

Das neue Programm erscheint am 16. Dezember 2019

Am 16. Dezember 2019 erscheint das neue VHS-Programm. Sie finden es in der Volkshochschule, u.a. in Bürgerbüros, Sparkassen und Buchhandlungen sowie im Internet unter www.vhs.krefeld.de.

Dauer des Semesters: 03. Februar – 19. Juni 2020

Information und Anmeldung:

montags bis freitags 09.00 – 13.00 Uhr

montags bis donnerstags 16.00 – 18.00 Uhr (nur außerhalb der Schulferien)

Anmeldungen ohne fachliche Beratung:

Für Veranstaltungen, für die eine fachliche Beratung nicht unbedingt notwendig ist, können Sie sich **sofort ab Erscheinen des Programms** anmelden.

Anmeldung mit vorheriger fachlicher Beratung:

Für Kurse, bei denen eine persönliche fachliche Beratung vorausgesetzt oder dringend empfohlen wird, z.B. in Deutsch oder Fremdsprachen, können Sie sich im VHS-Haus **ab dem 03. Februar 2020** anmelden. Die Fachbereichsleiterinnen und -leiter beraten Sie gerne und empfehlen die richtige Kursstufe.

An den folgenden Tagen richtet die VHS einen zusätzlichen Beratungsservice für EDV, Deutsch und Fremdsprachen im VHS-Haus Krefeld ein. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Dienstags, 14. Januar bis 28. Januar 2020:

16:00 – 18:00 Uhr: Deutsch

17:00 – 18:00 Uhr: EDV, Englisch, Niederländisch, Französisch

Donnerstags, 16. Januar bis 30. Januar 2020:

16:00 – 18:00 Uhr: Deutsch

17:00 – 18:00 Uhr: EDV, Englisch, Niederländisch, Italienisch, Spanisch

Die Räume entnehmen Sie bitte der Hinweistafel im VHS-Haus. Weitere Beratungstermine sind nach Vereinbarung möglich.

Dreaming of a White Christmas

Wir singen englische Weihnachtslieder



Wir laden ein zu unserem Adventskalender zum Mitsingen. Freuen Sie sich auf 24 ausschließlich englische Weihnachtslieder mit Frank Sinatra, James Dean und vielen anderen bekannten und weniger bekannten Interpreten, live gesungen von Ralf Küntges an der Gitarre, allesamt zum Mitsingen geeignet. Und natürlich amüsiert er Sie wieder mit Anekdoten und Hintergründen zu diesen Songs. Die Liedtexte erhalten Sie von uns vorab per E-Mail, so dass Sie zu Hause, wenn Sie mögen, schon ein wenig üben können. Herzliche Einladung, sich gemeinsam auf die Weihnachtszeit einzustimmen. In der Pause verwöhnen wir Sie wie gewohnt mit kleinen Snacks und kühlen Getränken (Snacks im Entgelt enthalten). Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung

Fr, 29.11., 19.00 - 21.00 Uhr, VHS-Haus, 2 UStd., 15,- EUR, Ralf Küntges ([U4.20.68](#))

Navidad en español (A1/A2)

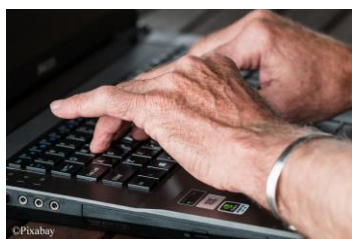
Bildvortrag in leicht verständlichem Spanisch



Un tiempo muy especial para mucha gente es el tiempo de Navidad. En cada país hay muchas y muy diferentes tradiciones que cada año se repiten para esta fecha. España y los países latinoamericanos de habla hispana también tienen una serie de costumbres y tradiciones que son diferentes. Estas diferentes costumbres y tradiciones queremos compartir con ustedes en esta presentación. ¡Los esperamos! Kartenvorverkauf und Abendkasse

Mo, 02.12., 19.00 - 20.00 Uhr, VHS-Haus, 1 UStd., 8,- EUR, Franco Gualterio Tous ([U4.25.51](#))

Erste Schritte im Internet für Ältere



Am Internet führt kaum noch ein Weg vorbei. Google und Co. sorgen dafür, dass auch Seniorinnen und Senioren im riesigen Informationsangebot des Internets nicht nur suchen, sondern auch gezielt Antworten und Lösungen zu breit gefächerten Themengebieten finden. Nahezu alle Hobbys wie Reisen oder Bücher sind vertreten und über die elektronische Post (E-Mail) können sich Gleichgesinnte und entfernt wohnende Verwandte in Sekundenschnelle über Neuigkeiten austauschen. Dieser Kurs leitet Schritt für Schritt durch die

Geschichte, Grundlagen und Funktionen des Internets, beleuchtet die Systemvoraussetzungen und den Bereich Sicherheit und gibt Anhaltspunkte zu den marktüblichen Preisen. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.

3 x mo, 16.30 - 18.00 Uhr, ab 02.12., Neuk.-Vluyn, Diesterwegschule, Diesterwegstraße 1 a, EDV-Raum 0.12, 6 UStd., 30,- EUR, Manfred Peter ([U5.55.02NV](#))

Ärzte ohne Grenzen:

Einsatz in den Krisen dieser Welt

Die Krefelderin Darina Finsterer war insgesamt in sieben Einsätzen mit Ärzten ohne Grenzen e.V., bevor sie im Mai 2017 in den deutschen Vorstand gewählt wurde. Sie berichtet mit einer Fotodokumentation in Auszügen aus drei ihrer Einsätze, die sich thematisch auf die Behandlung von Opfern nach Erdbeben, auf der Flucht und bei Mangelernährung beziehen. Im Anschluß an den Vortrag beantwortet sie gern Fragen. Der Vortrag ist entgeltfrei, es wird stattdessen um Spenden für Ärzte ohne Grenzen in der bereitgestellten Sammelbüchse gebeten.

Di, 03.12., 19.00 - 20.30 Uhr, VHS-Haus, Muchesaal, entgeltfrei, Darina Finsterer ([U3.20.04B](#))

Checker Tobi und das Geheimnis unseres Planeten

Filmvorführung in Kooperation mit Fridays for Future Krefeld, dem Naturwissenschaftlichen Verein zu Krefeld und dem Verein Deutscher Ingenieure (VDI)



In diesem Abenteuerfilm für junge Leute und Familien findet Checker Tobi - bekannt aus vielen TV-Reportagen z. B. auf KiKa - eine geheimnisvolle Flaschenpost mit einem Rätsel. Damit er es lösen kann, muss Tobi zuerst das Geheimnis unseres Planeten kennen. So startet er zu einer abenteuerlichen Reise rund um die Welt. Tobi klettert auf einen feuerspeienden Vulkan, taucht im Pazifik, trifft Klimaforscher in der Arktis und wird während der trockensten Zeit in der indischen Metropole Mumbai zum Bollywoodstar, ehe ein Monsun hereinbricht. Letztlich checkt Tobi, dass des Rätsels Lösung eigentlich ganz einfach

ist und er es während seiner Reise stets vor Augen hatte... Kartenvorverkauf und Abendkasse

Mi, 04.12., 17.30 - 19.00 Uhr, VHS-Haus, Muchesaal, entgeltfrei, Björna Althoff, Fridays For Future, Ortsgruppe Krefeld ([U3.19.12](#))

Auguste Renoir - Maler der glücklichen Momente. Zum 100. Todestag des großen Impressionisten



Auguste Renoir (1841-1919) gehört wie sein Künstlerkollege Claude Monet zu den bekanntesten Impressionisten. Mit Vorliebe fing der französische Maler in seinen Bildern die besonderen Momente des Glücks ein. So zeigt er die Menschen seiner Umgebung in sonnigen Gärten oder Parks, in ihrer Freizeit am Wasser sowie bei Geselligkeit und Tanz. Farbige und atmosphärisch dicht gestaltete Renoir vor allem heitere Szenen, bewies sich aber auch als exzellenter Figurenmaler, ob von munteren Kindern, schönen Damen oder den "Frauen beim Bade". In seiner frühen Kunst konzentrierte sich Renoir auf die Freilichtmalerei mit dem Wechselspiel von Licht und Schatten, in seinen Spätwerken entwickelte er jedoch eine andere Formensprache. Der bildreiche Vortrag erzählt vom Leben und Werk des "Meisters des Impressionismus", dessen Todestag sich am 3. Dezember 2019 zum 100. Mal jährt. Abendkasse

Mi, 04.12., 19.00 - 20.30 Uhr, Neuk.-Vluyn, Diesterwegschule, Diesterwegstraße 1 a, Raum 0.03, 6,- EUR, Dr. Birgit Poppe ([U2.13.05NV](#))

E-Mail-Verschlüsselung - Der Briefumschlag für die Email



Wir stecken unsere Briefe in einen Umschlag, weil wir nicht wollen, dass irgendwer mitlesen kann, was wir schreiben. Nur die E-Mail bleibt offen lesbar, wie eine Postkarte, obwohl sie oft viele sensible Daten, wie Kontonummern, Kundennummern, Vertragsdetails, Bestellungen oder Liefertermine enthält. Dabei gibt es seit den 90er Jahren einen bis heute sicheren Standard: Pretty Good Privacy (PGP). In diesem Kurs erhalten Sie eine Übersicht über verschiedene Verschlüsselungsverfahren und erfahren etwas über den Unterschied zwischen privaten und öffentlichen Schlüsseln. Am Ende können Sie Ihre E-Mails auf verschiedenen Geräten (Computer, Smartphone, Tablet) verschlüsseln und Ihre Nachrichten somit sicherer versenden.

Do, 05.12., 18.30 - 21.30 Uhr, VHS-Haus, 19,- EUR, Volker König ([U5.55.27](#))

Der Krefelder Sportentwicklungsplan



Krefeld ist eine Sportstadt, über 70.000 KrefelderInnen sind in Sportvereinen aktiv. Seit Ende letzten Jahres legt die Sportstättenkommission der Stadt Krefeld mit breiter Beteiligung von Politik, Verwaltung, Vereinen und Bürgerschaft - konkrete Zukunftsprojekte für eine nachhaltige sportaktive Stadt fest. Sie gehen den Fragen nach: Sind Krefelds Sportstätten nachhaltig aufgestellt und wie sieht überhaupt das passende Sportangebot der Zukunft aus? Über die Arbeit der Kommission, strategische Ziele und konkrete Maßnahmen berichten die Verantwortlichen aus Verwaltung und Sportvereinen.

Do, 05.12., 19.00 - 20.30 Uhr, VHS-Haus, Muchesaal, entgeltfrei, Markus Schön, Sportdezernent, Oliver Klostermann, Fachbereichsleiter Sport und Sportförderung, Jens Sattler, Geschäftsführer Stadtsportbund Krefeld e.V. ([U1.10.09](#))

Sport-, Fitness-, Entspannungs- und Gesundheitskurse, Siehe [U3.20.01](#) ff

Briefgestaltung nach DIN 5008 – Zertifikatskurs

Teilnahmevoraussetzung ist die Beherrschung der Zehn-Finger-Tastschreibmethode mit einer Schreibgeschwindigkeit von mind. 80 Anschlägen pro Minute. Ziel ist die Steigerung der Schreibfertigkeit auf 120 Anschläge pro Minute sowie die Einführung in die Formgestaltung nach DIN 5008 mit verschiedenen Hervorhebungsarten (z.B. Fett, Kursiv, Unterstreichen, Einrücken) und Absatzformatierungen wie Zentrieren und Blocksatz. Am letzten Kursabend kann eine Prüfung absolviert und bei Bestehen ein Zertifikat erworben werden. Das Entgelt beinhaltet die Prüfungsgebühr. Für eine ausreichende Leistung sind mindestens 120 Anschläge pro Minute erforderlich.

5 x do, 18.00 - 20.15 Uhr, ab 05.12., VHS-Haus, 15 UStd., 79,- EUR, Hannelore Richter ([U5.42.02](#))

eBay - Erfolgreich Kaufen und Verkaufen



Das Seminar bietet Ihnen einen spannenden Rundgang über den beliebtesten Internet-Marktplatz. Alle Teilnehmenden erhalten auf Wunsch ein eigenes eBay-Konto und stellen bei Bedarf noch innerhalb des Kurses eigene Artikel zum Verkauf ein. Tipps und Hinweise zum marktgerechten Anbieten und zum sinnvollen Ersteigern, auch im Bereich eBay Kleinanzeigen, runden dieses praxisnahe Seminar ab.

2 x fr, 18.45 - 21.30 Uhr, ab 06.12., VHS-Haus, 7,33 UStd., 29,- EUR, Aleksandar Bratic ([U5.55.28](#))

Künstler des Theaters - persönlich vorgestellt

Generalintendant Michael Grosse



Mit Beginn der Spielzeit 2010/11 übernahm Michael Grosse die Generalintendanz des Theaters Krefeld und Mönchengladbach. Zuvor war er Intendant des Deutsch-Sorbischen Volkstheaters Bautzen, Generalintendant des Theaters Altenburg-Gera und des Schleswig-Holsteinischen Landestheaters. Michael Grosse ist erblich vorbelastet, Vater und Mutter waren Schauspieler. Er studierte an der Hochschule für Schauspielkunst "Ernst Busch" in Berlin, war Oberspielleiter in Eisenach und Zwickau sowie freiberuflich als Regisseur und Schauspieler tätig. Seine künstlerische Visitenkarte sind in erster Linie verschiedene Soloabende wie "Ein Hochstapler erzählt" nach Thomas Mann oder "Deutschland. Ein Wintermärchen" von Heinrich Heine. Als Schauspieler war und ist er am Theater KR/MG in zahlreichen Rollen zu sehen, als Regisseur kann er auf knapp 100 Inszenierungen verweisen. In Kooperation mit der Gesellschaft der Freunde des Theaters Krefeld e.V. Mitglieder nur 4 EUR Eintritt, www.theaterfreunde-krefeld.de. Abendkasse

Mo, 09.12., 19.00 - 20.30 Uhr, VHS-Haus, 6,- EUR, Moderation: Regina Härtling, Persönliche Mitarbeiterin des Generalintendanten ([U2.11.00](#))

Ein Jahr im Ausland - Informationsveranstaltung zu Schüleraustauschprogrammen

In Kooperation mit dem AFS Interkulturelle Begegnungen e.V.



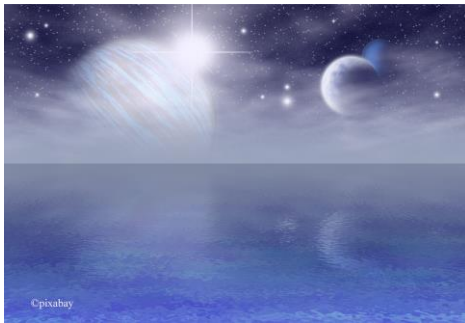
Ein Schuljahr im Ausland bietet viele Chancen: Jugendliche lernen eine neue Sprache, entdecken ein neues Land und erwerben interkulturelle Kompetenz. Doch wer ein Auslandsjahr plant, dem stellen sich viele Fragen: Wann sollte ich das Austauschjahr einplanen? Was kostet ein Auslandsaufenthalt und welche Leistungen bietet eine Austauschorganisation? Welche Möglichkeiten der Förderung gibt es?

Beim Beratungsabend beantworten Experten des AFS Interkulturelle Begegnungen e.V. Ihre Fragen und berichten von ihren persönlichen Erfahrungen im Ausland sowie von ihren interkulturellen Erlebnissen als Gastfamilie. Weitere Informationen finden Sie auf <https://www.afs.de/>

Di, 10.12., 19.00 - 20.30 Uhr, VHS-Haus, entgeltfrei, N.N. ([U5.10.10](#))

Vom Mond zum Mars - und darüber hinaus?

In Kooperation mit der Vereinigung Krefelder Sternfreunde, dem Naturwissenschaftlichen Verein zu Krefeld und dem Verein Deutscher Ingenieure (VDI)



diese Zukunftsvisionen.

Seit jeher ist der Mensch vom Mond fasziniert, doch er war immer ein unerreichbares Ziel! Das änderte sich mit dem Beginn des Raumfahrtzeitalters: 1959 gelang ein erster Blick auf seine Rückseite und 1969 die erste Landung von Menschen auf dem Mond. 50 Jahre später ist der Mond wieder Ziel der Raumfahrtationen geworden. Neben Wissenschaftsmissionen gibt es Pläne für Flüge von Menschen zum Mars, zu erdnahen Asteroiden und darüber hinaus, was aber sehr aufwändig und riskant ist. So wird genau studiert, wo robotische Missionen allein oder als Unterstützung optimal einzusetzen sind. Dieser Vortrag gibt eine Übersicht über

Di, 10.12., 19.30 - 21.30 Uhr, VHS-Haus, Muchesaal, 6,- EUR, Dr.-Ing. Christian Gritzner ([U3.10.05](#))

Der Mann mit dem Holzbein

Archäologische Funde deuten darauf hin, dass bereits vor mehr als 2000 Jahren ein Mensch in Turfan, West-China, der nur noch auf einem Bein stehen konnte, Hilfe erhalten hat. Die älteste Beinprothese der Welt wurde 1885 in Capua, Italien, geborgen und auf ca. 300 v. Chr. datiert. In Ost-China gibt es Bronzefigurinen von Invaliden mit amputiertem Unterschenkel aus der Zeit um 900 v. Chr., aber keine Hinweise auf Prothesen. Zwischen der griechisch-römischen und der chinesischen Welt, im trockenen östlichen Zentralasien, wo organisches Material sich gut erhält, wurde 2007 ein hölzerner Stelzfuß entdeckt. In diesem Vortrag berichtet Frau Professor Wagner, eine der wenigen deutschen China -Archäologinnen, über die Details seiner Konstruktion, Abnutzungsspuren und sein Alter sowie über die Gründe, warum der Mensch in West-China überhaupt ein Holzbein brauchte. Kartenvorverkauf und Abendkasse

Mi, 11.12., 19.00 - 20.30 Uhr, (für Mitglieder der GDCF entgeltfrei), VHS-Haus, 2 UStd., 6,- EUR, Prof. Mayke Wagner ([U1.20.23](#))

Gesund in Krefeld:

Diabetisches Fußsyndrom: Wenn Zucker die Füße angreift

Vortrag in Kooperation mit dem Helios-Klinikum Krefeld von Dr. Ulrike Schmitz, Oberärztin/Leiterin Netzwerk Diabetischer Fuß am Helios Klinikum Krefeld

Ein langfristig erhöhter Blutzuckerspiegel führt bei vielen Diabetikern zu einer komplizierten Folgeerkrankung: Dem diabetischen Fuß. Gut jeder vierte Diabetiker leidet zusätzlich zu seiner Zuckererkrankung an dieser Störung der Durchblutung oder der Nervenversorgung der Füße. Die dadurch bedingte reduzierte Schmerzempfindlichkeit führt häufig dazu, dass Wunden zu spät entdeckt werden. Selbst kleine Verletzungen oder Druckstellen können bei den Patienten so zu großflächigen Wunden werden. Unbehandelt wird die Bewegungsfähigkeit immer mehr eingeschränkt, im fortgeschrittenen Stadium droht sogar die Amputation einzelner Zehen oder des gesamten Fußes. Das Helios Klinikum Krefeld ist seit über zehn Jahren als spezielle Behandlungseinrichtung für das Diabetische Fußsyndrom zertifiziert. Seit 2016 verfügt die Klinik außerdem über eine Diabetische Fußambulanz. Ein Team aus Diabetologen, Dermatologen, Chirurgen und Wundtherapeuten arbeitet hier eng zusammen, um die Patienten optimal zu versorgen. Dr. Ulrike Schmitz berichtet in ihrem Vortrag von den Ausprägungen

und Gefahren des Diabetischen Fußes und stellt Behandlungsmöglichkeiten anschaulich dar. Für persönliche Fragen steht die Expertin im Anschluss gern zur Verfügung.

Mi, 11.12., 19.00-21.00 Uhr, VHS-Haus, Muchesaal, entgeltfrei, Dr. med.Ulrike Schmitz, Leitende Ärztin des Diabetischen Fußzentrums ([U3.20.01B](#))

Smart Home - Einfach ins digitale Zuhause



Licht und Rollläden lassen sich per App bequem von überall steuern. Das sind nur zwei Beispiele für Funktionen in einem Smart Home. Ein intelligentes Zuhause ist komfortabel, bietet Sicherheit und bringt hinsichtlich altersgerechtem Wohnen viele Vorteile. Sie erhalten einerseits hilfreiches Hintergrundwissen und erfahren was zu tun ist, um Smart Home-Funktionen in der eigenen Immobilie zu realisieren. Lohnt sich das nur für neue Immobilien oder kann man nachrüsten? Außerdem haben Sie die Gelegenheit Smart Home-Komponenten direkt selber auszuprobieren.

Do, 12.12., 18.30 - 21.00 Uhr, VHS-Haus, 12,- EUR, Rüdiger Fröls ([U5.50.03](#))

Offenes Weihnachtssingen



Der VHS Singkreis 50 plus lädt Sie herzlich ein zu einem offenen Weihnachtssingen. In Gemeinschaft singen wir ein- und mehrstimmig bekannte und kennenswerte Lieder aus dem großen Liederreigen der vor- und weihnachtlichen Zeit. Sie wissen: Singen macht Spaß, Singen tut gut. Für diese Veranstaltung ist keine Anmeldung erforderlich. Wir freuen uns auf Sie.

Di, 17.12., 10.30 - 12.00 Uhr, VHS-Haus, entgeltfrei, Josef Schwalbach, Kantor ([U2.12.14](#))

Dreaming of a White Christmas

Wir singen englische Weihnachtslieder - Siehe [U42068](#)

Vorschau auf Januar

Montessori Diplom-Lehrgang 2020-2021

Informationsveranstaltung

Frau Christina Everhardt informiert als Lehrgangsleitung über die Inhalte, Termine sowie über weitere Rahmenbedingungen zu der ab 03. Februar 2020 beginnenden Montessori-Ausbildung.

Mo, 13.01., 18.00 - 19.30 Uhr, VHS-Haus, entgeltfrei, Christina Everhardt ([U5.35.02](#))

Trainerweiterbildung - Train the Trainer (Zertifikatskurs)

Sie arbeiten als Trainerin oder Trainer im hochdynamischen Bereich der Weiterbildung und stehen ständig vor neuen Anforderungen? Diese Qualifizierung vermittelt Ihnen alle relevanten Fähigkeiten, durch die Sie sich in Ihrer Trainerpersönlichkeit professionalisieren und weiterentwickeln können. Sie wendet sich gleichermaßen an Berufseinsteiger wie an erfahrene Trainer. Lernen Sie in einer abwechslungsreichen Mischung aus Theorie, Praxis und eigener (Übungs-)Erfahrung einen neuen Pool an Methoden und Techniken kennen. Bedingung für die Erteilung eines Zertifikates ist die Erstellung eines Seminarkonzeptes, das am letzten Tag des Seminars einzureichen ist. Der Arbeitsumfang für die Erstellung beträgt dabei ca. 4 Stunden und fällt zusätzlich zur Seminarteilnahme an. Bitte bringen Sie zwecks Erstellung des Konzeptes die entsprechende Hardware mit. Das Seminar kann als Bildungsurlaub besucht werden. Im Entgelt ist das Mittagessen im Bistro Colonnade enthalten. Die Anmeldebestätigung gilt als Fahrausweis in Krefeld für die Hin- und Rückfahrt zum Seminar.

Mo-Fr, 13.-17.01., 9.00 - 16.00 Uhr, VHS-Haus, 40 UStd., 345,- EUR, Pia Winkelkotte, Maggie Thies ([U5.22.01](#))

Sie suchen ein schönes Geschenk oder möchten sich bei jemandem bedanken?

Wie wäre es mit einem **Geschenkgutschein der Volkshochschule?**

Geschenkgutscheine sind **ab einem Wert von 10 EUR** zu den üblichen Sprechzeiten bei der Volkshochschule an der Information im Foyer erhältlich.

Ihr VHS-Team



Volkshochschule Krefeld/Neukirchen-Vluyn
Von-der-Leyen-Platz 2, 47798 Krefeld, Tel. 02151/86-2664
www.vhs.krefeld.de, E-Mail: vhs@krefeld.de

Ihre Ansprechpartnerin zum Newsletter:
Gabriele Dammers
E-Mail: gabriele.dammers@krefeld.de