



Lebenshilfe
BERLIN



Volkshochschule Berlin Mitte · City VHS



Bildung in leichter Sprache

Kurs-Programm Frühjahr – Sommer 2012

**Für Menschen mit Lernschwierigkeiten
und
für Menschen mit geistiger Behinderung**

Weiterbildung? City VHS!

Wollen Sie ...

- ... aktuelle Themen diskutieren?**
- ... sich über Städte und Länder informieren?**
- ... die künstlerische Kreativität fördern?**
- ... etwas für die Gesundheit tun?**
- ... eine neue Sprache lernen?**
- ... sich beruflich weiterbilden?**
- ... schulische Kenntnisse auffrischen?**



**Wir haben für viele Wünsche
das passende Angebot.**

City VHS – Die Volkshochschule in der Mitte Berlins



City VHS – Haus Liniestraße
Liniestraße 162, 10115 Berlin

Telefon 030-901837474

Fax 030-901837488

E-Mail: info.city-vhs@berlin.de

Internet: www.city-vhs.de



Volkshochschule Berlin Mitte · City VHS

Liebe Interessierte,

vor Ihnen liegt unser fünftes Kurs-Programm für Menschen mit Lernschwierigkeiten und für Menschen mit geistiger Behinderung. Das Programm wurde wieder gemeinsam von der Lebenshilfe Berlin und der Volkshochschule Berlin Mitte geplant.

Wir freuen uns, dass unser Programm bisher gut aufgenommen wurde. Mehrere Teilnehmende haben uns berichtet, dass die Kurse und Seminare sehr interessant für Sie waren. Sie finden es gut, in der Volkshochschule zu lernen und viele andere Menschen dort zu treffen.

Wir hoffen, dass auch in diesem Heft für das Frühjahrs- und Sommersemester 2012 wieder für alle etwas Interessantes dabei ist.

Bei der Anmeldung beachten Sie bitte:

Viele Kurse und Seminare finden in der Volkshochschule statt. Bitte melden Sie sich auch dort an. Informationen finden Sie in diesem Heft.

Drei Seminare werden bei der Lebenshilfe Berlin durchgeführt. Diese Seminare sind besonders gekennzeichnet. Bitte melden Sie sich für diese Angebote bei der Lebenshilfe Berlin an.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lernen
und freuen uns auf Ihre Anmeldung



Herbert Teichmann
Programmbereichsleiter City VHS



Liane Neubert
Leiterin Lebenshilfe Bildung

Hier besuchen Sie Ihren Kurs.

Hier melden Sie sich auch an und bezahlen Ihren Kurs:



Volkshochschule Berlin Mitte
Haus Liniestraße 162
10115 Berlin



Telefon: 030 - 901 83 74 74

Wie komme ich zur Volkshochschule?

U-Bahnof Rosenthaler Platz (U8)
S-Bahnof Oranienburger Straße (S1 und S2)
Bus 240, Tram 1, 8, 13, 53



Wann kann ich bezahlen?

jeden Donnerstag 16.00 – 19.00 Uhr
Am 22.12.2011, 02.02.2012, 05.04.2012 und 12.04.2012
ist die Kasse geschlossen.

Nur der Computerkurs findet hier statt:



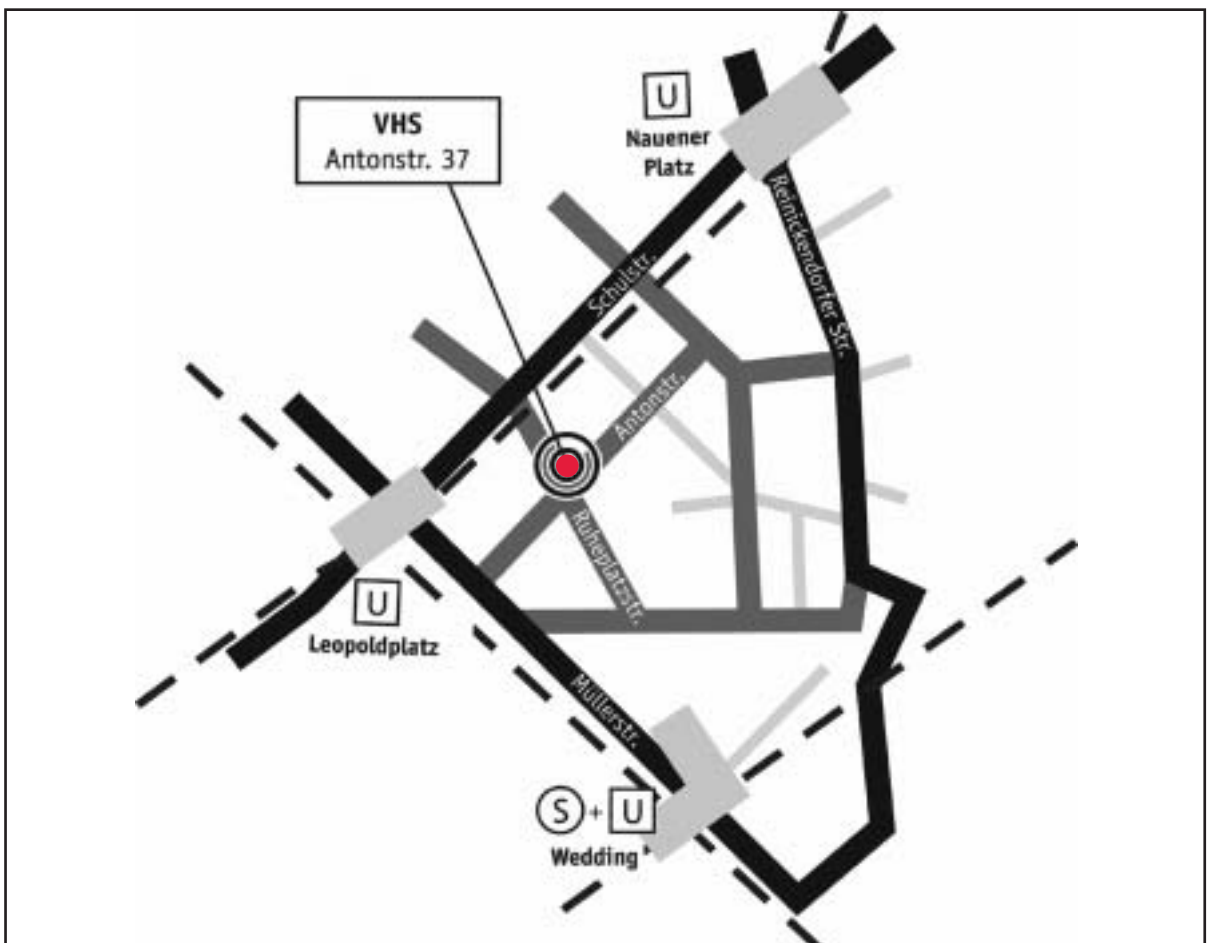
Volkshochschule Berlin Mitte
Haus Antonstraße 37
13347 Berlin



Telefon: 030 - 901 83 74 74

Wie komme ich zum Computerkurs?

U-Bahnstation Leopoldplatz (U6 und U9)
U-Bahnstation Wedding (U6) und S-Bahnstation Wedding (Ring)
Busse 120, 248, 328



Übersicht der Kurse in diesem Heft:



Kurse im Frühjahr 2012

Titel des Kurses	Seite
Kunst tut gut – Jeder Mensch ist ein Künstler	7
Grafik-Kurs	8
Mambo und Salsa	9
Gesellschaftstanz – Grundkurs	10
In der Ruhe liegt die Kraft Stressbewältigung durch Achtsamkeitstraining	11
Qi Gong	12
Englisch 1	13
Englisch 2	14
Englisch 3	15
Spanisch 1	16
Was kann man mit dem Computer machen? Computerkurs für Anfänger	17
Lesen und Schreiben	18
Das Computerspiel Winterfest Lesen, Schreiben und Rechnen üben	19
Rechnen von Anfang an	20
„Selbstbewusst auftreten“ – Farb- und Stilberatung für Frauen	21

Übersicht der Kurse in diesem Heft:



Kurse im Sommer 2012

Titel des Kurses	Seite
Selbstbewusstsein lernen	23
Kunst tut gut – Jeder Mensch ist ein Künstler	24
Mambo und Salsa	25
Gesellschaftstanz – Grundkurs	26
Foto-Kurs	27
Englisch 1	28
Englisch 2	29
Englisch 3	30
Spanisch 1	31
Spanisch 2	32
Was kann man mit dem Computer machen? Computerkurs für Anfänger	33
Lesen und Schreiben	34
Rechnen von Anfang an	35
Lecker kochen ist ganz leicht	36
„Mit allen Sinnen“ Ganzheitliches Gedächtnistraining	37
Allgemeine Geschäftsbedingungen	38
Anmeldeformular	40

FRÜHJAHR 2012



Titel des Kurses **Kunst tut gut – Jeder Mensch ist ein Künstler**

Beschreibung des Kurses

Interessieren Sie sich für Kunst? Malen Sie selber gerne?
In diesem Kurs können die Malerei und andere künstlerische Ausdrucksformen ausprobiert werden.

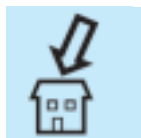
Im Kurs entdecken Sie Ihre eigenen kreativen Fähigkeiten und erlernen bildliche Ausdrucksmöglichkeiten.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi205-171F



Termin für den Kurs
Freitag, den 30.03.2012 von 10.00 – 16.00 Uhr und
Samstag, den 31.03.2012 von 10.00 – 16.00 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 4.02 (Zeichenatelier)



Dozentin
Meri Lummepero-Koppmann 8–10 Teilnehmer/-innen



Kosten
10,- €



Auskünfte: Aida Terzic Konjic
Telefon: 030 - 901 83 74 53

Titel des Kurses **Grafik-Kurs**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie neue Gestaltungs-Möglichkeiten kennen.

Sie werden mit einfachen Mitteln wie zum Beispiel Stiften, Farbe, Pappe, Papier und anderen Materialien arbeiten. Ihre Fantasie ist dabei gefragt.

Schwerpunkte: Grafik, Zeichnung, Druck

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi205-173F



Termin für den Kurs

Freitag, den 27.04.2012 von 10.00 – 16.00 Uhr und
Samstag, den 28.04.2012 von 10.00 – 16.00 Uhr



Ort

Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 4.02 (Zeichenatelier)



Dozentin

Sabine Seidemann

8–10 Teilnehmer/-innen



Kosten 10,- €

(Materialkosten 3,- € bitte im Kurs bezahlen.)



Auskünfte: Aida Terzic Konjic

Telefon: 030 - 901 83 74 53

Titel des Kurses **Mambo und Salsa**

Beschreibung des Kurses

Wer gerne lernen möchte, zu Mambo oder Samba Rhythmen zu tanzen, ist in diesem Kurs genau richtig. Sie können teilnehmen, wenn Sie schon einige Schritte tanzen können, oder wenn Sie es ganz neu erlernen möchten.

Der Spaß steht im Vordergrund!

Nach diesem Kurs können alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Grundschritte fließend tanzen.

Die ausgebildete Sport- und Gymnastiklehrerin und Tanzpädagogin Frauke Gambs ist als freischaffende Künstlerin, Tanzpädagogin und Choreografin in verschiedenen Tanzstudios in und um Berlin tätig. Zusätzlich arbeitet sie seit 2006 mit Menschen mit Behinderung, für die sie seit 2009 im Auftrag von Lebenshilfe Berlin und City VHS Tanzkurse leitet.

Bitte ein zweites Paar Schuhe mit sauberer, dünner und heller Sohle mitbringen.

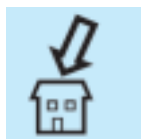
Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi209-171F



Termin für den Kurs

04.01. – 08.02.2012, 6 Termine, mittwochs von 17.00 – 18.30 Uhr



Ort

Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 0.03 (Kleiner Tanzsaal)



Dozentin

Frauke Hella Gambs

6–10 Teilnehmer/-innen



Kosten

6,- €



Auskünfte: Aida Terzic Konjic, Telefon: 030 - 901 83 74 53

Titel des Kurses **Gesellschaftstanz – Grundkurs**




Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs eignet sich für Tanz-Paare, die sich gerne zu Musik bewegen und Lust auf neue Tanz-Schritte haben. Der Spaß und die Bewegung sind dabei ganz wichtig. Wir tanzen: Langsamer Walzer, Wiener Walzer, schneller Blues sowie lateinamerikanische Tänze. Die Tanz-Schritte werden langsam gezeigt und oft geübt. Tanzen bringt Freu(n)de!

Die ausgebildete Sport- und Gymnastiklehrerin und Tanzpädagogin Frauke Gambs ist als freischaffende Künstlerin, Tanzpädagogin und Choreografin in verschiedenen Tanzstudios in und um Berlin tätig. Zusätzlich arbeitet sie seit 2006 mit Menschen mit Behinderung für die sie seit 2009 im Auftrag von Lebenshilfe Berlin und City VHS Tanzkurse leitet.

Bitte ein zweites Paar Schuhe mit sauberer, dünner und heller Sohle mitbringen. Bitte melden Sie sich als Paar (zwei Personen) an.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi209-176F
	Termin für den Kurs 04.01. – 08.02.2012, 6 Termine, mittwochs von 18.45– 20.15 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 0.03 (Kleiner Tanzsaal)
	Dozentin Frauke Hella Gambs 6–8 Teilnehmer/-innen
	Kosten 6,- €



Auskünfte: Aida Terzic Konjic, Telefon: 030 - 901 83 74 53

Titel des Kurses

In der Ruhe liegt die Kraft Stressbewältigung durch Achtsamkeitstraining

Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs ist eine Einladung, die eigene Lebendigkeit zu spüren.

Oft haben wir so viel Stress und Ärger, dass wir gar nicht merken, wie wir uns fühlen.

Auf sich selbst zu achten, hilft uns, den Körper zu spüren, wie er zum Beispiel atmet und sich bewegt. Achtsamkeit bedeutet auch, dass wir merken, wenn wir fröhlich, traurig, glücklich oder wütend sind oder wenn wir Stress haben.

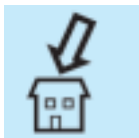
In dem Kurs lernen wir, besser mit Stress umzugehen. Wenn wir achtsam sind, merken wir, dass wir wunderbare Menschen sind und dass mit uns alles in Ordnung ist. Dann kann der Stress kommen, er wirft uns nicht mehr um.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi301-601F



Termin für den Kurs
06.03. – 27.03.2012, 4 Termine, dienstags von 15.30 – 17.45 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 4.12 (Gymnastikraum)



Dozent
Lothar Schwalm 8 Teilnehmer/-innen



Kosten (Eine Übungs-CD ist im Preis enthalten.)
16,- €



Wichtiger Hinweis

Wenn Sie zu Psychosen neigen oder bestimmte Medikamente einnehmen müssen (Neuroleptika wie z.B. Risperidon oder Zyprexa), rufen Sie bitte den Kursleiter an, bevor Sie sich anmelden: Telefon 03 32 00-526 52.

Titel des Kurses **Qi-Gong**

Beschreibung des Kurses

Qi-Gong sind chinesische Gesundheitsübungen, die Gelenke, Muskeln und Sehnen trainieren. Qi-Gong ist wie eine Meditation in Bewegung und hilft Krankheiten vorzubeugen.

Im Kurs wird eine leichte Übungsreihe erlernt, die sich als Einstieg in das Qi-Gong eignet und auch zu Hause geübt werden kann.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi301-605F



Termin für den Kurs
20.02. – 26.03.2012, 6 Termine, montags von 16.30–17.30 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 4.09



Dozentin
Gudrun Alsesser-Knobbe

8 Teilnehmer/-innen



Kosten
8,- €



Auskünfte: Constanze Metzger
Telefon: 030 - 901 83 74 27

Titel des Kurses **Englisch für Anfänger 1**
Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer
ohne Vorkenntnisse

Beschreibung des Kurses

In diesem Englischkurs lernen Sie die englische Sprache kennen. Wer damit beginnen möchte oder auch schon ein bisschen Englisch spricht, ist in diesem Kurs genau richtig.

Unter anderem wollen wir lernen...

- ... wie wir Menschen begrüßen können.
- ... wie wir auf Englisch zählen.
- ... wie wir über unseren Alltag, unsere Hobbys und unsere Stadt sprechen.
- ... wie wir Essen und Getränke im Café, Restaurant oder Pub bestellen.

Lehrmaterial erhalten Sie von der Kursleitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi406-977F



Termin für den Kurs
31.01.–27.03.2012, 9 Termine, dienstags von 17.00 – 19.10 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 3.03



Dozentin
Emma Fawcett

4 – 7 Teilnehmer/-innen



Kosten
10,- €



Auskünfte: Kerstin Wiedemann-Behrendt
Telefon: 030 - 901 83 74 21

Titel des Kurses **Englisch für Anfänger 2**
Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer
mit Vorkenntnissen

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs vertiefen wir unsere Sprachkenntnisse.
Wer den Anfängerkurs 1 besucht hat oder schon Englisch gelernt hat, ist
in diesem Kurs genau richtig.

Unter anderem wollen wir lernen...
... über unsere Familien zu sprechen und Menschen zu beschreiben.
... über Feste und Feiern zu sprechen.
... uns über das Wetter und die Jahreszeiten zu unterhalten.

Lehrmaterial erhalten Sie von der Kursleitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi406-983F
	Termin für den Kurs 02.02. – 29.03.2012, 9 Termine, donnerstags von 17.00 – 19.10 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 3.03
	Dozentin Emma Fawcett 4 – 7 Teilnehmer/-innen
	Kosten 10,- €



Auskünfte: Kerstin Wiedemann-Behrendt
Telefon: 030 - 901 83 74 21

Titel des Kurses **Englisch für Anfänger 3**
Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer
mit Vorkenntnissen

Beschreibung des Kurses

Wer den Anfängerkurs 2 besucht hat oder schon Englisch gelernt hat, ist in diesem Kurs genau richtig. Hier vertiefen wir unsere Sprachkenntnisse und sprechen schon viel selbstständiger auf Englisch.

Unter anderem wollen wir lernen...

... das zu beschreiben, was wir beim Einkaufen und im Urlaub brauchen.

... wie wir über unsere Arbeit sprechen.

... wie wir unsere Wünsche höflich ausdrücken.

... wie wir über die Vergangenheit erzählen.

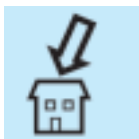
Lehrmaterial erhalten Sie von der Kursleitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi406-989F



Termin für den Kurs
30.01. – 26.03.2012, 9 Termine, montags von 17.00 – 19.10 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 3.03



Dozentin
Emma Fawcett

4 – 7 Teilnehmer/-innen



Kosten
10,- €



Auskünfte: Kerstin Wiedemann-Behrendt
Telefon: 030 - 901 83 74 21

Titel des Kurses **Spanisch für Anfänger 1**
Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer
ohne Vorkenntnisse

Beschreibung des Kurses

In einer kleinen Gruppe lernen Sie die spanische Sprache kennen.
Das Sprechen und Verstehen der Sprache üben wir. Musik, Spiele und
Spaß helfen uns dabei.

Lehrmaterial erhalten Sie von der Kursleitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi422-760F
	Termin für den Kurs 31.01.–27.03.2012, 9 Termine, dienstags von 17.00 – 19.10 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 2.02
	Dozentin Judith Sarmiento Ochoa 4 – 7 Teilnehmer/-innen
	Kosten 10,- €



Auskünfte: Kerstin Wiedemann-Behrendt
Telefon: 030 - 901 83 74 21

Titel des Kurses

Was kann man am Computer machen? Computerkurs für Anfänger

Beschreibung des Kurses

Einen Computer zu bedienen, ist gar nicht so schwer!

Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Sie mit dem Computer richtig umgehen. Sie lernen den Umgang mit der Maus und der Tastatur. Wir schreiben einfache Texte und gestalten sie.

Schwerpunkte:

- Wie funktioniert der Computer?
- Wie schreibe ich einen Text?
- Wie kann ich meinen Text schön gestalten?
- Wie füge ich Bilder ein?

Was muss ich beachten?

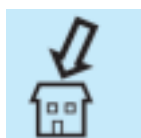
Kurs-Nummer

Mi500-032F



Termin für den Kurs

18.04. – 06.06.2012, 8 Termine, mittwochs von 16.00 – 17.30 Uhr



Ort

Volkshochschule Mitte, Antonstraße 37, 13347 Berlin, Raum 206



Dozentin

Ruth Kerst

4 – 8 Teilnehmer/-innen



Kosten

6,- €



Auskünfte: Jürgen Czasch





Telefon: 030 - 901 84 74 22

Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses

Sie möchten das Lesen und Schreiben von Anfang an lernen?
Sie können schon ein bisschen Lesen und Schreiben?
Dann sind Sie in diesem Kurs richtig: Das Lesen und Schreiben wird erlernt
und geübt.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi607-017F
	Termin für den Kurs 14.01.–24.03.2012, 10 Termine, samstags von 10.00–12.30 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 3.01
	Dozentin Claudia Vaegs 4 – 8 Teilnehmer/-innen
	Kosten 10,- €



Auskünfte: Ingrid Schultz
Telefon: 030 - 901 84 74 28

Titel des Kurses **Das Computerspiel *Winterfest*
Lesen, Schreiben und Rechnen üben
mit einem Abenteuerspiel**

Beschreibung des Kurses

Das Computerspiel *Winterfest* ist ein spannendes Abenteuer für Jugendliche und Erwachsene.

Wir begleiten den Helden Alex auf seiner Reise ins Mittelalter und lösen dabei viele kleine Aufgaben. Spielerisch trainieren wir so unsere Kenntnisse im Lesen, Schreiben und Rechnen.

Für Menschen, die schon etwas lesen, schreiben und rechnen können.
Kenntnisse im Umgang mit dem Computer werden nicht vorausgesetzt.

Das Lernspiel erhalten Sie von der Kursleitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi607-105F



Termin für den Kurs
11.01. – 28.03.2012, 12 Termine, mittwochs von 18.00 – 19.30 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Antonstraße 37, 13347 Berlin, Raum 205



Dozentin
Ruth Kerst

4–8 Teilnehmer/-innen



Kosten
10,- €







Auskünfte: Ingrid Schultz
Telefon: 030 - 901 84 74 28

Titel des Kurses **Rechnen von Anfang an**

Beschreibung des Kurses

Sie wollen das Rechnen von Anfang an lernen?
Dieser Kurs beginnt mit dem kleinen Einmaleins, hilft beim Kopfrechnen
und beim Lesen und Verstehen von einfachen Textaufgaben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi608-002F
	Termin für den Kurs 16.01.–26.03.2012, 10 Termine, montags von 16.30–19.00 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Liniestraße 162, 10115 Berlin, Raum 2.04
	Dozentin Sabine Bosmann 4 – 8 Teilnehmer/-innen
	Kosten 10,- €



Auskünfte: Ingrid Schultz
Telefon: 030 - 901 84 74 28

Titel des Kurses **„Selbstbewusst auftreten“ –
Farb- und Stilberatung für Frauen**

Beschreibung des Kurses

Jeder Mensch ist schön.

Um selbstbewusst und sicher aufzutreten, ist es wichtig, die persönlichen Vorzüge zu kennen und zu betonen.

In diesem Seminar können Sie etwas darüber erfahren, wie Farben wirken.





Wir werden ausprobieren, welche Farben Ihnen am besten stehen.

Im Seminar erfahren Sie, wie Sie die Vorzüge der Persönlichkeit durch Kleidung und „Extras“ (z.B. Schminke, Schmuck, Tücher und Schals) betonen können.

Bitte bringen Sie zum Seminar folgendes mit (soweit vorhanden): Tücher und Schals in verschiedenen Größen sowie persönliche Schminke, entsprechendes Zubehör (Pinsel, Stifte usw.) und einen (Vergrößerungs-) Spiegel.

Bitte bringen Sie zum Seminar auch eine weibliche Begleitperson Ihres Vertrauens mit.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	LH 114	
	Termin für den Kurs Donnerstag, den 22.03.2012 von 11.00 – 16.00 Uhr Freitag, den 23.03.2012 von 11.00 – 16.00 Uhr	
	Ort Lebenshilfe Berlin	
	Dozentin Leonie Wallenta	8 Teilnehmerinnen
	Kosten (Die Materialkosten sind im Preis enthalten.) 20,- € (mit Verpflegung)	



Wichtiger Hinweis

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Berlin statt.

Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden möchten:

82 99 98-601



Hinweis: Dieses Seminar ist als Bildungsurlaub anerkannt.

SOMMER 2012



Titel des Kurses **Selbstbewusstsein lernen**





Beschreibung des Kurses

Jeder Mensch ist wertvoll. Jeder Mensch hat liebenswerte Eigenschaften.
Wer sich selbst mag, ist stark. Entdecke Deine guten Seiten!

Schwerpunkte:

- Wer bin ich?
- Was ist besonders schön an mir?
- Was kann ich besonders gut?
- Was ist Selbstwertgefühl?
- Wie sehen mich die anderen?

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi107-1105
	Termin für den Kurs Freitag, den 11.05.2012 von 10.00 – 16.00 Uhr Samstag, den 12.05.2012 von 10.00 – 16.00 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 4.12 (Gymnastikraum)
	Dozentin Mirka Schulz 8 Teilnehmer/-innen
	Kosten 10,- €



Auskünfte: Constanze Metzger
Telefon: 030 - 901 83 74 27





Titel des Kurses **Kunst tut gut – Jeder Mensch ist ein Künstler**

Beschreibung des Kurses

Interessieren Sie sich für Kunst? Malen Sie selber gerne?
In diesem Kurs können die Malerei und andere künstlerische Ausdrucksformen ausprobiert werden.

Im Kurs entdecken Sie Ihre eigenen kreativen Fähigkeiten und erlernen bildliche Ausdrucksmöglichkeiten.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi205-172S
	Termin für den Kurs Freitag, den 29.06.2012 von 10.00 – 16.00 Uhr und Samstag, den 30.06.2012 von 10.00 – 16.00 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 4.02 (Zeichenatelier)
	Dozentin Meri Lummepero-Koppmann 8–10 Teilnehmer/-innen
	Kosten 10,- €



Auskünfte: Aida Terzic Konjic
Telefon: 030 - 901 83 74 53

Titel des Kurses **Mambo und Salsa**

Beschreibung des Kurses

Wer gerne lernen möchte, zu Mambo oder Samba Rhythmen zu tanzen, ist in diesem Kurs genau richtig. Sie können teilnehmen, wenn Sie schon einige Schritte tanzen können, oder wenn Sie es ganz neu erlernen möchten.

Der Spaß steht im Vordergrund!

Nach diesem Kurs können alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Grundschritte fließend tanzen.

Die ausgebildete Sport- und Gymnastiklehrerin und Tanzpädagogin Frauke Gambs ist als freischaffende Künstlerin, Tanzpädagogin und Choreografin in verschiedenen Tanzstudios in und um Berlin tätig. Zusätzlich arbeitet sie seit 2006 mit Menschen mit Behinderung, für die sie seit 2009 im Auftrag von Lebenshilfe Berlin und City VHS Tanzkurse leitet.

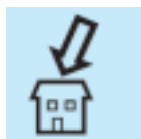
Bitte ein zweites Paar Schuhe mit sauberer, dünner und heller Sohle mitbringen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi209-172S



Termin für den Kurs
18.04. – 23.05.2012, 6 Termine, mittwochs von 17.00 – 18.30 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 2.06 (Theaterraum)



Dozentin
Frauke Hella Gambs
6 – 10 Teilnehmer/-innen



Kosten
6,- €



Auskünfte: Aida Terzic Konjic, Telefon: 030 - 901 83 74 53

Titel des Kurses **Gesellschaftstanz – Grundkurs**

Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs eignet sich für Tanz-Paare, die sich gerne zu Musik bewegen und Lust auf neue Tanz-Schritte haben. Der Spaß und die Bewegung sind dabei ganz wichtig. Wir tanzen: Langsamer Walzer, Wiener Walzer, schneller Blues sowie lateinamerikanische Tänze. Die Tanz-Schritte werden langsam gezeigt und oft geübt. Tanzen bringt Freu(n)de!

Die ausgebildete Sport- und Gymnastiklehrerin und Tanzpädagogin Frauke Gambs ist als freischaffende Künstlerin, Tanzpädagogin und Choreografin in verschiedenen Tanzstudios in und um Berlin tätig. Zusätzlich arbeitet sie seit 2006 mit Menschen mit Behinderung für die sie seit 2009 im Auftrag von Lebenshilfe Berlin und City VHS Tanzkurse leitet.

Bitte ein zweites Paar Schuhe mit sauberer, dünner und heller Sohle mitbringen. Bitte melden Sie sich als Paar (zwei Personen) an.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi209-176S
	Termin für den Kurs 18.04. – 23.05.2012, 6 Termine, mittwochs von 18.45– 20.15 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 2.06 (Theaterraum)
	Dozentin Frauke Hella Gambs 6–8 Teilnehmer/-innen
	Kosten 6,- €



Auskünfte: Aida Terzic Konjic, Telefon: 030 - 901 83 74 53

Titel des Kurses **Foto-Kurs**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie:

- wie Kameras funktionieren
- wie Sie Ihre eigene Kamera richtig benutzen
- wie Sie Portrait- und Landschaftsfotos und Fotoreportagen machen können.

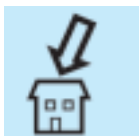
Bitte bringen Sie Ihren Fotoapparat oder Ihre Kamera zum Kurs mit. Am Ende des Kurses machen wir eine gemeinsame Ausstellung mit Ihren Fotos.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi210-1005



Termin für den Kurs
25.05. – 29.06.2012, 6 Termine, freitags von 15.00–17.00 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 4.10



Dozenten
Katharina Geitner
Daniel Rodriguez Gonzales 6–8 Teilnehmer/-innen



Kosten
8,- €



Auskünfte: Aida Terzic Konjic
Telefon: 030 - 901 83 74 53

Titel des Kurses **Englisch für Anfänger 1**
Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer
ohne Vorkenntnisse

Beschreibung des Kurses

In diesem Englischkurs lernen Sie die englische Sprache kennen. Wer damit beginnen möchte oder auch schon ein bisschen Englisch spricht, ist in diesem Kurs genau richtig.

Unter anderem wollen wir lernen...

- ... wie wir Menschen begrüßen können.
- ... wie wir auf Englisch zählen.
- ... wie wir über unseren Alltag, unsere Hobbys und unsere Stadt sprechen.
- ... wie wir Essen und Getränke im Café, Restaurant oder Pub bestellen.

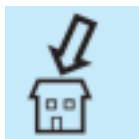
Lehrmaterial erhalten Sie von der Kursleitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi406-9795



Termin für den Kurs
23.04. – 25.06.2012, 9 Termine, montags von 17.00 – 19.10 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 3.03



Dozentin
Emma Fawcett

4 – 7 Teilnehmer/-innen



Kosten
10,- €



Auskünfte: Kerstin Wiedemann-Behrendt
Telefon: 030 - 901 83 74 21

Titel des Kurses	Englisch für Anfänger 2 Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Vorkenntnissen
------------------	--

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs vertiefen wir unsere Sprachkenntnisse.
Wer den Anfängerkurs 1 besucht hat oder schon Englisch gelernt hat, ist
in diesem Kurs genau richtig.

Unter anderem wollen wir lernen...
... über unsere Familien zu sprechen und Menschen zu beschreiben.
... über Feste und Feiern zu sprechen.
... uns über das Wetter und die Jahreszeiten zu unterhalten.

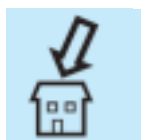
Lehrmaterial erhalten Sie von der Kursleitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi406-9855
-------------	------------



Termin für den Kurs
24.04. – 26.06.2012, 9 Termine, dienstags von 17.00 – 19.10 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 3.03



Dozentin
Emma Fawcett
4 – 7 Teilnehmer/-innen



Kosten
10,- €



Auskünfte: Kerstin Wiedemann-Behrendt
Telefon: 030 - 901 83 74 21

Titel des Kurses **Englisch für Anfänger 3**
Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer
mit Vorkenntnissen

Beschreibung des Kurses

Wer den Anfängerkurs 2 besucht hat oder schon Englisch gelernt hat, ist in diesem Kurs genau richtig. Hier vertiefen wir unsere Sprachkenntnisse und sprechen schon viel selbstständiger auf Englisch.

Unter anderem wollen wir lernen...

... das zu beschreiben, was wir beim Einkaufen und im Urlaub brauchen.





... wie wir über unsere Arbeit sprechen.

... wie wir unsere Wünsche höflich ausdrücken.

... wie wir über die Vergangenheit erzählen.

Lehrmaterial erhalten Sie von der Kursleitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi406-991S
	Termin für den Kurs 26.04.–28.06.2012, 9 Termine, donnerstags von 17.00–19.10 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 3.03
	Dozentin Emma Fawcett 4 – 7 Teilnehmer/-innen
	Kosten 10,- €



Auskünfte: Kerstin Wiedemann-Behrendt
Telefon: 030 - 901 83 74 21

Titel des Kurses **Spanisch für Anfänger 2**
Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer
ohne Vorkenntnisse

Beschreibung des Kurses

Dies ist die Fortsetzung des Kurses „Spanisch für AnfängerInnen 1“. Aber auch alle, die bereits einmal Spanisch gelernt haben und ihre Kenntnisse auffrischen wollen, sind willkommen.

Wir lernen, uns auf Spanisch auszudrücken im Alltag, im Urlaub und in der Freizeit.

Lehrmaterial erhalten Sie von der Kursleitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi422-768S



Termin für den Kurs
23.04. – 25.06.2012, 9 Termine, montags von 17.00 – 19.10 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 2.02



Dozentin
Judith Sarmiento Ochoa 4 – 7 Teilnehmer/-innen



Kosten
10,- €



Auskünfte: Kerstin Wiedemann-Behrendt
Telefon: 030 - 901 83 74 21

Titel des Kurses

Was kann man am Computer machen? Computerkurs für Anfänger

Beschreibung des Kurses

Einen Computer zu bedienen, ist gar nicht so schwer!
Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Sie mit dem Computer richtig umgehen. Sie lernen den Umgang mit der Maus und der Tastatur. Wir schreiben einfache Texte und gestalten sie.

Schwerpunkte:

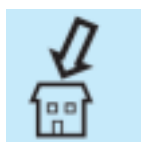
- Wie funktioniert der Computer?
- Wie schreibe ich einen Text?
- Wie kann ich meinen Text schön gestalten?
- Wie füge ich Bilder ein?

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi500-0335



Termin für den Kurs
08.05. – 26.06.2012, 8 Termine, dienstags von 17.00 – 18.30 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Antonstraße 37, 13347 Berlin,
Raum 206



Dozentin
Ruth Kerst

4 – 8 Teilnehmer/-innen



Kosten
6,- €



Auskünfte: Jürgen Czasch
Telefon: 030 - 901 84 74 22

Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses

Sie möchten das Lesen und Schreiben von Anfang an lernen?
Sie können schon ein bisschen Lesen und Schreiben?
Dann sind Sie in diesem Kurs richtig: Das Lesen und Schreiben wird erlernt
und geübt.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi607-0185
	Termin für den Kurs 21.04. – 23.06.2012, 8 Termine, 2 x samstags von 10.00 – 12.30 Uhr 6 x samstags von 9.45 – 12.45 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 3.01
	Dozentin Claudia Vaegs 4 – 8 Teilnehmer/-innen
	Kosten 10,- €







Auskünfte: Ingrid Schultz
Telefon: 030 - 901 84 74 28

Titel des Kurses **Rechnen von Anfang an**

Beschreibung des Kurses

Sie wollen das Rechnen von Anfang an lernen?
Dieser Kurs beginnt mit dem kleinen Einmaleins, hilft beim Kopfrechnen
und beim Lesen und Verstehen von einfachen Textaufgaben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi608-0035
	Termin für den Kurs 18.04. – 20.06.2012, 10 Termine, montags von 16.30 – 19.00 Uhr
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin, Raum 2.04
	Dozentin Sabine Bosmann 4 – 8 Teilnehmer/-innen
	Kosten 10,- €



Auskünfte: Ingrid Schultz
Telefon: 030 - 901 84 74 28

Titel des Kurses **Lecker kochen ist ganz leicht**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs wird erlernt, einfache Gerichte nach Rezept-Vorlagen zu kochen. Dafür werden frische Zutaten verwendet.

Es wird über gesunde Ernährung und über gesundes Essen gesprochen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	LH 113
	Termin für den Kurs Samstag, den 09.06.2012 von 10.00–15.00 Uhr und Samstag, den 16.06.2012 von 10.00–15.00 Uhr
	Ort Lebenshilfe Berlin
	Dozent Lutz Boenhoff
	Kosten 20,- € (mit Verpflegung)



Wichtiger Hinweis

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Berlin statt.
Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden möchten:
82 99 98-601

Titel des Kurses **„Mit allen Sinnen“
Ganzheitliches Gedächtnistraining**

Beschreibung des Kurses

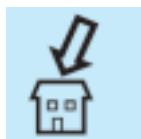
Durch Übungen/Spiele des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings lässt sich bei allen Menschen die Gedächtnisleistung verbessern oder zumindest erhalten. Wenn möglichst alle Sinne „angesprochen“ werden, trainiert das viele Bereiche des Gedächtnisses (zum Beispiel Konzentration, Wortfindung, Merkfähigkeit). Bewegungs- und Entspannungsübungen unterstützen die „Kopfarbeit“ auf angenehme Weise.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LH 115



Termin für den Kurs
Mittwoch, den 09.05.2012 von 11.00 – 16.00 Uhr und
Donnerstag, den 10.05.2012 von 11.00 – 16.00 Uhr



Ort
Lebenshilfe Berlin



Dozentin
Leonie Wallenta



Kosten
50,- € (mit Verpflegung)



Wichtiger Hinweis

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Berlin statt.
Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden möchten:
82 99 98-601





Allgemeine Geschäftsbedingungen

Allgemeine Geschäftsbedingungen sind Regeln.
Allgemeine Geschäftsbedingungen zeigen die Pflichten und Rechte der Teilnehmer.
Allgemeine Geschäftsbedingungen zeigen auch die Rechte und Pflichten der Volkshochschule.

1. Wie entsteht ein Vertrag?

Der Vertrag entsteht mit der Anmeldung zum Kurs und der Bestätigung durch die Volkshochschule.
Diese Bestätigung ist eine Quittung. Diese Quittung bekommen Sie nach Ihrer Anmeldung zum Kurs. Diese Anmelde-Bestätigung müssen Sie zum Kurs mitbringen.

2. Gibt es noch Ermäßigungen für mich?

Sie bekommen keine Ermäßigung mehr.
Alle Kurse kosten pro Stunde schon jetzt sehr viel weniger als andere Kurse der Volkshochschule.

3. Wie kann ich bezahlen?

Sie können über Lastschrift bezahlen. Das bedeutet die Volkshochschule bucht den Betrag von ihrem Konto ab. Sie können Ihren Kurs auch bei der Kasse der Volkshochschule bar bezahlen.
Sie müssen unbedingt vor dem Kurs-Anfang bezahlen.

4. Wie bekomme ich eine Teilnahme-Bescheinigung?

Wenn Sie den Kurs immer besucht haben, bekommen Sie eine Teilnahme-Bescheinigung. Die 1. Teilnahme-Bescheinigung ist kostenlos.

5. Wer leitet den Kurs?

Wenn ein Dozent krank wird, kann der Kurs von einem Ersatz-Dozenten geleitet werden.
Wenn Stunden von dem Kurs ausfallen, werden diese Stunden später nachgeholt.

6. Wer ist verantwortlich bei Unfällen oder Diebstahl?

Die Volkshochschule übernimmt die Verantwortung für einen Unfall, wenn bestimmte Regeln nicht beachtet werden.

Zum Beispiel: Ein Dozent legt einen Besen in die Tür. Der Teilnehmer stolpert über diesen Besen. Dann übernimmt die Volkshochschule die Verantwortung für diesen Unfall.

Die Volkshochschule übernimmt die Verantwortung für einen Diebstahl, wenn bestimmte Regeln nicht beachtet werden.

Zum Beispiel: Alle Teilnehmer verlassen in der Pause den Raum.

Der Dozent schließt die Tür nicht ab. Ein Dieb klaut Taschen aus diesem Raum.

Für Ihren Weg zum Kurs und vom Kurs wieder zurück nach Hause übernimmt die Volkshochschule keine Verantwortung.

7. Was sind meine Pflichten?

Bei jedem Kurs gibt es eine Teilnehmer-Liste. Auf dieser Liste müssen Sie unterschreiben. Bringen Sie Ihre Anmelde-Bestätigung zum Kurs mit.

Sie müssen die Hausordnung in der Volkshochschule beachten. Sie müssen die Brandschutzordnung beachten. Bitte beachten Sie das Rauchverbot.

8. Wie kann ich den Vertrag kündigen?

Der Vertrag kann schriftlich gekündigt werden. Oder Sie gehen in die Geschäftsstelle der Volkshochschule und kündigen den Vertrag dort.

Sie bekommen Ihr Geld zurück, wenn Ihr Kurs noch nicht angefangen hat. Von diesem Geld werden 3 Euro abgezogen. Diese 3 Euro sind für die Arbeit in der Verwaltung der Volkshochschule.

9. Darf ich im Kurs filmen oder fotografieren?

Fotografieren, Filmen oder eine Tonaufnahme sind nicht erlaubt. Fragen Sie den Dozenten, wenn Sie filmen möchten.

Die Arbeits-Blätter dürfen nicht kopiert werden. Fragen Sie den Dozenten, wenn Sie die Arbeits-Blätter kopieren möchten.

10. Was muss ich bei meiner Anmeldung beachten ?

Alle persönlichen Daten, wie zum Beispiel mein Name, meine Adresse und meine Telefon-Nummer, werden im Computer der Volkshochschule gespeichert. Für diese Speicherung brauchen wir Ihre Erlaubnis. Ohne Ihre Erlaubnis können Sie sich nicht anmelden.

Hinweise

1. Füllen Sie das Anmeldeformular aus.
2. Wenn Sie bezahlt haben, senden wir Ihnen eine Anmelde-Bestätigung zu.
3. Ist der Kurs voll, tragen wir Sie in eine Warteliste ein.


Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Anschrift	Volkshochschule Berlin Mitte
Straße, Nummer	Liniestraße 162
Postleitzahl, Ort	10115 Berlin
Fax	901 83 74 88

Ihre persönlichen Daten




Hier schreiben Sie Ihre Antworten auf.


Ihr Vorname	
Ihr Nachname	
Ihre Adresse	
Ihr Geburtsdatum	
Ihre Telefon-Nr.	
Ihre E- Mail	



Für welchen Kurs melden Sie sich an?



Hier schreiben Sie Ihre Antworten auf.

Kursnummer	
Titel des Kurses	
Kosten des Kurses	

Wie wollen Sie bezahlen?	
	Bitte kreuzen Sie an <input checked="" type="checkbox"/> wie Sie bezahlen möchten.
<input type="checkbox"/>	Ich bezahle bar an der Kasse der Volkshochschule.
<input type="checkbox"/>	Die Volkshochschule Berlin Mitte bekommt die Erlaubnis, das Geld von meinem Konto abzubuchen.

Ihre Konto-Daten	
	Hier schreiben Sie Ihre Konto-Daten auf.
Wem gehört das Konto?	Name: 
Konto- Nummer	
Bankleit-Zahl	
Kredit-Institut	
<p>Hiermit erteile ich der Volkshochschule Berlin Mitte die Erlaubnis das Geld für den Kurs von meinem Konto abzubuchen. Mit der Anmeldung erkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen an.</p>	



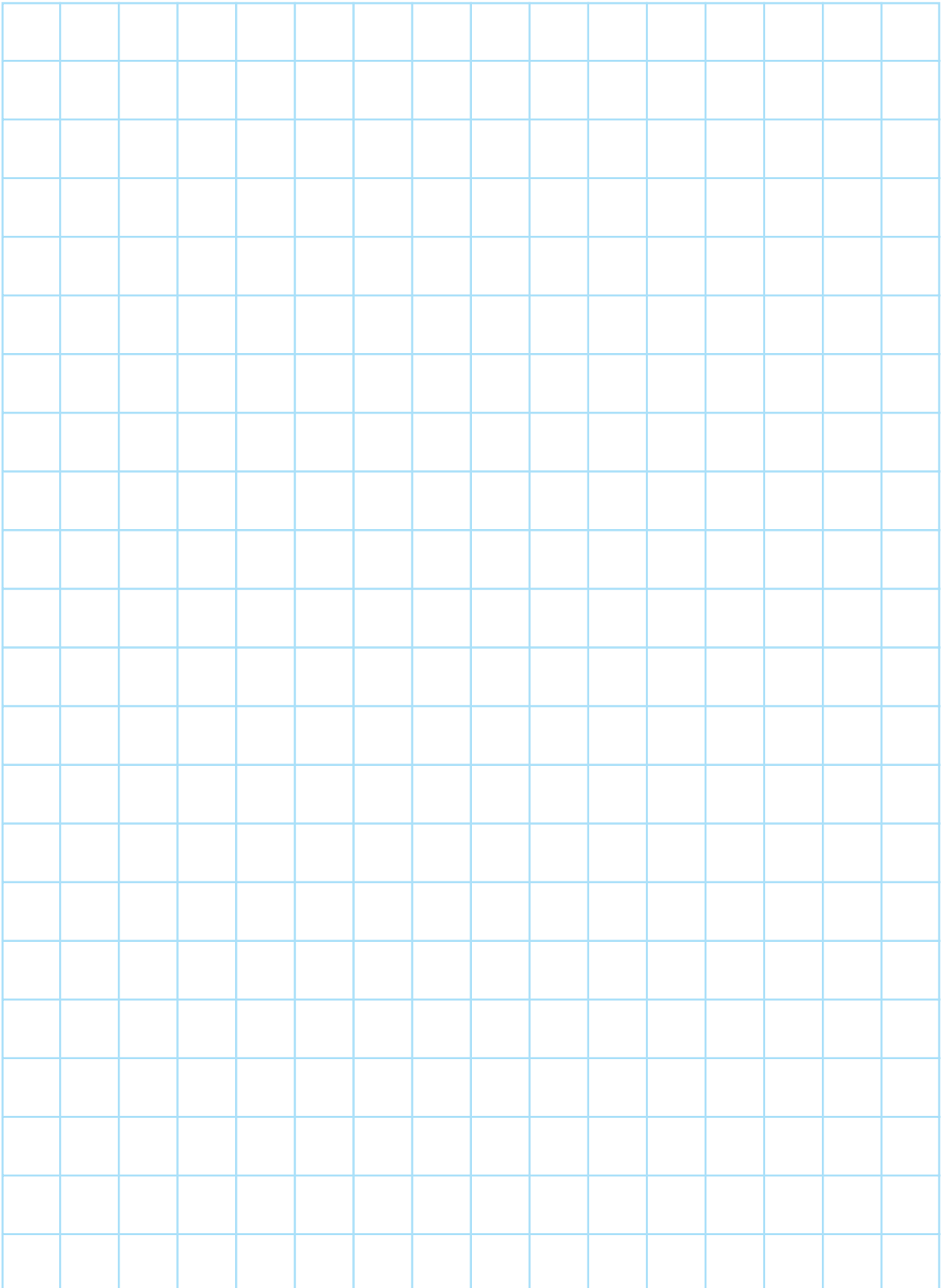
Datum

Ihre Unterschrift

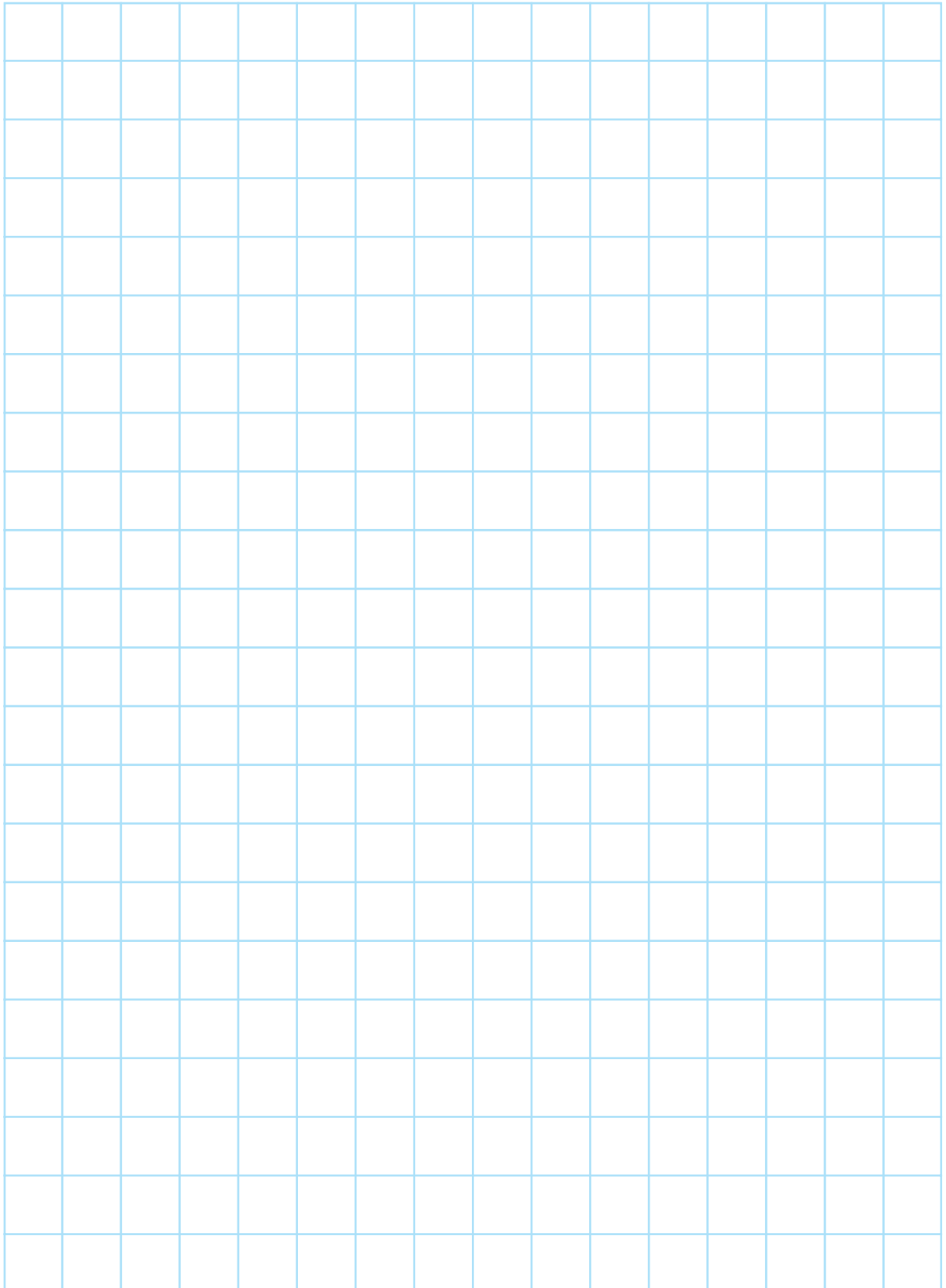
Unterschrift des Konto-Inhabers

Hier schreiben Sie das Datum und Ihre Unterschrift auf.
Persönliche Daten, wie zum Beispiel Ihr Name, Ihre Adresse und Telefon-Nummer, werden im Computer der Volkshochschule Berlin gespeichert werden.

Notizen



Notizen



Impressum

Herausgeber:

Bezirksamt Mitte von Berlin,
Amt für Weiterbildung und Kultur,
Volkshochschule Berlin Mitte – City VHS
Linienstraße 162, 10115 Berlin
www.city-vhs.de
Herbert Teichmann

und


Lebenshilfe Bildung gGmbH
Fort- und Weiterbildung
Heinrich-Heine-Straße 15, 10179 Berlin
www.lebenshilfe-bildung.de
Liane Neubert

Design
Atelier Friedinger, Berlin
Fotos S. 6 und 22 © Friedinger

Die Lebenshilfe in Berlin setzt sich für die Interessen und Rechte von Menschen mit geistiger Behinderung und ihren Familien ein. In den Bereichen Wohnen, Arbeit und Beschäftigung, Beratung und rechtliche Betreuung, Freizeit und Reisen, der Jugendhilfe und auch im Bereich der Bildung hat die Lebenshilfe Berlin ein breites Angebot.

Die Lebenshilfe Bildung im Verbund der Lebenshilfe Berlin bietet Fort- und Weiterbildungen für Menschen mit Behinderung, ihre Angehörigen und Mitarbeiter/innen in der Behindertenhilfe.

Wir setzen uns dafür ein, dass jedem Menschen ein Leben lang Bildung zusteht und zugänglich gemacht wird. Denn etwas Neues zu lernen, schafft Selbstbewusstsein und ermöglicht Teilhabe. Das gilt für behinderte und nicht behinderte Menschen gleichermaßen.



Lebenshilfe Bildung gGmbH
Heinrich-Heine-Str. 15
10179 Berlin
Fon 030. 82 99 98 601
Fax 030. 82 99 98 604
info@lebenshilfe-bildung.de
www.lebenshilfe-bildung.de

damit jeder dazu gehört

 **Lebenshilfe**
BERLIN



Volkshochschule Berlin Mitte · City VHS

Linienstraße 162, 10115 Berlin, Telefon 901 83 74 74
www.city-vhs.de



Heinrich-Heine-Straße 15, 10179 Berlin, Telefon 82 99 98-601
www.lebenshilfe-bildung.de