wird. Bei Radio- und Fernsehsendungen verstehe ich das Wesentliche, wenn mich die Themen interessieren und langsam und deutlich gesprochen wird.	In kann in Alltag und Beruf längeren Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.	Ich kann längeren Berichten, ausführlichen Gesprächen, Präsentationen usw. auch im Detail folgen, ich bin dabei vertraut mit Umgangssprachen sowie mit anderen Sprachstilen.	Ich habe keinerlei Schwierigkeiten, gesprochene Sprache zu verstehen, sowohl "live" als auch in den Medien, auch wenn es schnell gesprochen wird. Ich komme dabei mit einer Vielzahl von Akzenten zurecht.
<b>Lesen</b>	Ich kann vertraute Namen, Wörter und einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern, Plakaten, Speisekarten oder in Prospekten.	Ich kann in kurzen Texten (Anzeigen, Prospekte, Faxe, E-Mails, Fahrpläne usw.) das Wichtigste verstehen.	Ich kann längere Texte verstehen, in denen überwiegend solche Sprache vorkommt, die in Alltag und Beruf häufig verwendet wird.	Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte wie z.B. Kurzgeschichten oder Krimis.	Ich kann lange und komplexe Texte verstehen, auch zu Themen, die nicht zu meinen persönlichen Interessengebieten zählen.	Ich lese ohne besondere Mühe Texte aller Art, z. B. Sachbücher, Handbücher, Verträge, Unterhaltungsliteratur etc.
<b>An Gesprächen teilnehmen</b>	Ich bin darauf angewiesen, das meine Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Sprache nicht lange lerne.	Ich kann mich in Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten, direkten Austausch von Informationen geht. Ich verstehe aber noch nicht genug, um selbst ein Gespräch länger in Gang zu halten.	Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man auf Reisen begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren.	Ich kann mich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne besondere Anstrengung für die Gesprächspartner oder für mich möglich ist.	Ich kann mich im Alltag und Beruf beinahe mühelos spontan und fließend verständigen.	Ich kann mich an Gesprächen mühelos beteiligen und bin dabei auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Wendungen bestens vertraut.
<b>Zusammenhängend sprechen</b>	Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um anderen z. B. mitzuteilen, was ich möchte und was mich interessiert.	Ich kann in einigen Sätzen und mit einfachen Worten z. B. meine Familie, andere Leute, meine Ausbildung, meine Interessen, meine berufliche Tätigkeit beschreiben.	Ich kann Erfahrungen, Ereignisse, Wünsche und Ziele zusammenhängend beschreiben. Ich kann meine Meinungen und Pläne erklären und begründen.	Ich kann mich zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.	Ich kann komplexe Sachverhalte darstellen und erörtern und dabei flexibel auf Nachfragen reagieren.	Ich kann Vorträge halten, Besprechungen und Diskussionen leiten, dabei mühelos zwischen Sprachen wechseln und spontan und flexibel auf Redebeiträge reagieren.
<b>Schreiben</b>	Ich kann eine kurze Postkarte, z. B. mit Ferngrüßen, schreiben. Ich kann auf Formularen, z. B. bei Reisen, Namen, Adresse, Nationalität usw. eintragen.	Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.	Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe verfassen.	Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.	Ich kann mich schriftlich klar, strukturiert und ausführlich ausdrücken und dabei meinen Stil adressatbezogen verändern.	Ich kann Artikel und Berichte zu komplexen Fragestellungen ohne besondere Mühe klar und flüssig verfassen.

## Chinesisch

### Stufe A1

40201

NEU

Seminar

#### Chinesisch-Schnupperwochenende

In diesem Kurs werden Einblicke in das Erlernen und die Besonderheiten der chinesischen Sprache und Schrift gegeben.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

**Engelda von Töteberg**

Samstag, 22. August, 9 bis 12.30 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 19 €

40202

Kurs

#### Chinesisch für Anfänger

(Kleingruppe)

In kurzer Zeit hat sich China zur einflussreichsten Wirtschaftsmacht entwickelt. Chinesische Sprachkenntnisse werden immer wichtiger. Der Unterricht ermöglicht einen leichten Einstieg in die Sprache, Schrift und Kultur.

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 6 - 7 TN = 84 €, bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Engelda von Töteberg**

14x donnerstags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 3. September · die Insel; 2. Etage; Raum 220 · 20 Teiln. · 84 €

40203

NEU

Kurs

#### Chinesisch in 5 Modulen

(Kleingruppe)

Der Kurs richtet sich an Berufstätige, die während der Woche keine Zeit haben und schnell Ergebnisse beim Erlernen von Grundlagen der chinesischen Sprache erzielen möchten.

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 5 - 6 TN = 95 €, bei 7 - 8 TN = 68 €, bei 10 TN = 47,50 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Engelda von Töteberg**

5x samstags, 5. September, 26. September, 14. November, 21. November, 5. Dezember, jeweils 9 bis 12.30 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 128 · 20 Teiln. · 95 €



## Deutsch

### Integrationskurse

#### Ziel der Kurse

Das Ziel der Kurse ist die Förderung der Integration von Migrantinnen und Migranten im Sinne gesellschaftlicher Teilhabe und Chancengleichheit.

Dies soll erreicht werden durch

- Vermittlung von ausreichenden Kenntnissen der deutschen Sprache für eine selbständige Sprachverwendung (bis Niveau B1)
- Vermittlung von Wissen zur Alltagsorientierung
- Vermittlung gesellschaftlicher und kultureller Kenntnisse

#### Wer kann teilnehmen?

Die Kurse werden nach den Richtlinien des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge durchgeführt und ganz oder teilweise finanziell gefördert.

#### Zur Teilnahme berechtigt sind:

- Alle Spätaussiedler und neu zuwandernde Ausländer mit auf Dauer angelegtem Aufenthaltsstatus
- Ausländer die bereits länger in Deutschland leben sowie Unionsbürger

#### Verpflichtet zur Teilnahme sind:

- Berechtigte Ausländer, die sich nicht auf einfache Art in deutscher Sprache mündlich verständigen können
- Ausländer, die von der Ausländerbehörde aufgefordert werden und Leistungen nach SGB II beziehen oder in besonderer Weise integrationsbedürftig sind.

#### Wie kommt man in den Integrationskurs?

Anlaufstelle für neu zugewanderte Migranten ist die Ausländerbehörde des Wohnortes, bei Spätaussiedlern die Erstaufnahme in Friedland:

- Feststellung der Berechtigung bzw. Verpflichtung zur Teilnahme am Integrationskurs
- Aushändigung von Informationen zum Integrationskurs und eine Liste mit zugelassenen Sprachkursträgern in der Region
- Ausländer, die aufgrund ihres Aufenthaltstitels keinen Anspruch auf einen geförderten Sprachkurs haben, melden sich direkt in der Volkshochschule zum Kurs an.

#### Der Integrationskurs in der Insel

besteht aus einem Sprachkurs von bis zu 600 Unterrichtsstunden und einem Orientierungskurs von 45 Unterrichtsstunden. Er findet täglich von montags bis freitags mit jeweils 3 Unterrichtsstunden statt. Am Ende des Kurses erfolgt eine Sprachprüfung.

### Stufe A2

40425

Kurs

#### Deutsch Stufe A2, Kurs 7

**Christel Großjohann**

28x montags und mittwochs, jeweils 15 bis 16.30 Uhr ab 31. 8. · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 106 €

### Stufe B1

40427

Kurs

#### Deutsch Stufe B1

Prüfungsvorbereitungskurs Zertifikat Deutsch B1

**Dr. Ellen Dahlberg**

28x montags und mittwochs, jeweils 14 bis 15.30 Uhr ab 31. August · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 106 €

### Stufe C1

40429

Kurs

#### Deutsch-Gesprächskreis und Vorbereitung auf das Goethe-Zertifikat C1

**Christel Großjohann**

28x montags und mittwochs, jeweils 16.30 bis 18 Uhr ab 31. 8. · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 106 €

Der nächste Einbürgerungstest findet voraussichtlich am Donnerstag, 8. Oktober 2009 statt. Anmeldeschluss ist der 14. September 2009.

Die nächste Zertifikatsprüfung Deutsch, Stufe B1 ist voraussichtlich am Freitag, 29. Januar 2010. Anmeldeschluss ist der 18. 12. 2009.

#### Lerntipp 2:

Viele erwarten, dass im Anfangsunterricht das Lesen und Schreiben im Vordergrund steht. Bei uns lernen Sie zunächst verstehen und sprechen. Verstehen und sprechen lernen Sie, indem Sie anderen zuhören, antworten und selbst Fragen stellen. Deshalb wird vorwiegend in der Fremdsprache gesprochen und häufig bei geschlossenem Lehrbuch unterrichtet.

## Englisch

### ENGLISCH-LEHRBÜCHER

English Elements, Basic Course  
Hueber Verlag, ISBN 3-19-002493-6

English Elements 1  
Hueber Verlag, ISBN 3-19-202494-1

English Elements 2  
Hueber Verlag, ISBN 3-19-202495-2

English Elements, Extra Course  
Hueber Verlag, ISBN 3-19-202498-4

English Elements, New Refresher  
Hueber Verlag, ISBN 3-19-002445-6

English Elements, Refresher B1  
Hueber Verlag, ISBN 3-19-202733-9  
Essential English 1  
Cornelsen & Oxford, ISBN 3-8109-7343-2

Clockwise elementary  
Cornelsen Verlag, ISBN 0-19-434096-1

Clockwise Intermediate  
Cornelsen Verlag, ISBN 0-19-434078-3

Language in Use, Pre-Intermediate  
Klett Verlag, ISBN 3-12-539470

Language in Use, Intermediate  
Klett Verlag, ISBN 3-12-539400-7

Fairway 3  
Klett Verlag, ISBN 3-12-501462-X,

## Bildungsprämie

## BILDUNGS SCH€CK

Der Besuch von beruflich orientierten Weiterbildungsveranstaltungen kann unter bestimmten Bedingungen von der Bundesregierung über die Bildungsprämie und von der Landesregierung Nordrhein-Westfalen durch den Bildungsscheck gefördert werden:

Die Bundesregierung fördert mit der Bildungsprämie Erwerbstätige, deren zu versteuerndes Jahreseinkommen derzeit 20000 € (oder 40000 € bei gemeinsam Veranlagten) nicht übersteigt.

Der Besuch von Weiterbildungsveranstaltungen wird für diese Personen mit 50% der Kosten, höchstens jedoch 154 € unterstützt.

Weitere Förderinstrumente (Bildungssparen und Bildungsdarlehen) sind in Arbeit.

Nähere Informationen dazu gibt es unter [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info)

Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfonds der Europäischen Union gefördert.

Die Landesregierung Nordrhein-Westfalen fördert mit dem Bildungsscheck

- Mitarbeiter/-innen aus Klein- und mittelständischen Unternehmen,
- Selbständige, die noch nicht länger als 5 Jahre selbständig sind, und
- Berufsrückkehrer/-innen (unter bestimmten Umständen).

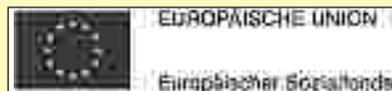
Der Besuch von Weiterbildungsveranstaltungen wird für diese Personen mit 50% der Kosten, höchstens jedoch 500 € unterstützt.

Nähere Informationen dazu gibt es unter [www.bildungsscheck.nrw.de](http://www.bildungsscheck.nrw.de)

Der Bildungsscheck wird aus Mitteln des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales und aus dem Europäischen Sozialfond der Europäischen Union gefördert.

Die Insel-VHS berät seit Anfang 2009 für beide Förderinstrumente und stellt Prämiengutscheine und Bildungsschecks aus.

Nähere Informationen gibt Dr. Fritz Rieß unter 02365/880775. Unter dieser Nummer können auch Termine für die in beiden Fällen notwendigen Beratungsgespräche vereinbart werden.



**Stufe A1**

**40604** Kurs

**Englisch-Vorkurs Stufe A1, Kurs 1**

Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die noch nie Englisch gelernt haben und deren Schulzeit lange zurückliegt.

Lehrbuch: English Elements Basic Course, Lektion 1

**Dr. Ellen Dahlberg**

14x montags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 31. August · die Insel; 1. Etage; Raum 128 · 20 Teiln. · 53 €

**40605** Kurs

**Englisch Stufe A1, Kurs 1**

für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit stark verschütteten Kenntnissen

Lehrbuch: English Elements 1

**Lucy Kiehl**

14x mittwochs, 18.30 bis 20 Uhr, ab 2. September · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 53 €

**40606** Kurs

Englisch Stufe A1, Kurs 3

Lehrbuch: English Elements 1, Lektion 10

**Lucy Kiehl**

14x dienstags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 1. September · die Insel; 2. Etage; Raum 225 · 20 Teiln. · 53 €

**40607** Kurs

**Englisch für Seniorinnen und Senioren intensiv Stufe A1**

Der Kurs wendet sich an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die Englisch von Anfang an lernen möchten. Schwerpunkt ist die gesprochene Sprache.

**Lucy Kiehl**

9x in 3 Wochen, dienstags, mittwochs, freitags, jeweils 9.30 bis 11 Uhr ab 21. September · die Insel; 1. Etage; Raum 132 · 16 Teiln. · 41,50 €

**40608** Kurs

**Englisch für Seniorinnen und Senioren Stufe A1, Kurs 2**

Lehrbuch: English Elements Basic Course, Lektion ca. 6

**Lucy Kiehl**

14x montags, 9.30 bis 11 Uhr, ab 31. August · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 53 €

**40609** Kurs

**Englisch für Seniorinnen und Senioren Stufe A1, Kurs 3**

Lehrbuch: English Elements Basic Course, Lektion 8

**Lucy Kiehl**

14x donnerstags, 9.30 bis 11 Uhr, ab 3. September · die Insel; 2. Etage; Raum 227 · 20 Teiln. · 53 €

**Stufe A2**

**40611** Kurs

**Englisch Stufe A2, Kurs 1**

Lehrbuch: English Elements 1, Lektion 12

**Marianne Pelz**

12x donnerstags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 2. Etage; Raum 227 · 20 Teiln. · 45,50 €

**40615** Kurs

**Do you speak English?**

Englisch-Intensivkurs für Auffrischer Stufe A2

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Spaß an der englischen Sprache haben und diese aus privaten wie auch beruflichen Gründen benötigen.

Es werden die Grundgrammatik und der Sprachwortschatz aufgefrischt und mit leichtem Konversationstraining vertieft und angewendet. Schwerpunkt ist die gesprochene Sprache. Individuelle Wünsche der Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden nach Möglichkeit berücksichtigt.

Voraussetzung: stark verschüttete Englisch-Schulkenntnisse von ca. 5 - 6 Jahren.

**Stephanie Fuchs**

9x in 3 Wochen, jeweils montags, donnerstags, freitags, 18.15 bis 20.45 Uhr (freitags 17 bis 19.30 Uhr) ab 7. September · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 17 Teiln. · 62 €

**Englisch Stufe A2, Kurs 3**

Lehrbuch English Elements 2, Lektion 6

**Marilyn-Patricia Malinowski**

**40616** Kurs

14x mittwochs, 18 bis 19.30 Uhr, ab 2. September · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 53 €

**40617** Kurs

14x mittwochs, 19.30 bis 21 Uhr, ab 2. September · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 53 €

**English Conversation**

**Make Mine a Murphy's!**

The Irish Pub in Marl offers all interested English students the chance once a month to speak English in a relaxed atmosphere.

When: The 1st Monday of the month

Where: Mulvany's Irish Pub, Hochstr. 1

Time: 8 pm - 10 pm (20 bis 22 Uhr)

Begin: 8th June + 6th July

For further information contact Mrs Marilyn-Patricia Malinowski

**Englisch lernen im Internet**

Im Internet gibt es zahlreiche Angebote, um vorhandene Sprachkenntnisse zu testen und zu erweitern. Kostenlose Englischübungen, Erläuterungen, Spiele, Links und vieles mehr rund um die englische Sprache gibt es beispielsweise unter folgenden Adressen:

[www.englisch-lernen-im-internet.de](http://www.englisch-lernen-im-internet.de)

[www.ego4u.de](http://www.ego4u.de)

[www.eslcafe.com](http://www.eslcafe.com)

[www.telc.net](http://www.telc.net)

[www.language-learning.net](http://www.language-learning.net)

[www.dialang.org](http://www.dialang.org)

[www.free-english.com](http://www.free-english.com)

[www.englishpage.com](http://www.englishpage.com)

[www.bbclearningenglish.com](http://www.bbclearningenglish.com)

[www.podcastsinenglish.com](http://www.podcastsinenglish.com)

**40619** Kurs

**Englisch für Seniorinnen und Senioren Stufe A2, Kurs 4**

Englisch lernen in entspannter Atmosphäre. Einsteiger mit Vorkenntnissen sind willkommen!

Lehrbuch: English Elements 2, Unit 10

**Sonia Krax**

14x montags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 31. August · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 20 Teiln. · 53 €

**Lerntipp 3:**

Haben Sie keine Angst Fehler zu machen. Sie lernen nicht sprechen, wenn Sie schweigen, sondern vielmehr durch Irrtümer und deren Berichtigung, durch ständiges Probieren, aktive Beteiligung und durch kleine Fortschritte - und die machen Sie bestimmt ...! Übrigens: gerade auch die sogenannten „dummen“ Fragen bringen Sie und die anderen Teilnehmer und Teilnehmerinnen weiter.

**40620** Kurs

**Englisch Stufe A2, Kurs 5**

Lehrbuch: English Elements 2, ca. Lektion 8

**Birgit Cöster**

12x donnerstags, 18.15 bis 19.45 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 45,50 €

**40621** Kurs

**Englisch Stufe A2, Kurs 6**

Lehrbuch: English Elements 2, ca. Lektion 10

**Dinah Kiehl**

14 x donnerstags, 18.45 bis 20.15 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 132 · 20 Teiln. · 53 €

**Englisch Stufe A2, Kurs 15 W**

Lehrbuch: English Elements 2, Lektion 11

**Marilyn-Patricia Malinowski**

**40624** Kurs

14x montags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 31. August · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 53 €

**40625** Kurs

14x montags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 31. August · die Insel; 1. Etage; Raum 132 · 20 Teiln. · 53 €

**Lerntipp 4:**

Üben Sie das Neugelernte auch außerhalb der Kursstunde so oft wie möglich, allein oder mit Bekannten, und lieber täglich eine Viertelstunde als einmal in der Woche drei Stunden. Dagegen sollten Sie sich nicht schon zu Hause auf eine neue Lektion vorbereiten.

**Stufe B1**

**40635** Kurs

**Englisch mit Muße Stufe B1**

Fairway heißt im Englischen das Fahrwasser, in dem Schiffe sicher fahren können. Fairway verhilft Ihnen auf sicherem Weg, viele Situationen sprachlich zu bewältigen, denen man auf Reisen und zu Hause im Kontakt mit Englisch sprechenden Partnern begegnet.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Kopierkosten ca. 3 €

**Marianne Pelz**

12x mittwochs, 16 bis 17.30 Uhr, ab 2. September · die Insel; 2. Etage; Raum 225 · 20 Teiln. · 45,50 €

**40637** Kurs

**Englisch Stufe B1, Kurs 8**

Lehrbuch: English Elements 4, Unit 3/4

**Dinah Kiehl**

14x mittwochs, 19 bis 20.30 Uhr, ab 2. September · die Insel; 2. Etage; Raum 226 · 20 Teiln. · 53 €

**40638** Kurs

**Englisch Stufe B1, Kurs 12 (Kleingruppe)**

Lehrbuch: English Elements 3, ca. Unit 4

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN: bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Marilyn-Patricia Malinowski**

14x dienstags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 1. September · die Insel; 2. Etage; Raum 225 · 20 Teiln. · 63 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**40639** Kurs

**Englisch Stufe B1, Kurs 12**

Lehrbuch: English Elements 3, ca. Unit 4

**Marilyn-Patricia Malinowski**

14x donnerstags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 53 €

**40643** Kurs

**Active English Stufe B1**

Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre Englischkenntnisse auffrischen möchten, auch wenn sie vielleicht etwas eingerostet sind.

Wir lesen und hören Texte, wiederholen Grammatik und üben das freie Sprechen.

Lehrbuch: Fairway 3, Klett Verlag

**Brigitte Radscheid**

14x mittwochs, 9 bis 10.30 Uhr, ab 2. September · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 53 €

**40647** Kurs

**Further Steps in English Stufe B1**

Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, die ihre Englischkenntnisse für Alltagssituationen auffrischen möchten. Falls nötig, wird auch Grammatik wiederholt.

Ein Ziel des Kurses ist es, die Hemmungen vor dem freien Sprechen zu verlieren.

**Brigitte Radscheid**

14x dienstags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 1. September · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 53 €

**40648** Kurs

**Brush up your English Stufe B1 Refresher Course**

Für Lernende, die ihre Kenntnisse aus mehreren Jahren Englischunterricht gezielt in einigen Semestern auffrischen wollen. Grundlegende Redemittel und Grammatik werden wiederholt und geübt im Zusammenhang mit aktuellen Lesetexten zu Themen wie: Sports, Hobbies, Entertainment, Modern Technologies, Health and Environment, Ecology, Tourism, Socialising in a Complex Society.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

**Marianne Pelz**

12x donnerstags, 9.30 bis 11 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 45,50 €

**Lerntipp 5:**

Lernen Sie neue Wörter nicht einzeln, sondern im Zusammenhang. Versuchen Sie in Sätzen zu sprechen; dann werden Sie „im Ernstfall“, etwa bei einem Auslandsaufenthalt, besser zurechtkommen.

**Stufe B2****40650**

Kurs

**Business English Stufe B2**

What do people want when they decide to learn business English? For some it is a necessary part of their job. For others it is an investment which brings status and possibly financial reward. Some people have very specific needs, and some people just want their English to get better. Some people may be at the end of their working lives, and others may just be starting a new job, or career, or project. Despite this wide variety, it is possible to group learners together in generally accepted categories. We practice business communication skills, conversations analysis and grammar.

**Sonia Krax**

14x dienstags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 1. September · die Insel; 2. Etage; Raum 227 · 20 Teiln. · 53 €

**40651**

Kurs

**Talking – Reading – Listening Stufe B2**

Our interest will be focussed on topics of general importance and interest. Essential English language structures will be revised. Reading activities will include articles from newspapers and language magazines and short stories. Students are welcome to present their own ideas and topics.

Kosten für Fotokopien ca. 3 €.

**Marianne Pelz**

12x montags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 31. August · die Insel; 2. Etage; Raum 225 · 20 Teiln. · 45,50 €

**40653**

Kurs

**Tuesday Morning Small Talk Stufe B2 (Kleingruppe)**

A conversation course for those - who speak English fairly fluently - who find that they could still do with the occasional grammatical brush-up - who want regular practice in an easy-going atmosphere - who are interested in spontaneous talk on everyday topics as well as in reading and discussing texts.

Students are welcome to bring their own ideas!

Zusätzliche Kosten für Unterrichtsmaterial ca. 3 €.

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 8 - 9 TN = 54 €, bei 10 TN = 45,50 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Marianne Pelz**

12x dienstags, 10 bis 11.30 Uhr, ab 1. September · die Insel; 2. Etage; Raum 214 · 20 Teiln. · 54 €

**40654**

Kurs

**English in Discussion Stufe B2**

Students require a fairly advanced level of English. They should be able to read, comprehend and analyse newspaper and magazine articles taken from such papers as The Times, Guardian or Time magazine. Additional visual material is also taken from T.V. news broadcasts. Emphasis is placed upon the discussion of current issues and a widening of the students vocabulary and a minimal reference to grammatical exercises.

Kosten für Fotokopien 3 €.

**Marilyn-Patricia Malinowski**

14x donnerstags, 19 bis 20.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 53 €

**40655**

Kurs

**General Conversation Stufe B2**

We are a lively intelligent group with a wide range of interests who like to meet every week to revise our English grammar (a little), discuss an interesting wide range of topics, and sometimes watch a film. We are light-hearted and do not take things too seriously. Come along and join us.

**Dinah Kiehl**

14x mittwochs, 9.30 bis 11 Uhr, ab 2. September · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 53 €

**40656**

Kurs

**Gesprächskreis Englisch Stufe B2**

Es werden u. a. verschiedene politische und literarische Texte gelesen und diskutiert, englische Nachrichten und ein englischer oder amerikanischer Spielfilm gemeinsam angesehen und besprochen.

**Dr. Ulrich Brack**

13x donnerstags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 10. September · die Insel; 2. Etage; Raum 214 · 20 Teiln. · 49 €

**40657**

Kurs

**Progress in English Stufe B2**

Ziel dieses Kurses ist es, sicherer zu werden in der praktischen Anwendung der englischen Sprache. Geplant sind die gezielte Erweiterung von Wortschatz, Redewendungen und grammatischen Strukturen durch Lesen und Diskutieren von Texten, durch Rollenspiele und durch Schulung des Hörverstehens anhand von englischsprachigen Audio- und Video-Kassetten.

Voraussetzung: VHS-Zertifikat Englisch I oder ähnliches.

**Rano Chhatwal**

11x donnerstags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 2. Etage; Raum 225 · 20 Teiln. · 41,50 €

**Vorankündigung****40660**

Studienreise mehrtägig

**Studienreise nach Dublin/Irland Language, „Landeskunde“ and Politics**

Samstag, 29. Mai bis Samstag, 5. Juni 2010

Die Reise umfasst folgende Leistungen: Hin- und Rückflug nach Dublin, Unterbringung bei Halbpension in irischen Familien, Kulturprogramm, Sprachunterricht am Centre of English Studies in Dublin, Exkursionen in die reizvolle nähere Umgebung zu historisch und kulturell bedeutenden Plätzen. Bei Aufpreis ist auch die Unterbringung in b & b (bed and breakfast) möglich.

**Rano Chhatwal, Dr. Ulrich Brack**

19 Teiln. · ca. 790 €

**Französisch**

FRANZÖSISCH-LEHRBÜCHER

Rendez-vous 2

Cornelsen Verlag, ISBN 3-464-07907-4

Perspectives 1

Cornelsen Verlag, ISBN 3-464-20098-1

**Stufe A1****40803**

Kurs

**Französisch Stufe A1, Kurs 1**

Bitte kein Lehrbuch anschaffen. Neues Lehrwerk wird vom Verlag zur Erprobung gestellt.

**Friedhelm Stoltenberg**

14x mittwochs, 18.30 bis 20 Uhr, ab 2. September · die Insel; 2. Etage; Raum 225 · 20 Teiln. · 53 €

**40804**

Kurs

**Französisch Stufe A1, Kurs 3 (Kleingruppe)**

Lehrbuch: Perspectives 1, ca. Lektion 5 (im Paket mit Kurs- und Arbeitsbuch, Vokabeltaschenbuch und CD für 23,25 € erhältlich, ISBN 3464201228)

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 6 - 7 TN = 72 €, bei 8 - 9 TN = 54 €, bei 10 TN = 45 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Katia Guermont-Beckmann**

12x dienstags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 1. September · die Insel; 2. Etage; Raum 220 · 20 Teiln. · 72 €

**40805**

Kurs

**Französisch Stufe A1, Kurs 5 (Kleingruppe)**

Lehrbuch: Perspectives 1, Lektion 8 - 9, Kurs- und Arbeitsbuch (im Paket erhältlich mit Vokabeltaschenbuch und CD, ISBN 3464201228)

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 6 - 7 TN = 60 €, bei 8 - 9 TN = 45 €, bei 10 TN = 38 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Lise Gaussuin-Reusch**

10x montags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 31. August · die Insel; 2. Etage; Raum 220 · 20 Teiln. · 60 €

**40807**

Kurs

**Französisch Stufe A1, Kurs 9 (Kleingruppe)**

Lehrbuch: Perspectives 1, ca. Lektion 11 (im Paket mit Kurs- und Arbeitsbuch, Vokabeltaschenbuch und CD für 23,25 € erhältlich, ISBN 3464201228)

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 6 - 7 TN = 56 €, bei 8 - 9 TN = 42 €, bei 10 TN = 35 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich

**Katia Guermont-Beckmann**

14x mittwochs, 18.30 bis 19.30 Uhr, ab 2. September · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 20 Teiln. · 56 €

**Stufe A2****40816**

Kurs

**Französisch Stufe A2, Kurs 14 (Kleingruppe)**

Lehrbuch: Perspectives 2, Lektion 5 (im Paket mit Kurs- und Arbeitsbuch, Vokabeltaschenbuch und CD für 23,25 € erhältlich, ISBN 3464201236)

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 6 - 7 TN = 56 €, bei 8 - 9 TN = 42 €, bei 10 TN = 35 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich

**Katia Guermont-Beckmann**

14x montags, 18.30 bis 19.30 Uhr, ab 31. August · die Insel; 1. Etage; Raum 131 · 20 Teiln. · 56 €

**Stufe B1****40821**

Kurs

**Französisch Stufe B1, Kurs 18**

Lehrbuch: Perspectives 1, Unite 2 und andere Materialien

**Alina Hamann**

14x donnerstags, 9 bis 10.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 128 · 20 Teiln. · 53 €

**40822**

Kurs

**La France actuelle Stufe B1 (Kleingruppe)**

Dans la bonne humeur, discussions et échanges en français sur différents thèmes: les actualités françaises, la vie quotidienne etc. L'important étant de s'exprimer le plus possible en français! Pour compléter: quelques petites révisions en grammaire.

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Lise Gaussuin-Reusch**

14x mittwochs, 19 bis 20.30 Uhr, ab 2. September · die Insel; 2. Etage; Raum 214 · 20 Teiln. · 63 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

**Lerntipp 6:**

Pauken Sie keine Grammatikregeln. Regeln sind notwendig, aber kein Selbstzweck. Sie werden nur so weit gegeben, als sie Ihnen helfen, sich richtig auszudrücken. Übrigens: Sprachen sind nicht immer „logisch“ aufgebaut. Verlangen Sie deshalb nicht für alle Besonderheiten einleuchtende Erklärungen. Nehmen Sie die Sprache so wie sie ist.

**40823**

Kurs

**La France au quotidien Stufe B1 (Kleingruppe)**

**Vous aimez la France, je pense!**

Alors, venez approfondir votre français, en discutant avec nous, sur différents thèmes: Régions de France, politique, débats, histoire, littérature, portraits, économie, société.

Si possible: Ecoute de chansons françaises, d' interviews sur CD et pourquoi pas une lecture ou regarder un film! Si nécessaire: Révisions de grammaire!

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Katia Guermont-Beckmann**

14x dienstags, 10 bis 11.30 Uhr, ab 8. September · die Insel; 2. Etage; Raum 220 · 20 Teiln. · 63 €

## Italienisch

### ITALIENISCH-LEHRBÜCHER

Buongiorno! neu  
Ernst Klett Verlag, ISBN 3-12-525496-1

Buonasera a tutti!  
Ernst Klett Verlag, ISBN 3-12-525509-8

La Prova Orale 1  
Ernst Klett Verlag

La Prova Orale 2  
Ernst Klett Verlag

### Stufe A1

#### 40901 Kurs

**Italienisch Stufe A1, Kurs 1**  
Lehrbuch: Buongiorno! neu, Lektion 1

**Ricarda Erler**

12x donnerstags, 19.30 bis 21 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 20 Teiln. · 45,50 €

#### 40902 Kurs

**Italienisch Stufe A1, Kurs 3**  
Lehrbuch: Buongiorno! neu, Lektion 7

**Ricarda Erler**

12x mittwochs, 18 bis 19.30 Uhr, ab 2. September · die Insel; 1. Etage; Raum 133 · 20 Teiln. · 45,50 €

### Stufe A2

#### 40906 Kurs

**Italienisch Stufe A2, Kurs 6**  
Lehrbuch: Buongiorno! neu (Wiederholung und Vertiefung)

**Caterina Traubner**

12x montags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 31. August · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 45,50 €

### Lerntipp 7:

Schreiben Sie während der Kursstunde nicht so viel mit. Das lenkt nur ab und hindert Sie daran, sich aktiv am Unterricht zu beteiligen. Ihre Kursleitung gibt Ihnen zum richtigen Zeitpunkt Gelegenheit, das Gelernte in Stichpunkten aufzuschreiben. Sie gibt Ihnen auch gerne an, wo Sie alles nachlesen können.

### Stufe B1

#### 40911 Kurs

**Italienisch Stufe B1, Kurs 6**  
(Kleingruppe)

Lehrbuch: Buonasera a tutti!, Lektion 7  
Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:  
bei 6 - 7 TN = 72 €, bei 8 - 9 TN = 54 €, bei 10 TN = 45,50 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Caterina Traubner**

12x dienstags, 20 bis 21.30 Uhr, ab 1. September · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 72 €

#### 40917 Kurs

**Italienisch Stufe B1, Kurs 11**  
(Kleingruppe)

Lehrbuch: La Prova Orale 1, Lektion 10  
Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:  
bei 6 - 7 TN = 72 €, bei 8 - 9 TN = 54 €, bei 10 TN = 45,50 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Caterina Traubner**

12x dienstags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 1. September · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 72 €

#### 40918 Kurs

**Italienisch - leichte Konversation Stufe B1**

Lehrbuch: La Prova Orale 1, Lektion 27

**Caterina Traubner**

12x donnerstags, 19.30 bis 21 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 128 · 20 Teiln. · 45,50 €

### Stufe B2

#### 40920 Kurs

**Gesprächskreis Italienisch Stufe B2**

Nur für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Kenntnissen der italienischen Sprache.  
Lehrbuch: La Prova Orale 2, Klett-Verlag

**Caterina Traubner**

12x donnerstags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 128 · 20 Teiln. · 45,50 €

#### 40921 Kurs

**Italienischer Gesprächskreis Stufe B2**

Auch in diesem Semester wollen wir - je nach Teilnehmerwunsch - aktuelle Themen zur Landeskunde bearbeiten, Lieder hören, Schwerpunktthemen der Grammatik wiederholen und reden, reden, reden ...

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die z. B. „Buonasera a tutti“ oder „Corso Italia 2“ abgeschlossen haben, sind willkommen.

**Ricarda Erler**

12x donnerstags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 2. Etage; Raum 214 · 20 Teiln. · 45,50 €

## Japanisch

#### 41003 **NEU** Kurs

**Japanisch Stufe A1**

Einführung in Sprache und Kultur

**Sabine Austen-Jandewerth**

12x montags, 19 bis 20.30 Uhr, ab 31. August · die Insel; 2. Etage; Raum 227 · 20 Teiln. · 45,50 €

## Niederländisch

### Stufe A1

#### 41409 Kurs

**Niederländisch Stufe A1, Kurs 1**

Lehrbuch: Taal vital

**Heidi Malkus**

14x montags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 31. August · die Insel; 2. Etage; Raum 206 · 20 Teiln. · 53 €

#### 41410 Kurs

**Niederländisch Stufe A1, Kurs 5**  
(Kleingruppe)

Lehrbuch: Taal vital

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:  
bei 6 - 7 TN = 84 €, bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Susanne Schulte-Saringer**

14x donnerstags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 2. Etage; Raum 226 · 20 Teiln. · 84 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

#### 41412 Kurs

**Niederländisch Stufe A1, Kurs 8**  
(Kleingruppe)

Lehrbuch: Taal vital

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:  
bei 6 - 7 TN = 84 €, bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Susanne Schulte-Saringer**

14x mittwochs, 18 bis 19.30 Uhr, ab 2. September · die Insel; 2. Etage; Raum 227 · 20 Teiln. · 63 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

#### 41415 Kurs

**Niederländisches Intensiv-Wochenende Stufe A1**

Sie möchten innerhalb kürzester Zeit einige Grundkenntnisse der niederländischen Sprache erwerben, um sich so im Alltag und im Urlaub verständigen zu können? Dann ist unser Wochenend-Intensivkurs genau das Richtige für Sie!

Freitag, 18. September, 17 bis 21 Uhr: Erwerb einiger wichtiger Vokabeln und Sprachstrukturen Insel Marler Stern, 1. Etage; Raum 132

Samstag, 19. September, 9 bis 14 Uhr: Fahrt nach Winterswijk zur Einübung des Gelernten (es werden Fahrgemeinschaften gebildet, Unkosten ca. 5 €)

Sonntag, 20. September, 9 bis 12 Uhr: Erfahrungsaustausch und Vertiefung des Gelernten (Insel-Zwggst. Hüls; 3. Etage; Raum 3.3 Nähatelier)

**Susanne Schulte-Saringer**

10 Teiln. · 34 €

### Stufe A2

#### 41417 Kurs

**Niederländisch Stufe A2, Kurs 9**  
(Kleingruppe)

Lehrbuch: Taal vital

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:  
bei 6 - 7 TN = 78 €, bei 8 - 9 TN = 59 €, bei 10 TN = 49 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Els Klein Essink**

13x donnerstags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 3. September · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 20 Teiln. · 78 €

## Russisch

### Stufe B1

#### 41919 Kurs

**Russisch für Fortgeschrittene Stufe B1**  
(Kleingruppe)

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:  
bei 6 - 7 TN = 84 €, bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Natalia Viktorowa**

14x montags, 17.45 bis 19.15 Uhr, ab 31. August · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 20 Teiln. · 84 €

### Lerntipp 8:

Bestehen Sie nicht darauf, dass ein Text Wort für Wort übersetzt wird. Versuchen Sie vielmehr, die Bedeutung eines Satzes im Ganzen zu erfassen. Nur so lernen Sie, sich in der fremden Sprache zu bewegen.

## Schwedisch

### Stufe B1

#### 42019 Kurs

**Schwedisch Stufe B1**

**Eva Oste**

10x dienstags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 15. September · die Insel; 2. Etage; Raum 204 · 20 Teiln. · 38 €

## Spanisch

### SPANISCH-LEHRBÜCHER

Camino neu 1, Ernst Klett Verlag  
ISBN 3-12-514906-9

Camino neu 2, Ernst Klett Verlag  
ISBN 3-12-514913-7

### Stufe A1

#### 42201 Kurs

**Spanisch A1, Kurs 1**

Lehrbuch: Camino neu 1 (Lehr- und Arbeitsbuch)

**Wilma Greiner**

14x dienstags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 1. September · die Insel; 1. Etage; Raum 132 · 20 Teiln. · 53 €

#### 42205 Kurs

**Spanisch Stufe A1, Kurs 5**

Lehrbuch: Camino neu 1 neu, ca. Lektion 7 c

**Birgit Cöster**

13x montags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 31. August · die Insel; 2. Etage; Raum 226 · 20 Teiln. · 49 €

#### 42206 Kurs

**Spanisch Stufe A1, Kurs 7**  
(Kleingruppe)

Lehrbuch: Camino neu 1, Lektion 10/11

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:  
bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €; eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Josefina Capote**

14x mittwochs, 18.30 bis 20 Uhr, ab 2. September · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 20 Teiln. · 63 €

## Möchten Sie das VHS Programmheft als Werbeträger nutzen?

Ich informiere Sie gerne.

**Bernd Stegemann**



Rittböörden 11 · 45665 Recklinghausen  
Fon 0 23 61-90 61 145 · Fax 0 23 61-58 24 190  
Mobil 0177-67 56 369 · www.vest-medien.com

### 42212 Kurs

#### Spanisch Stufe A1 (Kleingruppe)

Kenntnisse von ca. 2 - 3 Sem. werden vorausgesetzt (etwa Caminos 1, Lektion 10)

Es wird mit Kopien gearbeitet.

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 6 - 7 TN = 90 €, bei 8 - 9 TN = 68 €, bei 10 TN = 57 €;  
eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Elisa Catala Alonso de Medina**

10x mittwochs, 17.30 bis 20 Uhr, ab 30. September · die Insel; 1. Etage; Raum 132 · 15 Teiln. · 90 €

### Stufe A2

### 42221 Kurs

#### Spanisch mit Muße Stufe A2 (Kleingruppe)

Lehrbuch: Caminos neu 2, Lektion 11 b

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 6 - 7 TN = 84 €, bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €;  
eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich

**Wilma Greiner**

14x mittwochs, 9.30 bis 11 Uhr, ab 2. September · die Insel; 2. Etage; Raum 214 · 20 Teiln. · 84 €

### 42222 Kurs

#### Spanisch Stufe A2, Kurs 12

Lehrbuch: Caminos 3 neu, Lektion 1

**Birgit Cöster**

12x donnerstags, 20 bis 21.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 1. Etage; Raum 130 · 20 Teiln. · 45,50 €

### Lerntipp 9:

Es ist wichtig, dass Sie regelmäßig am Unterricht teilnehmen. Wenn dies einmal nicht möglich ist, dann „springen“ Sie bitte nicht gleich „ab“, sondern sprechen Sie mit Ihrer Kursleitung. Sie wird Ihnen sicherlich helfen, den Anschluss wiederzufinden. Sollten Sie den Kurs verlassen wollen, so informieren Sie bitte Ihre Kursleitung. Vielleicht besprechen Sie auch die Gründe; sie zu kennen, könnte für die Kursleitung und auch für die Volkshochschule wichtig sein.

### Stufe B1

### 42228 Kurs

#### Spanisch Stufe B1, Kurs 5

Curso de Puesta a punto en español Escriba, hable, entienda ... argumente

**Josefina Capote**

14x donnerstags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 3. September · die Insel; 2. Etage; Raum 225 ? 20 Teiln. · 53 €

### 42230 Kurs

#### Spanisch: Mesa redonda Stufe B1

(Kleingruppe)

Conversación

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 6 - 7 TN = 60 €, bei 8 - 9 TN = 45 €, bei 10 TN = 38 €;  
eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Mariles Abril**

10x montags, 18 bis 19.30 Uhr, ab 31. August · die Insel; 2. Etage; Raum 214 · 20 Teiln. · 60 €

### 42240 Einzelveranstaltung

#### El Turismo Ayer y Hoy

Diavortrag in spanischer Sprache

Tradicionalmente, el turismo busca en nuestro país sol y playa a causa de los muchos kilómetros de costa y el buen tiempo. Pero aunque España sigue siendo el destino preferido para los alemanes, nuevas zonas turísticas más económicas compiten con nosotros y es necesario ampliar la oferta de vacaciones: turismo cultural, turismo activo o turismo rural son algunas de las posibilidades. Vamos a conocer un poco cómo empezó todo, ejemplos de las costas más y menos conocidas, las islas, ciudades patrimonio de la Unesco y las regiones más adecuadas para unas vacaciones en la naturaleza.

**Elisa Catala Alonso de Medina**

Montag, 2. November, 19 bis 21 Uhr · die Insel; 1. Etage; Raum 141 · 50 Teiln. · 5 €

Kartenverkauf im Anmeldebüro + Abendkasse



### Lerntipp 10:

Vor allen Dingen ist eine aufgelockerte Atmosphäre für erfolgreiches Lernen wichtig. Nehmen Sie Kontakt zu den anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern auf. Warten Sie nicht auf die anderen oder auf die Kursleitung; ergreifen Sie selbst die Initiative. Besprechen Sie Lernschwierigkeiten und Konflikte untereinander und mit der Kursleitung. Besprechen Sie auch die Arbeitsweise. Eine Methode, mit der Sie nicht einverstanden sind, erschwert Ihnen das Lernen unnötig.

## Türkisch

### Stufe A2

### 42418 Kurs

#### Türkisch Fortsetzungskurs Stufe A2 (Kleingruppe)

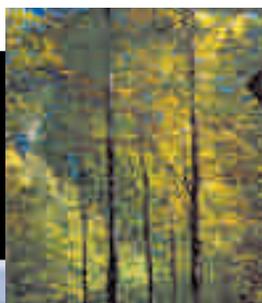
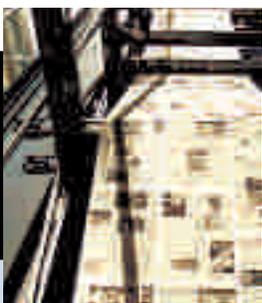
Einige Grundkenntnisse sollten vorhanden sein, z. B. die Fälle kennen, konjugieren können, das Bilden einfacher Sätze.

Das Entgelt richtet sich nach der Zahl der TN:

bei 6 - 7 TN = 84 €, bei 8 - 9 TN = 63 €, bei 10 TN = 53 €;  
eine Ermäßigung ist erst ab 10 TN möglich.

**Ali Naki Eroglu**

14x dienstags, 18.30 bis 20 Uhr, ab 1. September · die Insel; 2. Etage; Raum 226 · 20 Teiln. · 84 €



## Studienreisen

40660 Sie bauten die ersten Tempel... Studienreise in die Süd-Ost-Türkei 9. 10. bis 23. 10. 2009

## Exkursionen

10223 Imperium, Haltern am See, 12. 9. 2009

10224 Mythos, Detmold, 19. 9. 2009

10225 Konflikt, Kalkriese, 26. 9. 2009

10230 Kennen Sie das Ruhrgebiet? Gipfelerlebnisse in der Metropole Ruhr, 5. 9. 2009

20301 Städtisches Museum, Abteiberg Mönchengladbach, 26. 9. 2009

11501 Pilze suchen, finden und ... essen! 10. 10. 2009

11502 Pilze suchen, finden und ... essen! 31. 10. 2009

20302 und 20303 Claude Monet im Von-der-Heydt-Museum Wuppertal, 21. 11. 2009 und 26. 11. 2009





## Arbeit Beruf EDV

**Dr. Fritz Riess**  
Telefon 88 07 75



E-Mail: Fritz.Riess@marl.de

## Wegweiser durch das EDV-Programm

Das EDV-Programm ist in folgende Teilbereiche gegliedert:

### Einführungs- und Schnupperangebote

... Veranstaltungen teils kostenlos, teils zu einem reduzierten Preis, die Ihnen die Möglichkeit geben, unser Angebot zu testen und sich zu orientieren, wenn Sie noch nicht genau wissen, welches Seminar richtig für Sie ist.

### Grundlagen-Kurse und Seminare

... alles für diejenigen, die ohne oder nur mit wenigen Vorkenntnissen das Arbeiten mit einem PC erlernen wollen.

### EDV für Frauen

... Vormittagskurse, in denen Frauen unter sich sind.

### EDV für ältere Menschen

... Vormittagskurse, in denen Schritt für Schritt die Geheimnisse um den PC gelüftet werden.

### Computern für Kids

... Nachmittagskurse und Ferienseminare, in denen sich Kinder und Jugendliche den PC erobern.

### Übung macht den Meister/die Meisterin

... Kurse, wo sich alle diejenigen treffen, die schon vieles für die Arbeit am PC wissen und noch mehr wissen wollen! Hier werden am Anfang die Wünsche der Teilnehmer/-innen gesammelt und daraus ein Kursprogramm gestrickt, das Ihren Vorstellungen entspricht.

### Textverarbeitung

... systematische Kurse und Spezialseminare rund um das Textverarbeitungsprogramm WinWORD.

### Tabellenkalkulation

... systematische Kurse und Spezialseminare rund um das Tabellenkalkulationsprogramm EXCEL.

### Internet

... Kurse und Seminare rund um das Internet.

### Organisation / Management

... alles, was für die Büroorganisation und die Präsentation wichtig ist.

### Grafik / Multimedia

... Seminare und Kurse für das grafische Arbeiten am PC, zur Bildbearbeitung (Photoshop), zum Fotografieren und anderen multimedialen Anwendungen.

### PC-Technik / Betriebssysteme

... Kurse und Seminare für alle, die nicht vor den Tücken des PCs kapitulieren wollen und vor Technik und Betriebssystem nicht zurückschrecken.

### Maschinenschreiben / Tastschreiben

... Kurse und Seminare, um vom Zwei-Finger-Adler-Such-System auf das 10-Finger-Blindschreiben umzustellen.

### Rechnungswesen / Selbständigkeit

... alles was Sie brauchen, um die Buchführung ohne und mit PC zu erledigen und um Ihre Selbständigkeit zu organisieren.

## Einführungs- und Schnupperangebote

### PC-Schnuppertermin

Sie wollen in die EDV und die Arbeit mit dem PC einsteigen und wissen nicht wie? Dann sind Sie hier genau richtig! Kostenlos bieten wir Ihnen die Möglichkeit, erste Schritte am PC zu unternehmen und sich ausführlich darüber zu informieren, wie Sie das EDV-Programm der Insel-VHS am effektivsten für Ihren Einstieg in die EDV-Welt nutzen.

Damit wir sicherstellen können, dass jedem/jeder Teilnehmer/-in ein PC zur Verfügung steht, ist auf jeden Fall eine Anmeldung - am schnellsten telefonisch - notwendig.

**Dr. Fritz Riess**

### 50100A Seminar

Montag, 07. September, 9 bis 12 Uhr · Insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · entgeltfrei

### 50100B Seminar

Montag, 14. September, 9 bis 12 Uhr · Insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · entgeltfrei

### 50100C Seminar

Mittwoch, 16. September, 18.30 bis 21.30 Uhr · Insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · entgeltfrei

### 50100D Seminar

Donnerstag, 17. September, 9 bis 12 Uhr · Insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · entgeltfrei

### 50100E Seminar

Donnerstag, 17. September, 18.30 bis 21.30 Uhr · Insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · entgeltfrei



### EDV-Übungsnachmittag und Internet-Café

Sie wollen das, was Sie im Insel-Seminar gelernt haben, nochmal intensiv trainieren und haben keinen PC zu Hause? Oder Sie haben ein spezielles Problem mit einer Anwendungssoftware und suchen Rat?

Dann hat die Insel jetzt das Richtige für Sie! Die Insel bietet Ihnen die Möglichkeit, an mehreren Freitag-Nachmittagen in den EDV-Unterrichtsräumen unter Anleitung frei zu üben. Sie zahlen nur für den Besuch und können selbst üben, Fragen stellen usw. usw. Außerdem ist das Internet nur einen Mausklick weit entfernt: Sie können an diesen Nachmittagen auch Ihre eigenen Recherchen im Internet durchführen und durch den Cyberspace surfen.

Für diese Möglichkeiten zahlen Sie nur 3 EUR pro Stunde! Die Übungsnachmittage finden jeweils von 14.30 bis 17.30 Uhr in unseren EDV-Unterrichtsräumen in der Insel-VHS, Zweigstelle Hül statt. Voraussetzung für einen Besuch ist, dass Sie schon mit dem PC arbeiten können: eine EDV-Einführung können diese Nachmittage nicht ersetzen!

**Dr. Fritz Riess**

50109A Freitag, 18. September  
50109B Freitag, 13. November  
50109C Freitag, 11. Dezember  
50109D Freitag, 22. Januar

## Grundlagenkurse und Seminare

### Einstieg in das Arbeiten mit dem PC

Wir helfen Ihnen, den Weg zur sicheren Nutzung eines Personal Computers zu finden! In drei Stufen können Sie sich an das Arbeiten mit einem PC herantasten:

#### A Der allererste Einstieg in das Arbeiten mit dem PC

Wenn Sie wirklich noch nie mit einem PC zu tun hatten und auch die Schreibmaschinentastatur für Sie ein Buch mit sieben Siegeln ist, dann sind Sie hier richtig!

#### B Grundlagen für das Arbeiten mit dem PC

Hier steigen Sie ein, wenn Sie sich auf der Schreibmaschinentastatur auskennen, aber noch keine oder nur sehr geringe Erfahrung im Umgang mit einem PC haben.

#### C Wir arbeiten mit dem PC!

Hier werden gewisse Grundlagen vorausgesetzt (bzw. nur kurz wiederholt, siehe Inhalt Teil B) und wir lernen, den PC konkret für bestimmte Anwendungen oder für das Internet zu nutzen.

Wenn Sie unten die Termine für die Kurse und Seminare studieren, werden Sie bemerken, dass für eine gleiche Kursnummer immer die Teile A, B und C hintereinander liegen: Sie fangen bei A oder B (je nach Vorkenntnissen) an und finden dann die nachfolgenden Teile unter der gleichen Kursnummer!

In jedem Fall legen Sie, wenn Sie alle drei Teile besuchen, innerhalb von 48 Unterrichtsstunden für 136 ein solides Fundament für Ihre weitere Arbeit mit dem PC: das Tor zu den weiteren EDV-Kursen und -Seminaren in diesem Programmheft steht Ihnen dann offen!

### Der allererste Einstieg in das Arbeiten mit dem PC

#### Tastatur- und Maus-Training

Hier sind die Einsteiger/-innen unter sich! Ohne irgendwelches Vorwissen trainieren wir den Umgang mit der Maus und erlernen mit den allerersten Arbeitsschritten die Funktionen der einzelnen Tasten auf der Computertastatur. Ein erster Text wird in das Textverarbeitungsprogramm Word eingegeben, abgeändert, korrigiert und ausgedruckt.

Es entstehen ca. 1 € Kosten für Unterrichtsmaterialien.

### 50120A Kurs nur für Frauen

**Maria-Elisabeth Wehmeier**

3x montags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 21. September · Insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 26 €

### 50121A Kurs nur für Senioren/-innen

**Werner Partner**

3x mittwochs, 8.45 bis 11 Uhr, ab 23. September · Insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 26 €

### 50122A Abendseminar

**Frank Klatt**

2x dienstags, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 29. September · Insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

### 50123A Wochenendseminar

**Michael Klatt**

Samstag, 26. September, von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · Insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

### 50124A Kurs nur für Frauen

**Maria-Elisabeth Wehmeier**

3x dienstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 8. Dezember · Insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 26 €

### 50125A Kurs nur für Senioren/-innen

**Werner Partner**

3x freitags, 8.45 bis 11 Uhr, ab 4. Dezember · Insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 26 €

### SOFTWARE ZUM GUTEN KURS!

Als Teilnehmer/-in an einem Insel-EDV-Kurs haben Sie die Möglichkeit, Software-Lizenzen für die Produkte der Firmen

**MICROSOFT • ADOBE  
COREL • MACROMEDIA**

zu einem günstigen Preis zu erwerben. Diese Lizenzen dürfen nur im privaten, nicht-kommerziellen Bereich genutzt werden. Informationen erhalten Sie telefonisch unter 023 65/88 07 77, per E-Mail über [nicole.zickler@marl.de](mailto:nicole.zickler@marl.de) oder bei Ihrer Kursleitung.

## Grundlagen für das Arbeiten mit dem PC

Wir kennen Maus und Computertastatur und stürzen uns nun in die Arbeit mit dem PC. Zu den Grundlagen gehört es, den Umgang mit den wesentlichen Elementen und Funktionen der grafischen Benutzeroberfläche Windows zu erlernen und mit Ordnern/Unterverzeichnissen seine Dateien (Texte, Tabellen, Bilder usw.) effektiv zu verwalten damit wir alles, was wir abspeichern auch später einmal wieder finden. Mit Word (und evtl. auch Excel) üben wir, gezielt Dateien in bestimmte Ordner abzuspeichern, damit wir die Übersicht behalten, was wir alles wo auf der Festplatte haben. Dateien werden umbenannt, in andere Ordner verschoben und wieder gelöscht. Mit Word erarbeiten wir uns die grundlegenden Regeln der Textverarbeitung, die immer wieder an den verschiedensten Stellen gebraucht werden, und wenden erste Gestaltungsmöglichkeiten (Auswahl von Schriften und Schriftgrößen usw.) an.

Es entstehen ca. 2,50 € für Unterrichtsmaterialien.

**S50120B** Kurs nur für Frauen

**Maria-Elisabeth Wehmeier**

7x montags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 26. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 60,50 €

**S50121B** Kurs nur für Senioren/-innen

**Werner Partner**

7x mittwochs, 8.45 bis 11 Uhr, ab 28. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 60,50 €

**S50122B** Abendkurs

**Frank Klatt**

5x dienstags, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 27. Oktober · insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 58 €

**S50123B** Wochenendseminar

**Michael Klatt**

Samstags, 7. und 14. November, jeweils von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 08. November von 10 bis 13 Uhr · insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 58 €

**S50124B** Kurs nur für Frauen

**Maria-Elisabeth Wehmeier**

7x dienstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 12. Januar · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 60,50 €

**S50125B** Kurs nur für Senioren/-innen

**Werner Partner**

7x freitags, 8.45 bis 11 Uhr, ab 15. Januar · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 60,50 €

## Wir arbeiten mit dem PC

Maus und Tastatur sind Ihnen bekannt, die Grundfunktionen der grafischen Benutzeroberfläche Windows sind Ihnen geläufig und die Dateiverwaltung unter Windows bereitet Ihnen keine Mühe mehr: damit haben Sie den Grundstein für ein effektives Arbeiten mit dem PC gelegt! Jetzt kann es los gehen!

Mit Word werden Privat- und Geschäftsbriefe geschrieben und ansprechende Einladungen für unterschiedliche Anlässe gestaltet. Mit Excel erarbeiten wir uns ein Haushalts- und ein Fahrtenbuch und verabschieden uns von lästiger Rechenarbeit. Wir recherchieren nach selbst ausgewählten Themen im Internet und kommunizieren weltweit per E-Mail. So ganz nebenbei werden dabei die Grundlagen gefestigt und die Arbeit am PC wird zur Routine.

Es entstehen ca. 2,50 € Kosten f. Unterrichtsmaterialien.

**S50120C** Kurs nur für Frauen

**Maria-Elisabeth Wehmeier**

6x montags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 11. Januar · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 52 €

**S50121C** Kurs nur für Senioren/-innen

**Werner Partner**

6x mittwochs, 8.45 bis 11 Uhr, ab 13. Januar · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 52 €

**S50122C** Kurs

**Frank Klatt**

5x dienstags, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 1. Dezember · insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 58 €

**S50123C** Wochenendseminar

**Michael Klatt**

Samstags, 9. und 16. Januar, jeweils von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 10. Januar, von 10 bis 13 Uhr · insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 58 €

**S50124C** Kurs nur für Frauen

**Maria-Elisabeth Wehmeier**

7x dienstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 2. März · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 60,50 €

**S50125C** Kurs nur für Senioren/-innen

**Werner Partner**

6x freitags, 8.45 bis 11 Uhr, ab 5. März · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 52 €

## ... und hier der etwas andere Einstieg in das Arbeiten mit dem PC:

**S50130**  Kurs

### Das will ich wissen!

#### Einstieg in das Arbeiten mit dem PC

Sie haben einen PC oder Notebook und möchten damit auch umgehen können. Sie wollen wissen, wie Sie Informationen im Internet schnell und sicher finden. Sie möchten e-mails schreiben und mit Fotos versenden. Diese Fotos lassen sich leicht und bequem mit Picasa bearbeiten. Auch Themen wie ebay, online-banking, online einkaufen und Sicherheit im Internet werden behandelt. Es entstehen 4,50 € Kosten für ein Skript.

**Brigitte Lotte**

6x dienstags, 9.45 bis 12 Uhr, ab 27. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 52 €

## EDV für Frauen

### Hinweis

Beachten Sie auch unsere Kurse **S50120A, S50120B, S50120C, S50124A, S50124B und S50124C!**

## EDV für ältere Menschen

### Hinweis

Beachten Sie auch unsere Kurse **S50121A, S50121B, S50121C, S50125A, S50125B und S50125C!**

**S50131**  Kurs

### Senioren am PC mobil

#### Einstieg in das Arbeiten mit dem PC

Immer mehr Seniorinnen und Senioren wagen den Schritt an den Computer, und sie nutzen ihn zunehmend als Werkzeug für ihre unterschiedlichen Hobbys. Dabei probieren sie aus, experimentieren und kommen zu überraschenden Ergebnissen.

Dieser Kurs ist auch als Einführungskurs gedacht, aber thematisch eng an den Bedürfnissen der Teilnehmer/-innen orientiert, die mit ihrem eigenen Laptop auch ihre eigene Hobbys „mitbringen“.

Folgende Themen bieten sich an: Was geht im Internet, was geht nicht, wo gebe ich mich in Gefahr? Angebote im Internet: Youtube, Myspace, Stayfriends, Parship & Co. Verwaltung und Überarbeitung meiner Digitalfotos. Musikaufnahmen, Wiedergabe, iTunes & Co. ebay - auch was für uns Ältere? Ahnenforschung, ein Zugang mit Computer und Internet. Welche Programme brauche ich, welche nicht? Runterladen und Installieren, wie geht das?

Bitte mitbringen: Laptop, Digitalkamera, MP3-Player, externe Festplatte, Headset - einfach alles, was man so hat und unkompliziert mitbringen kann (also keinen Drucker!).

**Werner Partner**

5x freitags, 8.45 bis 11 Uhr, ab 30. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 43,50 €

## Computern for Kids

**S50141** Kurs

### Erfolgreich mit E-Junior-Basis

Für Kinder zwischen 7 und 10 Jahren ist dieser Kurs gedacht, um auf kreative Weise PC-Wissen zu vermitteln. Von den Grundlagen wie Hard- und Software, Programme und Ordner geht es experimentell weiter mit Paint, Word und Internet. Ein kleiner Test sowie eine Urkunde runden das Ganze ab. Der Kurs ist für Anfänger gedacht. Es entstehen zusätzlich noch 3 € Kosten für ein Skript.

**Brigitte Lotte**

6x montags, 16 bis 17.30 Uhr, ab 26. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 12 Teiln. · 35 €

**S50142** Kurs

### E-Junior-Profi

Dieser Kurs ist gedacht für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren, die schon etwas Erfahrung am PC haben. In den verschiedenen Lektionen geht es um Dateien, Ordner, Text- und Fotogestaltung unter Verwendung von WordArt, Autoformen und Zeichenobjekten. Im Internet suchen wir Infos, legen Favoriten an, kopieren Bilder und Texte und versenden E-Mails mit Anhang. Nach jeder Lektion erfolgt ein Wissenstest.

Es entstehen zusätzlich noch 3 € Kosten für ein Skript.

**Brigitte Lotte**

6x dienstags, 16 bis 17.30 Uhr, ab 27. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 35 €

### Einstieg in das Arbeiten mit dem PC (für Jugendliche zwischen 10 und 15 Jahre)

Jugendliche im Alter von 10 bis 15 Jahren treffen sich in dieser Woche, um den PC von der Pike auf kennen zu lernen: wer die Nase von Ballerspielen voll hat und wissen will, was er darüber hinaus noch mit seinem PC anfangen kann, der ist hier richtig! Wir wollen den PC besser verstehen und lernen, wie man mit der grafischen Benutzeroberfläche Windows arbeitet. Wir schreiben in Word und gestalten eine tolle Einladung zu einer Geburtstagsfeier; Matheaufgaben mit Excel werden zum Kinderspiel und bei der Bildbearbeitung vom Foto mit der Digitalkamera bis zur langen Nase auf dem Bildschirm fängt der Spaß erst richtig an. Auch das Internet ist immer nur einen Mausklick weit entfernt und wir surfen zielgerichtet durch das Web und lernen, MP3s und Shareware für alle Zwecke zu finden; auch für das nächste Referat in Deutsch oder Geschichte wird das Internet zur wahren Fundgrube.

**Thorsten Bradt**

**Q50148S** Wochenseminar

Montag, 3. August bis Freitag, 7. August, jeweils 9 bis 13.15 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 72,50 €

**S50147H** Wochenseminar

Montag, 12. Oktober bis Freitag, 16. Oktober, jeweils 9 bis 13.15 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 72,50 €

### Arbeiten mit dem PC (Jugendliche, Fortgeschrittene)

Ihr möchtet euren PC wirklich nutzen und herausfinden, was auch das Betriebssystem Windows und viele andere Programme alles zu bieten haben: Schreiben, Malen, Zeichnen, Tabellen erstellen... Na, dann seid ihr in diesem Kurs „voll richtig“, denn hier lernt ihr mit dem Computer umzugehen – sinnvoll! Ihr werdet sehen, wie erstklassig man den PC auch für schulische Dinge anwenden kann. Wir werden außerdem ins Internet gehen, um ausgiebig das Surfen zu lernen – jeden Tag! Und wir werden das Surfbrett – z. B. den Microsoft Internet Explorer – bis ins Detail kennenlernen! Außerdem: Ein kleineres Web-Projekt ist auch geplant, d.h., wir werden unsere Arbeitsergebnisse im Internet für alle Welt zur Schau stellen.

Einiges an Vorkenntnissen für das Arbeiten mit dem PC solltet ihr schon mitbringen: wir wollen in dieser Woche nicht nochmal bei Adam und Eva anfangen, sondern gleich von Anfang an mit allen Hilfsmitteln arbeiten. Langeweile ist bestimmt nicht angesagt, lasst euch also überraschen!

**Thorsten Bradt**

**Q50149S** Seminar

Montag, 10. August bis Freitag, 14. August, jeweils 9 bis 13.15 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 72,50 €

**S50148H** Seminar

Montag, 19. Oktober bis Freitag, 23. Oktober, jeweils 9 bis 13.15 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 72,50 €

# RAINBOW

Computertechnik GmbH

[www.rainbow-ct.de](http://www.rainbow-ct.de)

Brassertstr. 125

45768 Marl

Tel. (0 23 65) 96 37 13

Fax. (0 23 65) 96 37 24

Hard- und Software

PC-Reparaturen aller Hersteller

vor Ort Service

Netzwerkreinrichtung



Alles für den Garten  
Alles für's Wohnen

Gerne gehen wir auf Ihre Ideen ein, wenn es darum geht Ihr Zuhause schöner zu machen. Unser Montageservice unterstützt Sie zu 100% – beim Innenausbau oder im Außenbereich gleichermaßen. Wenn Sie es wünschen, gestalten wir gemeinsam mit Ihnen Ihre individuellen Vorstellungen!

Zechenstraße 12-14 · 45772 Marl  
Tel.: 0 23 65-96 78 - 0  
Fax: 0 23 65-96 78 - 89  
eMail: [info@bunzel.de](mailto:info@bunzel.de) · [www.bunzel.de](http://www.bunzel.de)

GARTEN & RAUM  
**BUNZEL**

## Ihr kompetenter Partner für

- Seminare zur beruflichen Bildung
- Qualifizierung und Arbeitsvermittlung
- Interkulturelle Seminare
- Deutsch-Sprachkurse
- individuelle Firmenschulungen und -seminare
- Berufs- und Studienwahlorientierung
- Prüfungsvorbereitung für Auszubildende
- und vieles mehr



Wir haben auch das passende Angebot für Sie!

Weitere Informationen unter [www.bzdh.de](http://www.bzdh.de)

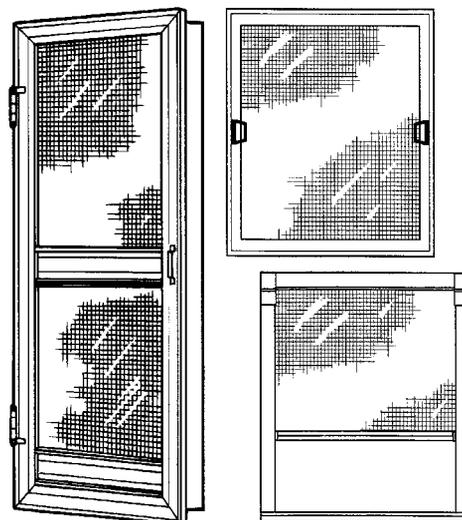
Wir beraten Sie gerne!

## Glas Hagen

Die Spiegelgalerie

### INSEKTENSCHUTZ

FÜR SIE AUF MASS GEFERTIGT  
FÜR JEDES FENSTER, FÜR JEDE TÜR



- Spiegel
- Duschkabinen
- Glastüren



Kreuzstraße 21 (Nähe TÜV)

45770 Marl

Fon (02365) 14044

Fax (02365) 55974

Internet: [www.glashagen.de](http://www.glashagen.de)

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. von 9-18 Uhr

Sa. von 10-13 Uhr

Präsentations-CD  
"Spiegel" -  
jetzt kostenlos  
anfordern!



Bildungszentrum  
des Handels e.V.

Wickingplatz 2-4 • 45657 Recklinghausen  
Tel.: 0 23 61 / 48 06 - 0 • Fax: 0 23 61 / 48 06 - 999  
e-mail: [info@bzdh.de](mailto:info@bzdh.de) • Internet: [www.bzdh.de](http://www.bzdh.de)

## Übung macht den Meister/ die Meisterin

### Übung macht den Meister/die Meisterin

Sie haben bereits erste Erfahrungen mit dem Computer gemacht? Hier können Sie Ihre Grundkenntnisse wieder auffrischen und vertiefen. Lernschwerpunkte sind: Dateien verwalten (Ordner anlegen, speichern, Dateien wiederfinden), Text-/Briefgestaltung, Einfügen und Bearbeiten von Bildern/Grafiken, Internetnutzung. Sie werden in der Nutzung der Office-Anwendungen WORD und Excel viel dazulernen.

Gern werden auch Ihre Wünsche berücksichtigt! Für Kopien entstehen Kosten von ca. 2,50 €.

**Maria-Elisabeth Wehmeier**

**50151**

Kurs

7x donnerstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 29. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 60,50 €

**50152**

Kurs

7x donnerstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 14. Januar · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 60,50 €

## Textverarbeitung

### Word Einführung

Inhalt: Kurze Einführung in das Arbeiten mit Windows, Bildschirmaufbau in Word, Texteingabe und -korrektur, Textgestaltung, Speichern und Laden einer oder mehrerer Dateien, Grafiken einbinden, Arbeiten mit Tabellen. Grundkenntnisse im Arbeiten mit einem PC, wie sie in einer der Einführungsveranstaltung vermittelt werden, sind erforderlich.

**50160**

Abendkurs

**Jürgen Brüns**

4x mittwochs, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 28. Oktober · insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 46 €

**50161**

Wochenendseminar

**Algeth-Alena Rehenning**

Freitag, 6. November, von 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 7. November von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 8. November von 10 bis 13 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 46 €

**50166**

Kurs

### Word Professional

Alles, was für die professionelle Textverarbeitung im Büro wichtig ist: Tabellen, Arbeiten mit Format- und Dokumentvorlagen, Kopf- und Fußzeilen, Gestaltungsebenen (Zeichen, Absatz, Abschnitt, Dokument), Serienbrieffunktion, Textbausteine, Formulare, DTP mit WordArt, individuelle Gestaltung des Bildschirms, Routinearbeiten mit Makros erleichtern.

Es wird ein Skript zum Preis von 13 EUR empfohlen.

Für die Teilnahme an diesem Seminar sind die Kenntnisse aus der Einführung erforderlich. Bei Interesse kann anschließend die Prüfung für das Xpert-Modul Textverarbeitung Basic abgelegt werden.

**Jürgen Brüns**

6x mittwochs, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 25. Nov. · insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 69,50 €

**50168**

Seminar

### Formulare mit Word entwerfen

Von der Wiege bis zur Bahre - Formulare, Formulare! Mit Word ist es einfach, professionell gestaltete Formulare zu entwerfen. Wir setzen Textfelder ein, wenden Kontrollkästchen an und geben mit Drop-Down-Feldern Antwortmöglichkeiten vor. Mit den Tabellenfunktionen geben wir dem Formular eine optisch wirkungsvolle Struktur. Das Ganze schützen wir dann vor Veränderungen durch die Nutzer/-innen. Nur Auswerten müssen wir dann noch selbst ...

Für die Teilnahme an dem Seminar werden Kenntnisse in Word vorausgesetzt.

**Algeth-Alena Rehenning**

2x samstags, 14 bis 17 Uhr, ab 21. November · insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

**50169**

Seminar

### Rationell lange Berichte in Word erstellen

Nicht immer sind es nur die kurzen Briefe, die mit Word geschrieben werden müssen! Geschäftsberichte, Gebrauchsanleitungen, Reports, Artikel, Manuskripte und Romane erstrecken sich über viele Seiten und erfordern Kapiteleinteilung, Seitenzahlen, Inhaltsverzeichnis, Stichwortverzeichnis usw. Alle diese Hilfsmittel und vieles mehr stellt Word zur Verfügung und ist Inhalt dieses Seminars. Wir arbeiten mit Dokument- und Formatvorlagen, Kopf- und Fußzeilen und nutzen alle Hilfsmittel, um einen nicht nur inhaltlich (dafür kann Word nichts!), sondern auch optisch ansprechenden und übersichtlichen Text zu erhalten.

Für die Teilnahme an dem Seminar werden Kenntnisse in Word vorausgesetzt.

**Algeth-Alena Rehenning**

2x samstags, 14 bis 17 Uhr, ab 5. Dezember · insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

## Tabellenkalkulation

### Excel Einführung

Inhalt: Kurze Einführung in das Arbeiten mit Windows, Bildschirmaufbau in Excel, Entwerfen einfacher Tabellen, Eingaben von Texten, Werten und Formeln; Bearbeiten und Gestalten von Tabellen; Arbeiten mit mathematischen und logischen Formeln; Layout und Ausdruck von Tabellen.

Grundkenntnisse im Arbeiten mit einem PC, wie sie in einer der Einführungsveranstaltungen vermittelt werden, sind erforderlich.

**50170**

Kurs

**Engelbert Lauf**

4x donnerstags, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 29. Oktober · insel Zwgst. Hül; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 46 €

**50171**

Seminar

**N.N.**

Freitag, 27. November, von 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 28. November von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 29. November von 10 bis 13 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 46 €

**50176**

Kurs

### Excel Professional

Alles, was für die professionelle Tabellenkalkulation im Büro wichtig ist: Anwendung der mathematischen und logischen Funktionen, SVRWEIS-Funktion, fortgeschrittene Tabellengestaltung; Umwandlung von Zahlenmaterial in Grafiken, Grafikkarten und ihre Vor- und Nachteile; die Datenbankfunktion von Excel, Sortieren und Selektieren von Daten, Ausdruck von Listen; Automatisierung durch Aufzeichnung von Makros.

Es wird ein Skript zum Preis von 13 € empfohlen.

Es sind Kenntnisse aus der Einführung erforderlich. Bei Interesse kann anschließend die Prüfung für das Xpert-Modul Tabellenkalkulation abgelegt werden.

**Engelbert Lauf**

6x, dienstags und donnerstags, jeweils von 18.30 bis 21.30 Uhr, ab dem 24. November · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 69,50 €



## Internet

### Das Internet effektiv und sicher nutzen

Sie haben genug von dem mehr oder weniger zielgerichteten Herum-Surfen im Internet und wollen verstehen, wie das alles funktioniert und wie Sie schneller das finden, was Sie suchen? Und Sie wollen gegen die vielfältigen Bedrohungen aus dem Internet gewappnet sein? Dann sind Sie hier richtig!

Wir lernen über das einfache Klicken und Surfen hinaus etwas mehr darüber, wie das Internet funktioniert. Daraus ergeben sich viele Tipps und Tricks, wie man/frau das Internet effektiver nutzen kann, warum manchmal vieles nicht so funktioniert, wie man/frau es erwartet, und wie man sich gegen Viren, Trojaner, Würmer usw. wehrt. Kenntnisse im Umgang mit einem PC unter Windows und erste Erfahrungen im Umgang mit dem Internet sind für den Besuch des Seminars erforderlich.

Es entstehen ca. 2,50 € für Unterrichtsmaterialien.

**Christian Chudoba**

**50191**

Abendseminar

Dienstag, 10. November und Donnerstag, 12. November, jeweils von 18.30 und 21.30 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

**50192**

Wochenendseminar

Samstag, 31. Oktober, 10 bis 13 und 14 bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

**50193**

**NEU** Seminar

### Die Welt in Google-Earth

Wer wollte nicht schon mal mit dem Hubschrauber durch den Grand Canyon fliegen oder die Skyline von New York bewundern? Mit Google-Earth erschließt sich der gesamte Globus vom heimischen PC aus. Der Erdkunde-Unterricht wird so anschaulich, wie noch nie zuvor, und das nächste Urlaubsziel kann schon vor der Anreise in Augenschein genommen werden – und jeder kann in meinen Garten schauen ...

**Christian Chudoba**

Mittwoch, 9. Dezember, 18.30 bis 21.30 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 11,50 €

**50194**

**NEU** Seminar

### Im Internet telefonieren

#### Skype macht's möglich

Wenn abzusehen ist, dass die Telefonrechnung unbezahlbar wird, vielleicht weil viele Freunde im Ausland leben oder die Kinder im Ausland studieren, dann wird es Zeit, sich Alternativen zu überlegen. Der Internet-Anschluss ist schon da und wird mit einer Flatrate bezahlt: warum also nicht diese Verbindung zur Außenwelt nutzen? Telefonie über das Internet ist gar nicht so schwierig und wir zeigen Ihnen, wie es funktioniert. Dass man sich dabei dann vielleicht auch noch sehen kann (Video-Telefonie), macht die Sache noch interessanter.

**Christian Chudoba**

Freitag, 11. Dezember, 18.30 bis 21.30 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 11,50 €

**50199**

**NEU** Seminar

### Professionelles Web-Design

Nur HTML- und/oder CSS-Kenntnissen reichen heutzutage für das Design von Internetseiten nicht mehr aus. Neben der Umsetzung der rein technischen Grundlagen muss der gesamte Entwicklungs- und Gestaltungsprozess beherrscht werden: Von der eigentlichen Ideenfindung und Planung (Was? Wie? Warum?), über die (rechtssichere) Domain-Registrierung, die grafische und funktionale Umsetzung eines Scribbles (Farbpsychologie und barrierefreie Usability) bis zum möglichen Einsatz eines Content Management Systems (CMS) sind dabei viele Aspekte zu beachten.

Ziel der Veranstaltung ist es, Sie mit dem professionellen Gestaltungsprozess vertraut zu machen und dabei besonders effektiv die Standard-Anwendungen (z. B. Adobe Dreamweaver und Photoshop) einzusetzen. Um die Pflege Ihrer Website(s) möglichst zu vereinfachen, wird das CMS Typo3 eine besondere Berücksichtigung finden. Mit Typo3 können selbst äußerst umfangreiche Webseiten „gemanaget“ werden. Dieses CMS steht kostenlos zur Verfügung. Das an seinem Beispiel erlernte Wissen kann analog auf CMS-Systeme anderer Anbieter übertragen werden.

**Thorsten Bradt**

Freitag, 20. November, von 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 21. November von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 22. November von 10 bis 13 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 68 €

## Organisation/Management

### Arbeiten mit Powerpoint

Eine erfolgreiche Präsentation von Arbeitsergebnissen, Projektvorschlägen, Marketing-Konzepten usw. lebt von überzeugenden und klar gestalteten Folien. Der PC ist ein gutes Hilfsmittel, das dafür genutzt werden kann. Mit dem Präsentationsprogramm MS-Powerpoint ist es möglich, die eigenen Gedanken, Argumente, Ergebnisse und Ziele klar zu gliedern und sofort in entsprechende Folien umzusetzen. In dem Seminar wird behandelt, wie dies geht, und es werden Hinweise gegeben, wie Folien geschickt gestaltet werden können (Schrift- und Farbwahl usw.).

Für den Besuch des Seminars ist Erfahrung im Arbeiten mit einem PC unter Windows notwendig. Es entstehen ca. 2,60 EUR Kosten für Kopien.

**Michael Klatt**

**50201**

Kurs

4x mittwochs, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 28. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 46 €

**50202**

Seminar

Freitag, 4. Dezember, von 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 05. Dezember von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 06. Dezember von 10 bis 13 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 46 €

**S50209**

Veranst. n. AWbG (Bildungsurlaub)

### Gekonntes Präsentieren und strategische Kommunikation

**NEU**

Im Vordergrund stehen zunächst die Visualisierungstechniken, wie sie Präsentationsprogramme wie z.B. Powerpoint bieten. Dabei entstehen Präsentationen, die auch hohen grafischen Ansprüchen genügen. Einen breiten Raum nimmt auch die inhaltliche Vorbereitung über Mind- und ConceptMapping-Techniken ein. Selbst komplexe Themen lassen sich mit diesen effektiv und professionell am Computer abbilden. Eine professionell aufgebaute Präsentation stellt aber keine Garantie für den Vorführungserfolg dar: die notwendigen Kommunikationstechniken (Rhetorik, Rabulistik) müssen ebenfalls beherrscht werden. Mit der Art der Kommunikation steht und fällt der Erfolg der zu transportierenden Inhalte. Weitere Informationen bzw. den gesamten Lehrplan fordern Sie bitte bei der insel-VHS an.

**Thorsten Bradt**

Montag, 4. Jan. bis Freitag, 8. Jan., jeweils 9 bis 16 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 200 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

## Grafik und Multimedia

**50210A**

Seminar

### Einführung in die digitale Fotografie

Da ist sie, die neue Digitalkamera! Gekauft, ausgepackt... und jetzt? Schon gibt es die ersten Probleme: Wozu ist denn das? Wie geht das? Wozu sind die ganzen Knöpfe da, und wie bekomme ich die Bilder auf den PC? Fragen über Fragen - hier finden Sie die Antwort. Der Kurs widmet sich den Einsteigern in die Digitalfotografie. Wir werden uns gemeinsam um die Handhabung der Kamera kümmern, zusammen unsere Betriebsanleitung lesen, gemeinsame Fotos schießen, diese auf den PC übertragen und uns in der Verwaltung und Katalogisierung der Bilder üben. Auch solche Dinge wie Dateiformate und Bildgrößen sowie die Frage, wie aus dem Foto ein Papierbild werden kann, versuchen wir anschaulich zu klären. Bitte Kamera und Betriebsanleitung am ersten Abend mitbringen.

Kenntnisse im Umgang mit einem PC unter Windows sind für den Besuch des Seminars erforderlich.

**Thomas Opitz, Caroline Opitz**

Montag, 28. Sept. von 18.30 bis 21.30 Uhr und Sonntag, 4. Oktober von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.3 EDV · 14 Teiln. · 34,50 €

**50210B**

Seminar

### Digitale Bildbearbeitung für Einsteiger

Sie sind Hobbyfotograf, besitzen eine Digitalkamera und möchten wissen, wie Sie Ihre Bilder noch weiter verbessern können? Hier lernen Sie digitale Fotos einfach und schnell am PC zu bearbeiten. Typische Problemfälle (rote Augen) werden behandelt und weitere Tricks und Kniffe zur nachträglichen Bildbearbeitung vorgestellt. Kenntnisse im Umgang mit einem PC unter Windows sind für den Besuch des Seminars erforderlich. Es entstehen ca. 2,50 € für Unterrichtsmaterialien.

**Thomas Opitz, Caroline Opitz**

4x, montags und mittwochs, jeweils von 18.30 bis 21.30 Uhr, ab dem 26. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 46 €

**50210C**

Seminar

### Multimedia CDs für Einsteiger

Die Digitalfotos sind geschossen, im PC sind sie auch und die Sache mit der Bildbearbeitung hat auch prima geklappt. Doch kann das alles sein? Wie macht mensch eigentlich mit den Fotos eine so schöne DVD, die man sogar im Fernseher betrachten kann? Diese und andere Fragen werden wir klären. Wir zeigen, wie man mit einfachen Mitteln ansprechende DVDs erstellen kann, schnell zu seinem Fotoalbum kommt oder mal eben einen Kalender wirkungsvoll gestaltet: vielleicht gerade das Richtige für Weihnachten! Der Kurs wendet sich besonders an Einsteiger auf diesem Gebiet. Grundlegende PC-Kenntnisse in Windows setzen wir voraus. Bitte am ersten Abend eine CD oder Speicherkarte mit ca. 20 bis 30 Fotos mitbringen.

**Thomas Opitz, Caroline Opitz**

Montag, 16. November, und Mittwoch, 18. November, jeweils von 18.30 bis 21.30 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

**50211**

**NEU**

Seminar

### HDR-Fotografie - Bilder mit viel Dynamik

Ein High Dynamic Range Image (HDRI-Bild), ein Bild mit hohem Dynamikumfang, ist ein Bild, das die in der Natur vorkommenden großen Helligkeitsunterschiede detailgetreu speichern kann. Herkömmliche digitale Bilder sind nicht in der Lage, dies wieder zu geben. Wir werden gemeinsam solche HDR-Fotos fotografieren und am Rechner erstellen. In diesem Workshop vermitteln wir die Grundlagen der HDR-Fotografie, von der richtigen Aufnahme bis zum fertigen Bild. Bitte bereits zum ersten Kursabend eine digitale Spiegelreflexkamera sowie ein Stativ mitbringen.

**Thomas Opitz, Caroline Opitz**

2x mittwochs, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 25. November · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

**50212**

Seminar

### Informationsabend Elektronische Bildbearbeitung

Die insel-VHS bietet in diesem Semester ein breit gefächertes Angebot von Veranstaltungen im Bereich der Elektronischen Bildbearbeitung an. Der Referent gibt an diesem Abend einen Überblick über den Aufbau des Angebots, die Inhalte und darüber, welche Veranstaltungen für welche Zielgruppen geeignet sind.

**Thorsten Bradt**

Montag, 14. Sept., 18.30 bis 21.30 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 20 Teiln. · entgeltfrei

### Photoshop-Lehrgang

Adobe Photoshop gilt nicht ohne Grund als Standard unter den einschlägigen Bildbearbeitungsprogrammen: Keine andere Anwendung bietet ein so hohes Maß an Funktionalität bei gleichzeitig ausgereifter Bedienungsfreundlichkeit. Das ausdifferenzierte Lehrgangssystem der insel-VHS erfreut sich seit Jahren einer sehr großen Beliebtheit. Es ist modular aufgebaut und bedient so ganz unterschiedliche Teilnehmerinteressen. Abgesehen davon wird auf der Basis einer aktuellen Computer-Hardware sowie mit einer aktuellen Photoshop-Version gearbeitet. Die Teilnehmer/-innen der Kurse und Seminare haben die Möglichkeit, eine günstige Photoshop-Lizenz für den Privatgebrauch zu erwerben. Insbesondere Einsteiger sollten den allgemeinen Informationsabend in Anspruch nehmen (siehe 50212): In dessen Rahmen wird der Dozent, der auch bundesweite Seminare und Vorträge hält sowie bereits ein internationales Publikum geschult hat, auf sämtliche Angebote zur digitalen Bildverarbeitung eingehen und Fragestellungen von Interessenten/-innen klären.

### Photoshop I - das Handwerkszeug

Die überwältigende Vielfalt von Möglichkeiten verführt den/die Photoshop-Einsteiger/-in zunächst dazu, sich vermeintlich intuitiv und dabei doch immer eher nur unsystematisch durch das Programm zu klicken. Auch wenn die Effektivität der verschiedenen Werkzeuge zunächst atemberaubend wirkt, darf nicht übersehen werden, Photoshop zunächst als digitales Abbild analoger Handwerkstechniken zu begreifen. Deshalb darf von Anfang an nicht vergessen werden, eine verbindliche Reihenfolge von Bildoptimierungsschritten einzuhalten. Wird davon abgewichen, ist die Kontrolle über den Entwicklungsprozess nicht gefährdet: das Bildergebnis wird niemals an die tatsächlich erzielbaren Resultate heranreichen. Folgerichtig behandelt das erste Modul eine systematische Einführung in die wichtigsten Werkzeuge, Optimierungsdialoge (Tonwertkorrektur, Farbton/Sättigung, Scharfzeichnungsfilter usw.) sowie in entsprechende Auswahltechniken. Fachmännisches Arbeiten zeichnet sich stets durch auswahlbasiertes - selektives - Arbeiten aus. Neben den klassischen Auswahlwerkzeugen werden deshalb bereits diverse Maskierungstechniken vorgestellt, die besonders auch zur Erstellung pixelgenauer Auswahlbereiche dienen. Eine Einführung in die Ebenentechnik rundet den Kurs ab. Hinweis: Die erlernten Techniken sind auch auf die Programme anderer Anbieter übertragbar, falls es deren Funktionsumfang zulässt.

Für den Besuch des Seminars sind PC- Kenntnisse erforderlich.

**Thorsten Bradt**

**50213A**

Kurs

5x montags, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 26. Oktober · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 85 €

**50213B**

Seminar

Freitag, 13. Nov., von 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 14. und Sonntag, 15. Nov., jeweils von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 85 €

**S50213C**

Kurs

5x montags, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 26. April · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 85 €

**S50213D**

Seminar

Freitag, 19. März von 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 20. und Sonntag, 21. März jeweils von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 85 €

### Photoshop II - die professionelle Praxis

Photoshop-Einsteiger/-innen neigen dazu, analog zur Arbeit mit Office-Programmen Menüabfolgen aufzuruftun, mit deren Hilfe dann das Bild bearbeitet wird. Diese Art des Vorgehens wird als destruktiv bezeichnet. So vorgenommene Arbeitsschritte können nur bedingt rückgängig gemacht werden und wirken sich regelmäßig auf die sogenannte Hintergrundebene aus. Gerade aber der Einsatz der Ebenentechnik lässt ein nicht-destruktives Arbeiten zu. Über Einstellungsebenen oder mit Hilfe von Smart Objekten kann die Bildentwicklung so gesteuert werden, dass unabhängig vom jeweiligen Arbeitsstadium auch sehr früh vorgenommene Optimierungen nachträglich noch verändert werden können. Neben einer abschließenden Besprechung der Ebenentechniken (auch der Ebenen- und Vektormasken) wird der effektive Einsatz von Farbkanälen behandelt, mit deren Hilfe es möglich ist, im doppelten Wortsinne haargenaue Auswahlbereiche zu editieren. Was die klassischen Auswahlwerkzeuge nicht zu leisten vermögen, erlauben die Kanäle: die Freistellung eines jedweden Motivs. In diesen zweiten Teil fließen außerdem Grundlagen der Farblehre sowie die Behandlung diverser Farbmodelle mit ein. Zudem wird auf praxisnahe Fragen wie etwa die Kalibrierung von Monitoren sowie die farbechte Ausgabe im Druck oder als Farbabzug eingegangen. Für den Besuch des Seminars sind PC- und Photoshop-Grundkenntnisse erforderlich.

**Thorsten Bradt**

**S50214A**

Kurs

5x montags, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 11. Januar · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 85 €

**S50214B**

Seminar

Freitag, 15. Januar, von 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 16. Januar und Sonntag, 17. Januar jeweils von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 85 €

## Photoshop III – die Kunst am Bild

Photoshop bietet eine nahezu unbeschränkte Flexibilität im Bereich der kreativen Bildgestaltung. Die Kombination unterschiedlicher Auswahltechniken erlaubt es, Montagen und Compositings höchster Güte zu erstellen. Auch HDR-Bilder können noch optimiert werden. Die neue 3D-Funktionalität von Photoshop erschließt auch die dritte Dimension. Zielrichtung des letzten Veranstaltungsteils ist es, eine Bildveredelung höchster Güte vorzunehmen, die aus jedem Motiv ein kleines Kunstwerk macht. Hierbei werden zum Teil ganz unbekannte Maskierungstechniken vorgestellt, die zum Teil mit wenigen Mausklacks zum Beispiel aus einem flachen (flauen) Ausgangsmaterial Bilder erzeugen, die eine Tiefe besitzen, welche selbst der größte Optimist kaum erahnt hätte. Auch ausschließlich fotografisch orientierte Fragestellungen wie etwa die professionelle Vornahme eines nachträglichen Weißabgleichs werden behandelt.

Hinweis: Im Rahmen des dritten Moduls haben die Teilnehmer/innen die Möglichkeit, eigenes Bildmaterial zur Bearbeitung mitzubringen. Ferner ist angedacht, einen außerplanmäßigen Kreativ-Workshops anzubieten, in den die Interessenten/innen eigene inhaltliche Anregungen einfließen lassen können.

Für den Besuch des Seminars sind PC- und Photoshop-Grundkenntnisse erforderlich.

**Thorsten Bradt**

### 50215B Seminar

Samstag, 5. Sept., und Sonntag, 6. Sept., jeweils von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 68 €

### 50215C Kurs

5x montags, 18.30 bis 21.30 Uhr, ab 22. Februar · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 85 €

### 50215D Seminar

Freitag, 26. Februar, von 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 27. und Sonntag 28. Februar, jeweils von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 85 €

### 50216 Seminar

## Das Digitale Negativ – ein RAW-Workflow

### Bearbeitungsstrategien für Rohdaten

Mit Adobe Photoshop Lightroom wird der gesamte analoge Entwicklungsprozess für Farbabzüge höchster Qualität dargestellt. Wir behandeln zunächst die wichtigsten Grundlagen und werden dabei Bezüge zu analogen Entwicklungstechniken herstellen, die zum Verständnis mancher Lightroom-Steuerelemente notwendig sind. Die Korrektur von Aufnahme Fehlern, die selbst mit einer langjährige Fotografie-Erfahrung nicht verhindert werden können, werden anschließend besprochen. Zu den klassischen Fehlerquellen gehört ein falscher Weißabgleich, der effektive nachträglich korrigiert werden kann. Die Änderungen an den entsprechenden Bilddateien werden dabei nicht direkt auf das Bild übertragen, sondern sind während des gesamten Entwicklungsprozesses immer wieder rückgängig zu machen, da sie zunächst in Metadaten abgelegt werden. Innerhalb des Seminars wird auch dargestellt, wie ein Monitor professionell zu kalibrieren ist, um ein farbechtes Arbeiten zu ermöglichen. Die ideale Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Seminar sind zumindest grundlegende Adobe Photoshop-Kenntnisse. Sie können unter [www.adobe.de](http://www.adobe.de) eine Testversion von Adobe Photoshop Lightroom herunterladen.

**Thorsten Bradt**

Samstag, 12. September, von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 13. September von 10 bis 13 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 51 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

### 50217 Seminar

## Arbeiten mit Adobe Illustrator

Grafiken, Logos, Plakate, Illustrationen, aber auch Flash-Animationen lassen sich mit Illustrator CS3 erstellen. Wie die Vektor-Werkzeuge funktionieren, wie man Texte und Grafiken einfügt, Verläufe und Konturen definiert, erfahren Sie an diesem Wochenend-Seminar! Auch die Ausgabe von PDF-Dateien und der Export in die verschiedensten anderen Formate kommen nicht zu kurz.

**Thorsten Bradt**

Freitag, 18. September, von 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 19. September von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr und Sonntag, 20. September von 10 bis 13 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 68 €

### 50218A Seminar

## Digitalisierung und Scannen: Basic Know How

**NEU**

Der Einsatz eines Scanners fällt nicht unbedingt schwer – so scheint es. Doch Scanergebnisse, die etwa ein analoges Foto dauerhaft und zuverlässig digitalisieren sollen, bedingen die Beachtung einer Vielzahl von Parametern. Die eigentliche Auflösung stellt sich dabei noch als eine der einfachsten Eigenschaften dar. Farbtiefe, Dateiformat, Steuerung der Bildoptimierung sind ebenfalls nicht zu vernachlässigende Faktoren für eine professionelle Digitalisierung. Unter Einsatz des Programm-Standards LaserSoft SilverFast werden erste, grundlegende Arbeitstechniken vermittelt.

**Thorsten Bradt**

Freitag, 25. September, 18.30 bis 21.30 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 17 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

### 50218B Seminar

## Digitalisierung und Scannen: Expert Know How

**NEU**

### Professionelles Digitalisieren von Fotos, Diapositiven und Filmnegativen

LaserSoft SilverFast gilt als der Standard unter den Scan-Programmen. Unter seinem Einsatz sowie unter Nutzung eines qualitativ ausreichenden Scanners ist es möglich, schon während des Scan-Prozesses ganz unterschiedliche Vorlagen in bester Qualität zu digitalisieren. Im Vergleich etwa zu einer digitalen Bearbeitung von Fehlerquellen wie Staub und Kratzer unter Adobe Photoshop, die man als Kreativ-Retusche bzw. -Restauration bezeichnet, stellt SilverFast ganz andere technische Möglichkeiten zur Verfügung: Fehlerquellen werden analysiert und unter Auswertung der fehlerfreien Umgebung gewissermaßen weggerechnet. Dargestellt wird in der Veranstaltung ein professioneller sowie praxisnaher Arbeitsablauf, der abschließend automatisiert werden kann und so ohne größeren individuellen Zeitaufwand die Verarbeitung Hunderter von Vorlagen erlaubt.

**Thorsten Bradt**

Freitag, 2. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 17 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

### 50219A Seminar

**NEU**

## Archivierung digitaler Bilder und Fotos – Teil I Grundlagen

Digitale Fotografie verleitet dazu, häufiger als noch in analogen Zeiten auf den Auslöser zu drücken. Entsprechend steigt die Datenmenge, die es zu verwalten und dauerhaft zu sichern gilt. Dass es dabei nicht nur einfach darum geht, sich eine Ordnerstruktur anzulegen, um in den entsprechenden Verzeichnissen Daten abzulegen, liegt auf der Hand. Denn immerhin sollen diese ja auch wiedergefunden werden. In unserem Seminar erlernen Sie das Erstellen von Katalogen, Alben sowie Strategien für eine verlässliche Datensicherung.

**Thorsten Bradt**

Montag, 28. Sept., 18.30 bis 21.30 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 15 Teiln. · 17 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

### 50219B Seminar

**NEU**

## Archivierung digitaler Bilder und Fotos – Teil II Professionelle Techniken

Eine durchdachte Datenorganisation stellt sich als erster Schritt in die richtige Richtung dar. Allerdings gibt es Möglichkeiten, das digitale Bildmaterial über die sogenannten Metadaten hinaus, die automatisch beim Fotografieren generiert werden, mit einschlägigen Stichwörtern und sonstigen Attributen (Tags) zu versehen, um auch im Hinblick auf Hunderte oder gar Tausende von Fotos das gewünschte Bild möglichst schnell zu finden. Am Beispiel der Adobe Bridge werden entsprechende Techniken dargestellt, allerdings sind diese auch auf Alternativprogramme übertragbar.

**Thorsten Bradt**

Montag, 5. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 17 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

## Layout digital

### Kreative Gestaltung am Computer mit Adobe Illustrator, InDesign, Photoshop u. a.

Auf den ersten Blick erscheint es als zu begrüßende Erungenschaft, dass Layout-Prozesse seit der Einführung des Computers demokratisiert worden sind: Illustrationen, Grafiken, auch Wörter erscheinen als Serie von (unsichtbaren) Nullen und Einsen und haben im Hinblick auf ihre Bearbeitung sämtliche spürbaren Widerstände eines Oberflächenmater verloren. Typografie setzt nun keinen Schriftsatz mehr voraus, Digitalfotografie nicht mehr das konventionelle Arbeiten in der Dunkelkammer. Doch das Problem liegt darin, dass die Standards von guter Typografie sowie gutem Print- (und heute auch Web-)Design ihren Ursprung nicht in der Produktionstechnologie haben, sondern in den komplexen Prozessen der menschlichen Wahrnehmung. Das Ziel unseres Wochenendseminars ist es daher, Sie mit den führenden Computerprogrammen Adobe Illustrator, InDesign, Photoshop u. a. mit den wichtigen Punkten einer professionellen Gestaltung vertraut zu machen. Dabei werden Sie ein konkretes Designprojekt am Beispiel eines fiktiven Produkts und einer ebensolchen Kampagne umsetzen. Druckreif und webfähig!

Weitere konkrete Inhalte sind etwa: Grundmuster des kreativen Gestaltens (Grafikdesign); Designprozesse visualisieren; Interface; Ideen-, Arbeits-, Wirkungsraum; Elemente und Objekte, Struktur und Organisation, Wahrnehmung des Layouts.

**Thorsten Bradt**

### Q50219 Verant. n. AWbG (Bildungsurlaub)

Montag, 13. Juli, bis Freitag, 17. Juli, jeweils 9 bis 16 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 160 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

### 50220 Wochenendseminar

Samstag, 26. und Sonntag, 27. September, jeweils 10 bis 13 und 14 bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 68 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

### 50221 Seminar

**NEU**

## Die digitale Leuchtkammer

Mit Adobe Photoshop Lightroom wird der gesamte analoge Entwicklungsprozess für Farbabzüge höchster Qualität dargestellt. Fehler, die bei der fotografischen Aufnahme unterlaufen, können repariert werden, z.B. ein falscher Weißabgleich. Lightroom ermöglicht - besonders auf der Basis von Rohdaten - eine effektive nachträgliche Korrektur. Ein entscheidender Vorteil von Lightroom: Die Änderungen an den entsprechenden Bilddateien werden nicht etwa direkt auf das Bild übertragen, sondern sind während des gesamten Entwicklungsprozesses immer wieder rückgängig zu machen, da sie zunächst in Metadaten abgelegt werden. Die ideale Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Seminar sind zumindest grundlegende Adobe Photoshop-Kenntnisse.

**Thorsten Bradt**

3x montags, 18.15 bis 22 Uhr, ab 7. Dezember · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 64 €  
Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

### 50222 Seminar

**NEU**

## Bildauthentizität- Rechtliche Relevanz von digitalen Bildern

In Zeiten der massenhaften Publizierung von Bilddaten im Internet sowie im Printbereich ist die Frage der Wahrheit einer Bildauthentizität und die abschließende Identifizierung der Urheberschaft nicht einfacher geworden. Im Gegenteil: Bilderklau ist zum Alltag geworden. Die Veranstaltung möchte einen umfassenden Überblick über grundsätzliche theoretische (auch juristische) Zusammenhänge geben und praktische Möglichkeiten aufzeigen – wie etwa Verfahren einer digitalen Bildsignatur –, um zum Beispiel die eigene Urheberschaft nachhaltig und rechtssicher bekunden zu können.

**Thorsten Bradt**

Samstag, 12. Dezember von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 48 €

Für diese Veranstaltung ist keine Ermäßigung möglich.

# PC-Technik und Betriebssysteme

**50241** Kurs

**Linux zum Reinschnuppern**  
Das Betriebssystem LINUX ist kostenlos und bietet eine reichhaltige Palette von freien Anwendungsprogrammen. Um Ihnen die Entscheidung, ob Sie einen Umstieg in die Welt der freien Software wagen sollen oder nicht, zu erleichtern, bieten wir Ihnen diese Veranstaltung an. Hier können Sie LINUX nach Herzenslust ausprobieren und wenn Sie möchten, auch gleich auf ihrem PC oder Notebook installieren. Neben dem Betriebssystem werden auch freie Anwendungen für Internet, Office, Bildbearbeitung, Audio & Video, ... vorgestellt.

**Martin Herweg**  
Samstag, 6. Februar von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

**550242** Kurs

**Probleme am PC**  
Wer kennt sie nicht: die kleinen oder größeren Probleme, mit denen uns der Computer auf Trab hält! In dem Kurs stehen Hardware und Betriebssystem im Vordergrund. Wir wechseln Festplatten, CD-ROM-Laufwerke und Speicherbausteine aus und lernen nebenbei das Innere des PCs kennen und verlieren die Scheu vor der Technik. Ausgehend vom BIOS beschäftigen wir uns mit den grundlegenden Einstellungen im Betriebssystem (Registry usw.) und installieren neue Treiber, um widerstandsfähigere Peripheriegeräten (Drucker, Scanner usw.) in den Griff zu bekommen.

Zu Beginn werden die Themen mit den Teilnehmer/-innen abgesprochen. Für die Teilnahme werden Kenntnisse im Arbeiten mit einem PC unter Windows vorausgesetzt.

**Karsten Wacker**  
6x, dienstags und donnerstags, jeweils von 18.30 bis 21.30 Uhr, ab dem 12. Januar · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 69,50 €

**550243** Seminar

**Das System neu installieren**  
Jetzt issses passiert: nix geht mehr und es hilft nur noch eine Neuinstallation des Betriebssystems! Wie man/frau im Fall eines Falles richtig vorgeht, ist Inhalt des Seminars. Wie setzt man die mit dem PC gelieferten (Recovery-)CDs richtig ein? Und wie kommen die – hoffentlich vorhandenen (siehe 550244)! – Datensicherungskopien wieder auf die Festplatte?

**Christian Chudoba**  
Freitag, 8. Januar, von 18.30 bis 21.30 Uhr und Samstag, 9. Januar von 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 34,50 €

**550244** Seminar

**Kurz und Gut: Datensicherung**  
Die heutige Betriebssicherheit der PCs verleitet uns dazu, einen Grundsatz der EDV zu vernachlässigen: Keine Datei ohne Kopie! Aber die Sicherheit ist trügerisch: Stromausfälle oder Festplatten-Crashes können schneller, als es uns lieb ist, zu Datenverlust führen. Welche Methoden und Strategien gibt es, unsere Texte, Tabellen, Fotos und Filme schützen?

Kenntnisse im Umgang mit einem PC unter Windows sind für den Besuch des Seminars erforderlich.

**Christian Chudoba**  
Mittwoch, 20. Januar, 18.30 bis 21.30 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 11,50 €

**550245** Seminar

**Wie baue ich ein lokales Netzwerk?**  
Bei dem schnellen Generationenwechsel im PC-Bereich steht oft schon der neue PC im Wohn- oder Arbeitszimmer, wenn der „alte“ noch lange nicht zum alten Eisen gehört. Immer mehr Familienmitglieder haben ihren eigenen PC und alle wollen gleichzeitig den Drucker oder den Internet-Zugang nutzen. Also muss ein Computer-Netzwerk installiert werden!

Was früher Spezialisten vorbehalten war, ist heute gar nicht so schwierig. Netzwerkkarten, Kabel und Hubs/Switches sind schnell angeschafft und mit ein paar Einstellungen an den PCs ist das Netzwerk ruckzuck fertig! Oder etwa nicht? Dann hilft Ihnen dieses Seminar weiter!

Kenntnisse im Umgang mit einem PC unter Windows sind für den Besuch des Seminars erforderlich.

**Christian Chudoba**  
Mittwoch, 27. Januar, und Freitag, 29. Januar, jeweils von 18.30 bis 21.30 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

**550246** Seminar

**Wie richte ich ein Funknetzwerk ein?**  
Häufig wird ein WLAN-Router angeschafft, eingesteckt und angeschlossen und schon hat man Internet. Ihre Nachbarn aber auch. Sicherheit? Fehlalarme!

In diesem Seminar lernen Sie den technischen Aufbau eines WLAN, Konfiguration des Routers, Access Points, Konfiguration der einzelnen PCs, Schutz vor unbefugten Zugriffen Dritter, Austausch von Dateien, gemeinsame Nutzung von Druckern. Mittels eines WLAN können Sie kostengünstig einen DSL-Internetanschluss für mehrere PCs im Haushalt (ohne Kabel verlegen zu müssen) verfügbar machen. Auch das Austauschen von Dateien oder die Nutzung von Druckern, die an einem anderen PC angeschlossen sind, lässt sich über das WLAN realisieren.

Kenntnisse im Umgang mit einem PC unter Windows sind für den Besuch des Seminars erforderlich.

**Christian Chudoba**  
Mittwoch, 3. Februar und Freitag, 5. Februar, jeweils von 18.30 bis 21.30 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.4 EDV · 14 Teiln. · 23 €

# Maschinenschreiben/Tastschreiben

**Tastschreiben-heute Einstieg**

Die Beherrschung des 10-Finger-Schreibens erleichtert die Arbeit bei allen Office-Programmen und bei der Nutzung des Internets.

Sie lernen mit vielen Sinnen schnell und effektiv die Tastatur bedienen. Erkenntnisse der Hirnforschung helfen Ihnen dabei, durch Einbeziehung vieler Sinne (multisensorisches Lernen) in kurzer Zeit blind zu schreiben. Erarbeitung der Griffwege zu den drei Buchstabenreihen. Training der Schreibfähigkeit bis ca. 80 Anschläge pro Minute. Im Preis ist das Lehrbuch enthalten.

**Algeth-Alena Rehenning**

**50401A** Kurs

6x mittwochs, 17.15 bis 18.45 Uhr, ab 2. September · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 42 €

**50401B** Kurs

6x mittwochs, 19 bis 20.30 Uhr, ab 2. September · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 42 €

**50402A** Kurs

6x montags, 17.15 bis 18.45 Uhr, ab 26. Oktober · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 42 €

**50402B** Kurs

6x montags, 19 bis 20.30 Uhr, ab 26. Oktober · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 42 €

**50403** Kurs

4x samstags, 9 bis 11.15 Uhr, ab 21. November · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 42 €

**550404A** Kurs

6x mittwochs, 17.15 bis 18.45 Uhr, ab 3. Februar · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 42 €

**550404B** Kurs

6x mittwochs, 19 bis 20.30 Uhr, ab 3. Februar · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.4 EDV · 14 Teiln. · 42 €

# Rechnungswesen

**50505** Kurs

**Rechnungswesen I**  
Buchführung, ein „Buch“ mit sieben Siegeln? Das muss nicht sein! Wenn Sie in der Schule Verständnisprobleme haben oder hatten, wenn Sie bereits im Bereich Buchhaltung arbeiten und die Hintergründe EDV-gestützter Buchungen nicht verstehen, wenn Sie sich selbständig machen wollen oder einfach Interesse an diesem Wissensgebiet haben, dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie.

Inhalte: Überblick über das Rechnungswesen, gesetzliche Grundlagen der Buchführung; Inventar, Bilanz, Buchungsregeln, Eröffnungs- und Schlussbilanz, Buchungen auf Bestands- und Erfolgskonten, Warenein- und verkauf, Gewinn und Verlust, Reingewinn, Rohgewinn, Kalkulationszuschlag, System der Mehrwertsteuer.

Wir arbeiten in diesem Kurs zunächst ohne EDV-Unterstützung. Für das Lehrbuch und Arbeitsmaterialien entstehen einmalig Kosten von ca. 20 EUR.

**Monika Kalinasch**  
15x dienstags, 18.45 bis 20.30 Uhr, ab 27. Oktober · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 20 Teiln. · 81 €

Der Kurs Rechnungswesen I ist geeignet zur Vorbereitung auf die IHK-Prüfung für kaufmännische Auszubildende und für die Meisterprüfung.

**50517** Kurs

**Rechnungswesen II**  
Aufbauend auf die im Modul I erworbenen Kenntnisse werden wir zunächst ohne EDV-Unterstützung folgende Sachgebiete bearbeiten: Abschreibungsmethoden, Privatkonten, Kontenrahmen-Kontenplan, Nachlässe beim Ein- und Verkauf, Kalkulationsschema, Jahresabschlussarbeiten. Am Ende des Kurses wird am Beispiel von Lexware Buchführung am Computer erarbeitet. Zusätzliche Kosten entstehen nur, falls das im Modul I angeschaffte Buch noch nicht vorhanden sein sollte.

**Monika Kalinasch**  
12x montags, 18.45 bis 20.30 Uhr, ab 7. September · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 20 Teiln. · 74,50 €



# MÖCHTEN SIE CHINESISCH LERNEN

Sie können einen Platz in dem Kurs  
**CHINESISCH-SCHNUPPERWOCHELENDE**  
am Samstag, 22. August 2009, gewinnen.

Bitte beantworten Sie nur eine Frage:

Was bedeutet der Name  
Peking (Beijing)?

Name, Vorname

Adresse

Telefon

Einsendeschluss: 15. 8. 2009

Unter allen richtigen Einsendungen entscheidet das Los (unter Ausschluss des Rechtsweges).

Bitte in der insel-VHS abgeben oder einsenden an: die insel-VHS, Bergstraße 230, 45768 Marl.

## QUALIFIKATIONEN UNSERER KURSLEITUNGEN

■ Die Kursleitungen der insel-VHS verfügen über eine fachliche und erwachsenenpädagogische Ausbildung und/oder über langjährige Erfahrungen in der Arbeit mit Erwachsenen.

■ Unsere Dozentinnen und Dozenten kommen aus den verschiedensten Berufen, Wissensgebieten oder Studiengängen. Sie sind fachlich qualifiziert, engagiert und für die erwachsenenpädagogische Arbeit geschult. Darin bilden sie sich kontinuierlich fort.

■ Je nach Studienbereich überwiegt die Zahl der Kursleitungen mit einer pädagogischen Ausbildung. Dies ist z. B. im Bereich Erziehung/Kommunikation und Psychologie sowie Sprachen der Fall. Einige Sprachen-Kursleiter/innen sind Muttersprachler/innen und seit langem in der Vermittlung von Fremdsprachen an unserer und an anderen Volkshochschulen tätig.

■ Im Bereich der Schulabschlusskurse unterrichten in der Regel entsprechend der Prüfungsordnung Lehrer/innen mit abgeschlossenem 1. und 2. Staatsexamen.

■ Die insel-VHS bietet den Kursleitenden die Möglichkeit an örtlichen und überregionalen Fortbildungen und Fachtagungen (z. B. des Landesverbandes der Volkshochschulen NRW) teilzunehmen und auch z. B. durch gegenseitige Hospitation neue methodisch-didaktische Impulse zu empfangen.

■ Darüber hinaus finden in den einzelnen Studienbereichen pädagogische und Planungskonferenzen mit den Kursleitungen statt.

## UNTERRICHTSORTE

### Albert-Schweitzer-Gymnasium

Max-Planck-Straße 23, Telefon 96970

**AWO Außenstelle**, Carl-Duisberg-Str. 46, Telefon 24862

### die insel, Zweigstelle Hüls

Carl-Duisberg-Straße 11, Telefon 880777

### Ev. Gemeindehaus Marl-Hüls

Römerstr. 57/Bachstraße 22, Telefon 46291

### Forstthof Haard

Recklinghäuser Straße 291, Telefon 02364/92030

### Geschwister-Scholl-Gymnasium

Max-Planck-Straße 23, Telefon 96979

**Glück-auf-Schule**, Brassertstraße 126, Telefon 966900

**Goetheschule**, Hervester Straße 81, Telefon 13669

### Günther-Eckerland-Realschule

Merkelheider Weg 23, Telefon 923561

### Günther-Eckerland-Realschule II

Merkelheider Weg 21, Telefon 923563

**Haardschule**, Schulstraße 20, Telefon 81490

**Hans-Böckler-Berufskolleg, Abt. Kampstr.**,

Kampstraße 8, Telefon 91950

**Hans-Böckler-Berufskolleg, Abt. Hagenstr.**

Hagenstraße 28, Telefon 91950

### HOT Haus der Offenen Tür Hagenbusch

Rappaportstraße 12, Telefon 63889

**Heimathmuseum**, Am Volkspark 14, Telefon 56919

**Heinrich-Kielhorn-Schule**, Riegestr. 84, Telefon 509670

### Hermann-Claudius-Schule

Merkelheider Weg 196, Telefon 923566

**IGBCE Jugendtreff**, Wiesenstraße 73, Telefon 33825

### Jugendfreizeitstätte Haidberg

Halterner Straße 294, Telefon 81801

**Julie-Kolb-Seniorenzentrum**, Lipper Weg 6, Tel.n 419-1

### Käthe-Kollwitz-Schule

Merkelheider Weg 194, Telefon 200601

### Katholische Hauptschule Wiesenstrasse

Wiesenstraße 22, Telefon 33416

**Marienhospital**, Hervester Straße 57, Telefon 911-0

### Martin-Buber-Schule

Emslandstraße 16-18, Telefon 33506

**Neue Spielstube In der Schlenke**, Auf der Beck 4-6

**Paracelsusklinik**, Lipper Weg 11, Telefon 90-0

**Pestalozzischule**, Carl-Duisberg-Str. 15, Telefon 43011

### Psychologische Beratungsstelle

Rappaportstraße 10, Telefon 96760

### Skulpturenmuseum Glaskasten

Creiler Platz 1, Rathaus, Telefon 992624

**Stadtteilbüro Hamm**, Bachackerweg 89a, Tel. 925800

### Willy-Brandt-Gesamtschule

Willy-Brandt-Allee 1, Telefon 572800

WDR 3

Sehnsucht, Sünde, Sinfonie.

Das Beste aus der Welt der Musik.

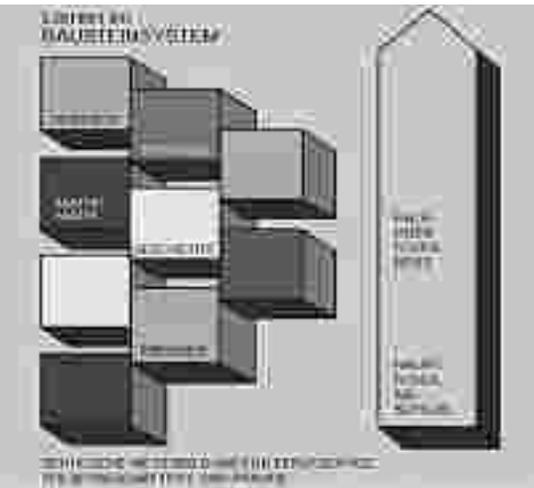
WDR 3. Aus Lust am Hören.



## Grundbildung und Schulabschlüsse

**Hildegard Bode**  
Telefon 880776

E-Mail: Hildegard.Bode@marl.de



## Lehrgänge der Insel zur nachträglichen Erlangung von Schulabschlüssen

**Hauptschulabschluss nach Klasse 9 (HSA)**  
(2 Semester in Tages- oder Abendform)  
**Fachoberschulreife (FOR)**  
(4 Semester in Tages- oder Abendform)

Die Lehrgänge sind entgeltfrei, für Unterrichtsmaterialien werden ca 25 € veranschlagt.  
Unterrichtsort ist die Insel-Zweigstelle Hüls, 45772 Marl, Carl-Duisberg-Str. 11

### Beratung

Zur Einstufung in die einzelnen Lehrgänge wenden Sie sich bitte zur Terminabsprache an Hildegard Bode.  
Telefon: 880776, Insel Zweigstelle Hüls, Carl-Duisberg-Str. 11, Raum 3.2  
Bei der unbedingt erforderlichen persönlichen Anmeldung sind ein Passfoto, das Original und eine Kopie des Abgangszeugnisses der zuletzt besuchten allgemeinbildenden Schule sowie gegebenenfalls das Abschlusszeugnis der Berufsschule vorzulegen.

### Anerkennung von Vorleistungen

Im Bausteinsystem der schulischen Weiterbildung werden auch an der VHS besuchte Kurse und VHS-Zertifikate anerkannt: z. B. die VHS-Zertifikate in Englisch, Französisch, Mathematik und Chemie.  
Außerdem können frühere schulische Leistungen und berufliche Abschlüsse anerkannt werden. Bereits in der Weiterbildung erworbene Kenntnisse werden berücksichtigt.  
Durch diese Anerkennungsmöglichkeiten verkürzt sich die Lernzeit zum höheren Abschluss.  
Die Unterrichtsfächer können auch einzeln belegt werden.

**60102** Lehrgang

### Fachoberschulreife-Lehrgang

**(vormittags) 3. Semester**  
Fächer: Deutsch/Literatur, Mathematik, Englisch, Geschichte/Politik, Biologie  
Wahlpflichtfächer: Gestaltung (samstags 9-12 Uhr), Informatik (freitags 18-21 Uhr)

**Klaus Mohr, Gertrud Klieser, Stephanie Fuchs, Arno Thiele, Antje Hütter, Hildegard Bode**  
Ab Montag, 17. August bis Donnerstag, 10. Dezember, jeweils montags bis donnerstags 8 bis 13 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.2 · 25 Teiln. · entgeltfrei

**60103** Lehrgang

### Fachoberschulreife-Lehrgang

**(abends) 3. Semester**  
Fächer: Deutsch/Literatur, Mathematik, Englisch, Geschichte/Politik, Biologie  
Wahlpflichtfächer: Gestaltung (samstags 9-12 Uhr), Informatik (freitags 18-21 Uhr)

**Arno Thiele, Klaus Mohr, Stephanie Fuchs, Brigitte Lotte, Susanne Niemann, Antje Hütter**  
Ab Montag, 17. August bis Freitag, 11. Dezember, jeweils montags bis freitags 18.30 bis 20 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.2 · 25 Teiln. · entgeltfrei

**60104** Lehrgang

### Hauptschulabschluss/Fachoberschulreife-Lehrgang

**(vormittags) 1. Semester**  
Fächer: Deutsch/Literatur, Mathematik, Englisch, Geschichte/Politik, Biologie, Neigungsfach Chemie

Dieser Lehrgang wird voraussichtlich aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) gefördert und enthält dann einen Erwerbselementanteil (Bewerbst raining, Praktikumsvorbereitung und -durchführung)

**Gertrud Klieser, Stephanie Fuchs, Klaus Mohr, Antje Hütter, Arno Thiele, Hildegard Bode**  
Ab Montag, 17. August bis Donnerstag, 10. Dezember, jeweils montags bis donnerstags 8 bis 13 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.3 · 25 Teiln. · entgeltfrei

**60105** Lehrgang

### Hauptschulabschluss/Fachoberschulreife-Lehrgang

**(abends) 1. Semester**  
Fächer: Deutsch/Literatur, Mathematik, Englisch, Geschichte/Politik, Biologie, Neigungsfach Chemie

**Arno Thiele, Walter Lilie, Klaus Mohr, Antje Hütter, Udo Puhl**  
Ab Montag, 17. August bis Donnerstag, 10. Dez., jeweils montags bis donnerstags 18.30 bis 21.45 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 1. Etage; Raum 1.3 · 25 Teiln. · entgeltfrei

**60301** Lehrgang

### Fachhochschulreife-Lehrgang

**11. Klasse (Tagesform) in Koop mit dem Emscher-Lippe-Kolleg - 1. Semester**  
Fächer: Deutsch, Mathematik, Englisch und Nebenfächer jeweils montags bis donnerstags, ab 8.10 Uhr  
In Kooperation mit dem Weiterbildungskolleg-emscherlippe. Dies ist eine Institution des Zweiten Bildungsweges und bietet berufstätigen bzw. berufserfahrenen Erwachsenen die Möglichkeit, qualifizierte Schulabschlüsse bis zum Abitur (Allgemeine Hochschulreife) zu erwerben.

Aufnahmebedingungen: Abgeschlossene Berufsausbildung oder eine mindestens dreijährige Berufstätigkeit. Als Berufstätigkeit gilt auch die Führung eines Haushaltes sowie Wehr- und Zivildienst. Zeiten der Arbeitslosigkeit werden anerkannt.  
Vollendung des 18. Lebensjahres bei Eintritt in den Vorkurs und des 19. Lebensjahres bei Eintritt in das erste Semester. Eine Aufnahmeprüfung findet nicht statt.  
Wenn Sie in Abendform das Abitur machen wollen, geht das nur in Dorsten oder Gelsenkirchen.  
Nähere Infos finden Sie auf der Homepage des Weiterbildungskollegs [www.wbk-el.de](http://www.wbk-el.de); Tel. 0209 811260.

**Gabriele Fleischauer-Niemann**  
Ab Montag, 17. August bis Donnerstag, 17. Dezember, jeweils 8.10 bis 13 Uhr · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.2 · 25 Teiln. · entgeltfrei

### Grundbildung

**(Alphabetisierung und Elementarbildung)**  
Die Insel-Kurse Lesen und Schreiben für Erwachsene bieten eine Möglichkeit für alle, die  
- einen (Neu)-Start im Lesen- und Schreibenlernen versuchen wollen  
- große Schwierigkeiten im Lesen und Schreiben haben und diese angehen wollen,  
- unsicher sind in grundlegenden Bereichen der deutschen Rechtschreibung und beim Lesen von „schwierigeren“ Texten Probleme haben.

In allen Kursen wird in kleinen Gruppen in angenehmer Atmosphäre gearbeitet. Es wird - nach Absprache mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern - mit alltagsbezogenen Wörtern, Sätzen und Texten gearbeitet und an praktischen Beispielen aus dem Alltag gelernt.  
Das höchste Unterrichtsniveau dient gleichzeitig als Vorbereitungskurs auf den Hauptschulabschluss

### Ein guter Tipp:

Auch online kann man inzwischen seine Schreib- oder Rechenfähigkeiten verbessern, schauen Sie nach unter <http://www.ich-will-lernen.de!>  
Nach einem Einstiegstest gibt es dort spezielle Übungen für jedes Lernniveau in Deutsch, Englisch und Mathematik.  
Dieses Lernportal eignet sich auch hervorragend für Interessenten, die den Hauptschulabschluss nachholen wollen.  
Es ist das Lernportal des Deutschen Volkshochschulverbandes (DVV). Das Lernportal wird vom DVV im Rahmen des Projektes „Portal Zweite Chance Online“ entwickelt und finanziell gefördert durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF).  
**Das bedeutet, dass jedermann es kostenlos benutzen kann (und sollte!!)**

**60701** Kurs

### Das Alphabet von Anfang

Hier können alle Interessierten die deutsche Sprache und das deutsche Alphabet in Form der vereinfachten Ausgangsschrift erlernen.  
Für Deutsche und Ausländer mit guten Deutschkenntnissen.

**Petra Zachau-Rogasik**  
28x, montags und mittwochs, jeweils von 16.30 bis 18 Uhr, ab dem 31. August · Insel Zwgst. Hüls; UG; Raum 0.2 · 10 Teiln. · 106 €, Ermäßigung möglich

**60702** Kurs

### Lesen und Schreiben von Anfang an

Der Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Grundkenntnissen im Lesen und Schreiben, die aber noch große Probleme dabei haben.  
Was heißt das genau beim Lesen: Die Teilnehmer/innen sollen einzelne Wörter und einfache Texte (wie z. B. einen Elternbrief aus der Schule, ein Kochrezept, kurze Zeitungsartikel usw.) lesen und verstehen können.  
Beim Schreiben bedeutet das: Die Teilnehmer/innen sollen einfache Texte (wie z. B. ein Entschuldigungsschreiben für das Kind in der Schule, ein kurzer Brief an einen Freund/eine Freundin usw.) schreiben oder ein Formular (Antrag, Bestellung, Überweisung usw.) ausfüllen können.

**Eva Rick-Henning**  
28x, dienstags und donnerstags, jeweils von 17.15 bis 18.45 Uhr, ab dem 1. September · Insel Zwgst. Hüls; 2. Etage; Raum 2.1 · 8 Teiln. · 106 €, Ermäßigung möglich

**60703** Kurs

### Fit werden im Lesen und Schreiben

Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die lesen und schreiben können, aber Schwierigkeiten dabei haben und diese angehen wollen. Die neue Rechtschreibung wird eingeführt.

**Petra Zachau-Rogasik**  
28x, montags und mittwochs, jeweils von 18.30 bis 20 Uhr, ab dem 31. August · Insel Zwgst. Hüls; UG; Raum 0.2 · 10 Teiln. · 106 €, Ermäßigung möglich

**60704** Kurs

### Fit bleiben im Lesen und Schreiben

Der Kurs richtet sich an Menschen, die Rechtschreibprobleme haben. In einer kleinen Gruppe wird individuell auf die Probleme der Teilnehmer und Teilnehmerinnen eingegangen. Außerdem sollen die neuen Rechtschreibregeln eingeführt werden.

**Dieser Kurs ist auch als ganzj. Vorbereitung auf den nachträglichen Hauptschulabschluss geeignet**  
**Petra Zachau-Rogasik**  
28x, dienstags und donnerstags, jeweils von 18.30 bis 20 Uhr, ab dem 1. September · Insel Zwgst. Hüls; UG; Raum 0.2 · 10 Teiln. · 106 €, Ermäßigung möglich



60705

NEU Kurs

**Englisch-Crash-Kurs für Kids**

Dieser Kurs richtet sich an alle Schüler, die sich noch einmal gezielt auf die zentralen Abschlussprüfungen vorbereiten möchten.

Aufgearbeitet werden unter anderem die Grundzüge und Feinheiten der englischen Grammatik, die Zeiten (Tenses) sowie Textarbeit, Zusammenfassungen (Summary) und das Verfassen von Kurzaufsätzen (Essays).

Stephanie Fuchs

14x mittwochs, 17 bis 18.30 Uhr, ab 02. September · insel Zwgst. Hül; 2. Etage; Raum 2.2 · 16 Teiln. · 70 €, Ermäßigung nicht möglich!

**Was bedeutet DGS?**

Viele Menschen glauben irrtümlicherweise, die Deutsche Gebärdensprache sei ein mit Gebärden sichtbar gemachtes Deutsch. Manche glauben, es sei eine Art manueller Code für das Deutsche. Sie denken, DGS könne nur konkrete Dinge ausdrücken oder es wäre eine universale Gebärdensprache, die die Gehörlosen auf der ganzen Welt gleichermaßen benutzen. Die moderne Sprachwissenschaft hat jedoch in den letzten drei Jahrzehnten weltweit nachgewiesen, dass die nationalen Gebärdensprachen der Gehörlosen in Komplexität und Ausdrucksfähigkeit den Lautsprachen in nichts nachstehen. Dies gilt auch für die DGS. Sie ist kein gebärdetes Deutsch oder Lautsprache begleitendes Gebärden, sondern besitzt eine eigene Grammatik und ein spezifisches Lexikon. Beides muss für die DGS genauso gelernt werden wie die Grammatik und der Wortschatz der deutschen Lautsprache.

Der Unterschied zum Deutschen besteht jedoch darin, dass die grammatischen Strukturen und Regeln der DGS ganz anderen Prinzipien folgen als die der deutschen Lautsprache. Während die Lautsprache über das Ohr und die Sprechorgane funktioniert, ist die DGS eine visuelle Sprache. Sie benutzt den Körper als Sprechinstrument.

Einen Schnupperkurs zum Kennenlernen erster Gebärden finden Sie unter:

[www.visuelles-denken.de/Schnupperkurs.html](http://www.visuelles-denken.de/Schnupperkurs.html)



69901

Kurs

**Einführung in die Deutsche Gebärdensprache 1**

Dieser Grundkurs ist ein Angebot für alle, die sich für die Deutsche Gebärdensprache interessieren und sie erlernen wollen. Er ist für die Hörenden eine erste Begegnung mit der für sie sicher ungewohnten, visuellen Sprache. Er zielt darauf ab, den Körper als sprachliches Ausdrucksmittel gebrauchen zu lernen, die visuelle Wahrnehmungsfähigkeit zu schärfen sowie sich Grundgebärden anzuzeigen, die eine einfache Kommunikation mit Gehörlosen ermöglichen.

Es fallen ca. 2,50 EUR Kopierkosten an.

Heike Finkemeier, Margit Maul

6x samstags, 05. September, 19. September, 26. September, 31. Oktober, 7. November und 21. November jeweils von 9.30 bis 12.45 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 131 · 15 Teiln. · 60 €

69902

Kurs

**Deutsche Gebärdensprache 3/4 (DGS 4 - Fortsetzung aus 1/2009)**

Der DGS 3/4 ist ein Aufbaukurs, der die im DGS erworbenen Grundlagen festigt. Sie werden mit der Grammatik und Struktur der DGS vertraut gemacht, erlernen weitere Gebärden und werden durch verschiedene Übungen (Alltagssituationen) in die Lage versetzt, eine einfache Konversation mit Gehörlosen zu führen.

Manfred Finkemeier

6x samstags: 5. September, 19. September, 26. September, 31. Oktober, 7. November und 21. November, jeweils von 09.30 bis 12.45 Uhr · die insel; 1. Etage; Raum 130 · 15 Teiln. · 58 €

**KOOPERATION DER VOLKSHOCHSCHULEN IN DER EMSCHER-LIPPE-REGION****VHS BOTTROP**

Bockenhoffstraße 30, 46236 Bottrop  
Telefon: 02041 703845, Telefax: 02041 703778  
vhs@bottrop.de

**VHS CASTROP-RAUXEL**

Europaplatz 1, 44575 Castrop-Rauxel  
Telefon: 02305 1062638, Telefax: 02305 1062424  
vhs@castrop-rauxel.de

**VHS DATTELN**

Kolpingstraße 1, 45711 Datteln  
Telefon: 02362 664160, Telefax: 02363 107446  
vhs@stadt-datteln.de

**VHS DORSTEN**

Im Werth 6, 46282 Dorsten  
Telefon 02362 664160, Telefax 02362 665743  
vhs-und-kultur@dorsten.de

**VHS DÜLMEN-HALTERN-HAVIXBECK**

Münsterstraße 29, 48249 Dülmen  
Telefon: 02594 12401, Telefax: 02594 12435  
vhs@duelmen.de

**VHS GELSENKIRCHEN**

Ebertstraße 19, 45879 Gelsenkirchen  
Telefon: 0209 1692697, Telefax: 0209 1693503  
vhs@gelsenkirchen.de

**VHS GLADBECK**

Friedrichstraße 55, 45964 Gladbeck  
Telefon: 02362 992415, Telefax 02043 991411  
vhs@stadt-gladbeck.de

**VHS HERNE**

Berliner Platz 11, 44621 Herne  
Telefon 02323 162920, Telefax 02323 162410  
vhs@herne.de

**VHS HERTEN**

Resser Weg 1, 45699 Herten  
Telefon: 02366 303510, Telefax: 02366 303595  
vhs@herten.de

**VHS OER-ERKENSCHWICK**

Stimbergstraße 169, 45734 Oer-Erkenschwick  
Telefon: 02368 987111, Telefax: 02368 987115  
alfs@vhs-oe.de

**VHS RECKLINGHAUSEN**

Herzogwall 17, 45655 Recklinghausen  
Telefon: 02361 502000, Telefax: 02361 501992  
volkshochschule@recklinghausen.de

**VHS WALTROP**

Ziegeleistr. 14, 45731 Waltrop  
Telefon: 02309 96260, Telefax: 02309 962620  
vhs@vhs-waltrop.de



**THEATER  
DER STADT MARL**

Das THEATER MARL bietet wieder ein vielseitiges Theater- und Konzertprogramm:

Klassische Theaterstücke sowie moderne Klassiker, Gegenwartsstücke als auch Boulevardkomödien haben ebenso ihren festen Platz im Theaterspielplan wie Musiktheater- und Tanzaufführungen, großes und kleines Kindertheater, Kabarett- und Kleinkunstveranstaltungen runden das Angebot ab. Eine Kammerkonzertreihe im Theater gestaltet das musikalische Programm. Ergänzt wird dieses durch eine Orgelkonzertreihe in der Kirche St. Georg in Alt-Marl, Kammerkonzerte auf Schloss Lüttinghof und diverse Sonderveranstaltungen sowie Konzerte der Musikgemeinschaft Marl. Junge Menschen bis 20 erhalten im Theater besondere Vergünstigungen über den Kauf der TM-Card. Der Jugendclub „Spieltrieb“ macht das eigene Schauspielen im Theater möglich. Die Reihe „Young Line“ präsentiert junges Theater auf der Bühne. Die Reihe „old Line“ lädt Senioren zum Theaterspielen ein.

Die Theater- und Konzertkasse im i-Punkt, Marler Stern, informiert Sie über alle Vorstellungen, Preise, Bedingungen montags bis freitags von 9.30 Uhr bis 18.00 Uhr sowie samstags von 9.30 Uhr bis 13.00 Uhr (Telefon 02365/9943 10). Karten erhalten Sie auch in vielen Kartenverkaufsstellen. Bei Fragen zum Spielplan berät Sie das Theaterreferat, Tel. 02365/992621.



**MUSEEN  
DER STADT MARL**

**SKULPTURENMUSEUM GLASKASTEN MARL**

Im Mittelpunkt der Sammlung des Skulpturenmuseums Glaskasten stehen Skulpturen der klassischen Moderne und der zeitgenössischen Kunst. Hinzu kommen dreidimensionale Arbeiten wie Objekte und Installationen. Das Spektrum reicht von Auguste Rodin und Constantin Meunier über Max Ernst und Alberto Giacometti bis zu zeitgenössischen Künstler/-innen. Bildhauerzeichnungen vervollständigen diesen Bereich der Sammlung. Einen weiteren Schwerpunkt bilden die Neuen Medien. Seit 1984 wird alle zwei Jahre der Marler Video-Kunst-Preis vergeben, seit 1998 der Video-Installations-Preis und seit 2002 gemeinsam mit dem WDR 3 Kulturradio der Deutsche Klangkunst-Preis. 1990 wurde die städtische Paracelsus-Klinik offiziell Außenstelle des Museums. Die Sammlung umfasst nunmehr über 300 Werke des 20. Jahrhunderts. Führungen durch den Außen- und Innenbereich des Museums werden regelmäßig durchgeführt (freie Führungen donnerstags 16.30 Uhr; zu den Wechselausstellungen sonntags 16.30 Uhr). Führungen für Gruppen sind nach telefonischer Absprache möglich.

**SKULPTURENMUSEUM GLASKASTEN Marl**

45765 Marl · Telefon 02365/992257  
Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag 10.00-18.00 Uhr

**STADT- & HEIMATMUSEUM**

Am Volkspark 6 und 14,  
Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag 15.00-18.00 Uhr



**MUSIKSCHULE  
DER STADT MARL**

**Ziele der MUSIKSCHULE**

- Sinnvolle Freizeitgestaltung durch Erlernen eines Instrumentes und Ensemblespiel
- Unterrichtsangebote für alle Altersgruppen
- Musik als Therapie, Veranstaltungen in Krankenhäusern, Altersheimen etc.
- Kooperationen mit Volkshochschule und allgemeinbildenden Schulen, Kirchengemeinden, Musikern und Ensembles am Ort
- Förderung von Talenten (Jugend musiziert, studienvorbereitende Ausbildung)
- Musikgarten
- Musikalische Früherziehung und Grundausbildung

**MUSIKSCHULE DER STADT MARL**

**in der Scharounschule**  
45770 Marl, Westfalenstr. 68 a  
Telefon 02365 6986248  
Musikschule@Stadt.Marl.de  
[www.marl.de/Musikschule](http://www.marl.de/Musikschule)

**Bürozeiten:**

Mo. – Mi. 10.00 – 12.00 und 14.00 – 16.00 Uhr  
Do. 10.00 – 12.00 und 14.00 – 17.30 Uhr



**Ihr Merkzettel:**

Ich habe mich am \_\_\_\_\_

bei der VHS Marl, die insel  
 zu folgender Veranstaltung angemeldet:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**ACHTUNG:**

Wir **bestätigen** Ihre Anmeldung **nicht!**

Das heißt, Sie können den gewünschten Kurs besuchen, wenn Sie von uns **keine Absage** erhalten.

Nicht-Teilnahme entbindet **nicht** von der Zahlungspflicht. **Der Lastschrifteinzug erfolgt ca. 3 Wochen nach Veranstaltungsbeginn**

Bei Bildungsurlaub:  Arbeitgeberbescheinigung erwünscht

Ich melde mich – unter Anerkennung der Unterrichtsbedingungen – verbindlich für folgende Veranstaltung an:

Veranst.-Nr. R	Kurzbezeichnung der Veranstaltung	EUR
Name, Vorname		Geburtsjahr 19
Straße, Hausnummer		PLZ           Wohnort
Telefon tagsüber	Fax	E-Mail

Ich bin einverstanden, dass die personenbezogenen Daten gem. § 5 der Benutzungs- u. Entgeltordnung für die insel-VHS erhoben und gespeichert werden und dass das Teilnehmerentgelt per Lastschrift von folgendem Konto abgebucht wird:

Konto-Nr.	Bankleitzahl	Bank
Name, Vorname, Anschrift des Kontoinhabers (nur ausfüllen, falls abweichend von Anmeldung)		2/2009

\_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift des Kontoinhabers



**Ihr Merkzettel:**

Ich habe mich am \_\_\_\_\_

bei der VHS Marl, die insel  
 zu folgender Veranstaltung angemeldet:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**ACHTUNG:**

Wir **bestätigen** Ihre Anmeldung **nicht!**

Das heißt, Sie können den gewünschten Kurs besuchen, wenn Sie von uns **keine Absage** erhalten.

Nicht-Teilnahme entbindet **nicht** von der Zahlungspflicht. **Der Lastschrifteinzug erfolgt ca. 3 Wochen nach Veranstaltungsbeginn**

Bei Bildungsurlaub:  Arbeitgeberbescheinigung erwünscht

Ich melde mich – unter Anerkennung der Unterrichtsbedingungen – verbindlich für folgende Veranstaltung an:

Veranst.-Nr. R	Kurzbezeichnung der Veranstaltung	EUR
Name, Vorname		Geburtsjahr 19
Straße, Hausnummer		PLZ           Wohnort
Telefon tagsüber	Fax	E-Mail

Ich bin einverstanden, dass die personenbezogenen Daten gem. § 5 der Benutzungs- u. Entgeltordnung für die insel-VHS erhoben und gespeichert werden und dass das Teilnehmerentgelt per Lastschrift von folgendem Konto abgebucht wird:

Konto-Nr.	Bankleitzahl	Bank
Name, Vorname, Anschrift des Kontoinhabers (nur ausfüllen, falls abweichend von Anmeldung)		2/2009

\_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift des Kontoinhabers



**Ihr Merkzettel:**

Ich habe mich am \_\_\_\_\_

bei der VHS Marl, die insel  
 zu folgender Veranstaltung angemeldet:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**ACHTUNG:**

Wir **bestätigen** Ihre Anmeldung **nicht!**

Das heißt, Sie können den gewünschten Kurs besuchen, wenn Sie von uns **keine Absage** erhalten.

Nicht-Teilnahme entbindet **nicht** von der Zahlungspflicht. **Der Lastschrifteinzug erfolgt ca. 3 Wochen nach Veranstaltungsbeginn**

Bei Bildungsurlaub:  Arbeitgeberbescheinigung erwünscht

Ich melde mich – unter Anerkennung der Unterrichtsbedingungen – verbindlich für folgende Veranstaltung an:

Veranst.-Nr. R	Kurzbezeichnung der Veranstaltung	EUR
Name, Vorname		Geburtsjahr 19
Straße, Hausnummer		PLZ           Wohnort
Telefon tagsüber	Fax	E-Mail

Ich bin einverstanden, dass die personenbezogenen Daten gem. § 5 der Benutzungs- u. Entgeltordnung für die insel-VHS erhoben und gespeichert werden und dass das Teilnehmerentgelt per Lastschrift von folgendem Konto abgebucht wird:

Konto-Nr.	Bankleitzahl	Bank
Name, Vorname, Anschrift des Kontoinhabers (nur ausfüllen, falls abweichend von Anmeldung)		2/2009

\_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift des Kontoinhabers

Was hast du, das ich nicht habe?

Eine gute Mischung.



### Neues Wohnen für Jung und Alt:

Jeder hat seine eigenen Bedürfnisse: Größe, Sonnen, Lärm, Park — die neuen Wohnkonzepte schaffen wieder einen idealen Raum für ein Höchstmaß an Gemeinschaft und Komfort. Der neue Generationen Wohnort. Als eine der größten privaten Wohnungsgesellschaften Deutschlands gibt Fonville über 110.000 Mietwohnungen und sorgt mit nachhaltigen Lösungen für eine ideale Lebensqualität. Mehr Informationen unter [www.evonik-wohnen.de](http://www.evonik-wohnen.de)

Evonik Wohnen GmbH, KundenCenter Marl/Dorsten, Gersdorffstr. 31, 45772 Marl  
TELEFON 02365 2045-0, TELEFAX 02365 2045-130, [www.evonik-wohnen.de](http://www.evonik-wohnen.de)

Evonik. Kraft für Neues.



dres. Lürken | ludes & zehm

Notariat & Rechtsanwaltskanzlei



Klaus ludes  
Rechtsanwalt und Notar

Diana ludes  
Rechtsanwältin und Notarin

enico zehm  
Rechtsanwalt

## Verbindliche Rechtsberatung seit über 85 Jahren

Wolfgangstr. 2  
45708 Marl

Tel.: 02365 92 00 0  
Fax: 02365 92 00 30

[www.dres-luedes.de](http://www.dres-luedes.de)  
[info@dres-luedes.de](mailto:info@dres-luedes.de)



# „Spuren hinterlassen auf diesem Planeten.“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt. Dieser Antrieb ist die grundlegende Kraft, die in uns Menschen steckt. Die Kraft, die uns über uns hinauswachen lässt. Und genauso sicher, wie es ewig gilt, dass Sie irgendwas aufstufen lässt, ist, wir unterstützen Sie dabei, Ihre Ziele und Wünsche zu erreichen. Denn es ist unser Antrieb, Ihnen versprochen zu können: Wir machen den Weg frei.

[www.vb-marl-recklinghausen.de](http://www.vb-marl-recklinghausen.de)

Volksbank  
Marl-Recklinghausen eG



**A**

Abenteuer erleben 16  
 Abrahamsfest 9  
 Acrylmalerei 18  
 Aktfotografie 19  
 Alltagsbewältigung 14  
 Alphabetisierung 43  
 Altersvorsorge 12  
 Aqua-Fitness 26  
 Aquarellieren 18  
 Arbeiten mit dem PC 35 ff.  
 Archivierung 40  
 Ausstellungen 5  
 Autogenes Training 22

**B**

Bauch, Beine, Po 24  
 Baufinanzierung 11  
 Baurecht 11  
 Beckenbodentraining 23  
 Benzinsparen 16  
 Berufsplanung für Abiturienten 13  
 Beziehungsalltag 14  
 Bildbearbeitung 39 ff.  
 Bildungsscheck 30  
 Bildungsprämie 30  
 Bindetechniken Haare 20  
 Body-Fitness 24  
 Bodystyling 24  
 Buchführung 41

**C**

Chinesisch 30  
 Coaching für Kinder 12  
 Computer 35 ff.  
 Core-Training 23  
 Cornwall 15

**D**

Datensicherung 41  
 Deutsch 30  
 Deutsche Gebärdensprache 44  
 Diabetes 28  
 Diavorträge 15  
 Digitale Leuchtkammer 40  
 Digitales Layout 40  
 Digitalisierung 40  
 Digitalkamera 39  
 Dirty Dancing 19  
 Discofox / Discocharles 19  
 Doppelte Buchführung 41

**E**

Edelsteintherapie 27  
 EDV 35 ff.  
 EDV für Frauen 35, 36  
 EDV für Senioren 35, 36  
 EDV-Grundlagen 35, 36  
 EDV-Übungsnachmittag 35  
 Einbruchschutz 16  
 Elterntraining 12  
 Emotionale Intelligenz 14  
 Englisch 30 ff.  
 Englischvorbereitung für Abitur 13  
 Entspannung 22  
 Erziehung 12 ff.  
 Excel 38  
 Existenzgründung 11  
 Exkursionen 34

**F**

Fachabitur 43  
 Fachhochschulreife 43  
 Fachoberschulreife 43  
 Fädeltechnik 20  
 Farbberatung 14  
 Fitness 26 ff.  
 Flamenco 19

Flirt 14  
 FOR 43  
 Formulare mit WORD 38  
 FOS 43  
 Fotoalben 39  
 Fotografieren 19  
 Französisch 32  
 Frauen und PC 36  
 Frieden 9  
 Friedensfest 9  
 Fußreflexzonenmassage 28  
 Funknetzwerk 41

**G**

Ganzkörpertraining 24  
 Gebärdensprache 44  
 Gedächtnistraining 14  
 Geschichtswerkstatt 9  
 Gesunde Ernährung 28  
 Gesundheit 22 ff.  
 Gewichtsreduzierung 24  
 Goldschmuck 20  
 Google-Earth 38  
 Grafik am PC 39 ff.  
 Grundbildung 43, 44  
 Grundle. Arbeiten mit d. PC 35, 36  
 Gymnastik 24 ff.

**H**

Haare 20  
 Handwerken 20  
 Hauptschulabschluss 43  
 Hausmusik 18  
 Haut 27  
 HDR-Fotografie 39  
 Heimatgeschichte 9  
 Homöopathie 26  
 HSA 43  
 Hundehaltung 21

**I**

Illustrator 40  
 Impressum 4  
 Indonesische Küche 28  
 Innere Ruhe 13  
 inselfreunde 5  
 Internet 38  
 Internet-Café 35  
 Internettelefonie 38  
 Investmentfonds 12  
 Italienisch 33  
 Italienische Küche 28

**J**

Japanisch 33

**K**

Kabarett 17  
 Kanuwandern 21  
 Kara-T-Robics 26  
 Keramik 18  
 Kinder 12, 18, 36  
 Kinderpädagogik 12  
 Klangschalen 22  
 Kochen 28  
 Kommunikation 14  
 Kommunikationstraining 14  
 Konfliktmanagement 13  
 Körpersprache 13  
 Kooperationspartner 8  
 Kraft aus dem Unterbewusstsein 14  
 Kreativmarkt 21  
 Krippenbau 20  
 Kultur erfahren 17  
 Kulturhauptstadt Europas 11  
 Kunst 17 ff.  
 Kurzzeitgedächtnis 14

**L**

Lange Berichte in WORD 38  
 Langzeitgedächtnis 14  
 Layout 40  
 Lerntechniken 12  
 Lesen u. Schreiben f. Erw. 43  
 Linux 41  
 Literarische Werkstatt 17  
 Literatur 17  
 Lokales Netzwerk 41

**M**

Mach mit Musik 18  
 Management 14, 39  
 Marketing 14  
 Marler Gruppe 19  
 Marler Tag der Gesundheit 28  
 Marler Wege zum Frieden 9  
 Maschinenschreiben m. d. PC 41  
 Materialcollage 18  
 Merkhilfen 14  
 Mittlere Reife 43  
 Modenschau 11  
 Monet 17  
 Mosaik 16  
 Multimedia-CD 39  
 Museumsbesuch 17

**N**

Nähen 21  
 Natur 16  
 Netzwerk 41  
 Niederländisch 33

**O**

Öffentlichkeitsarbeit 14, 15  
 Öffnungszeiten 2  
 Ölmalerei 18  
 Optimismus 13  
 Orientalischer Tanz 19

**P**

Pädagogik 12  
 Perlenketten 20  
 Personal Computer 35 ff.  
 Photoshop 39  
 Pilates 24  
 Pilzexkursion 16  
 Politik 9 ff.  
 Positives Denken 14  
 Powerpoint 39  
 Preisausschreiben 42  
 Probleme am PC 41  
 Psychologie 14

**Q**

Qi Gong 22  
 Qualifikation Kursleitungen 42

**R**

Radtour 11  
 Ratenzahlung 8  
 Rechnungswesen 41  
 Recht 12  
 Rente 12  
 Resilienz 13  
 Rücken aerobic 24  
 Rückenschule 23  
 Russisch 33

**S**

Scannen 40  
 Schimmelbekämpfung 16  
 Schlafprobleme 27  
 Schlagfertigkeit 13  
 Schönheit 28  
 Schulabschlüsse 43  
 Schulprobleme 12  
 Schwedisch 33

Segelsicherheitstraining 21  
 Selbstständigkeit 12  
 Selbstvertrauen 12  
 Senioren 16, 19, 31, 36  
 Seniorenkreise 16  
 Seniorentanz 19  
 Silberschmuck 20  
 Skulpturenmuseum 17  
 Skype 38  
 Smalltalk 15  
 Spanisch 33, 34  
 Spannungsfeld Arbeitsplatz 14  
 Sportbootführerschein 21  
 Sprachen 29 ff.  
 Spritsparen 16  
 Square-Dance 19  
 Stadtgeschichte 9  
 Stecktechniken Haare 20  
 Stilberatung 14  
 Stolpersteine 11  
 Streicher spielen vor 19  
 Stressbewältigung 14  
 Stretching 24  
 Studienreise 15  
 Südafrika 15  
 Systeminstallation 41

**T**

Tabellenkalkulation 38  
 Tagesmütter 13  
 Tai Chi Quan 23  
 Tango Argentino 19  
 Tanzaerobic 24  
 Tanzen 19  
 Tastschreiben 41  
 Terminkalender 4  
 Textverarbeitung mit Word 38  
 Töpfern 18  
 Töpfern für Kinder 18  
 Türkisch 34  
 Typberatung 14

**U**

Unterhaltsrecht 12  
 Unternehmens-Strategien 14  
 Unterrichtsbedingungen 8  
 Unterrichtsorte 42

**V**

Varusschlacht 9  
 VHS-Konferenz 8  
 Volkshochschulen 44  
 Vollmachten 12  
 Von Bingen, Hildegard 28  
 Vorbereitung Hauptschulabschl. 43

**W**

Wanderung 11  
 Wassergymnastik 26  
 Web-Design 38  
 WinWord 38  
 Wirbelsäulengymnastik 23, ff.  
 WLAN 41  
 Wohndesign 20  
 Word 38

**Y**

Yoga 23

**Z**

Zeebravision 15  
 Zeichnen 17  
 Zeichnen am PC 39  
 zentrale Abschlussprüf. (Kl. 10) 43

**Eugen Vetter**

Rechtsanwalt & Notar

Fachanwalt für Familienrecht

Weiterer Tätigkeitsschwerpunkt:  
Erbrecht

**Rainer Vark**

Rechtsanwalt & Notar

Fachanwalt für Verkehrsrecht

Weiterer Tätigkeitsschwerpunkt:  
Mietrecht

**Ingrid van der Loch**

Rechtsanwältin

Fachanwältin für Arbeitsrecht  
Fachanwältin für Sozialrecht

Bürozeiten: Montag - Donnerstag 8.30 - 13.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr · Freitag 8.30 - 17.00 Uhr  
Bonifatiusstraße 3 · 45768 Marl · Telefon 023 65/64066 · Fax 023 65/66042 · E-Mail: info@vetterundvark.de



**Alte Marler Wohnungsgenossenschaft eG**



Wohnen wie im Eigenheim  
bei der

**Alte Marler  
Wohnungsgenossenschaft  
eG**

Wohnungen in Altmarl,  
Marl-Drewer und Marl-Sinsen.



**... genossenschaftliches Wohnen in Marl ... einmalig !**

Alte Marler Wohnungsgenossenschaft eG • Willy-Brandt-Allee 2 • 45770 Marl • Telefon 0 23 65 / 99-52 01 oder 99-66 29

**Lernen. Leben. Geniessen.**

**Excellenter Catering-Service.**



Feiern Sie die besonderen Momente im Leben. Und genießen Sie die exzellente Vielfalt des Feierabendhauses. Wo immer Sie wollen: Unser Catering-Service beliefert auch Ihre private Feier.

Auf Wunsch übernehmen wir die gesamte Planung, Organisation und Durchführung Ihrer Veranstaltung. In jeder Größenordnung. Mit unserem Rund-um-Service geht alles stressfrei über die Bühne. Damit Sie sich voll und ganz Ihren Gästen widmen können ...



Paul-Baumann-Str. 1  
(Ecke Lipper Weg)  
45772 Marl

Tel. 02365 / 696 680  
Fax 02365 / 696 68-100