



journal

LEBEN & BILDUNG

Österr. Post AG/Postentgelt bei bezahlte: 9020 Klagenfurt, RM 07A037233

©misterOklphotocase.com



die kärntner
volkshochschulen
völkermarkt



JAHRESPROGRAMM 11+12

www.vhsktn.at

VHS Bleiburg | VHS Bad Eisenkappel | VHS Griffen

**JOURNAL
LEBEN & BILDUNG**

IMPRESSUM:

Medieninhaber & Verleger:

Agentur ilab crossmedia og
Benediktinerplatz 5,
9020 Klagenfurt

Redaktion:

Nadja Baumgartner,
Gerwin Müller, Beate Grferrer

Druckauflage:

260.000 Exemplare

Gesamtherstellung:

Agentur ilab crossmedia og
www.ilab.at
© VHS, 2011

Die Kärntner Volkshochschulen sind zertifiziert



AK / Heimath



**AK-Bildungsgutschein fördert
Weiterbildung und Gesundheit**

Ob Sprach-, Rhetorik- und EDV-Kurse oder das Nachholen von Bildungsabschlüssen: Die Arbeiterkammer fördert mit dem AK-Bildungsgutschein ihre Mitglieder beim lebensbegleitenden Lernen. Denn nichts schützt mehr vor Arbeitslosigkeit, als eine gute und fundierte Ausbildung. Aber auch die Gesundheit der Beschäftigten liegt uns am Herzen, weshalb die AK ein spezielles Drei-Säulen-Programm zur Gesundheitsförderung unterstützt. Fordern Sie jetzt Ihren persönlichen AK-Bildungsgutschein im Wert von 100 Euro oder 150 Euro für Lehrlinge und Arbeitnehmerinnen bzw. Arbeitnehmer ab 50 Jahren an!

Viel Erfolg wünscht

Günther Goach

Präsident der Arbeiterkammer Kärnten

AK / Bauer



Bildung muss für alle zugänglich sein!

Der Zugang zu Bildung ist für die Kärntner Volkshochschulen ein wichtiges Thema. Dieser darf nicht vom sozialen Status oder Einkommen abhängen, denn Bildung muss für alle zugänglich sein. Die Kärntner Volkshochschulen sehen es als ihren Auftrag, nicht nur pädagogisch wertvolle, sondern auch leistbare Kurse für alle Kärntnerinnen und Kärntner anzubieten.

Viel Freude beim Lernen wünscht

Dr. Gerwin Müller

Geschäftsführer der Kärntner Volkshochschulen

Leitbild der Kärntner Volkshochschulen

Der Verein *Die Kärntner Volkshochschulen* ist eine flächendeckende, gemeinnützige, nicht gewinnorientierte, politisch unabhängige, der Demokratie und den Menschenrechten verpflichtete allgemein bildende Erwachsenenbildungseinrichtung. Die Kärntner Volkshochschulen sind barrierefrei und ein Ort der Begegnung, der Kommunikation und Integration.

Wir fördern lebensbegleitendes Lernen und bieten ein breites, qualitativ hochwertiges und beständiges Angebot mit verschiedenen Schwerpunkten zu sozial verträglichen Preisen. Wir stehen für Offenheit, Vielfalt, Toleranz, Freiwilligkeit, soziale Verantwortung und einen emanzipatorischen Bildungsansatz.



Editorial

Liebe Leserinnen und Leser!

Weiterbildung und die Stärkung persönlicher Kompetenzen werden immer wichtiger, um im Berufsalltag bestehen zu können. Mit ihrem breit gefächerten Programm bieten die Kärntner Volkshochschulen die Möglichkeit, sich für die Anforderungen im Job und die Herausforderungen des täglichen Lebens fit zu machen.

Neben dem klassischen Bildungsangebot haben die Kärntner Volkshochschulen auch heuer wieder die schon bekannte Reihe „Wege zum Weltwissen“ im Programm. Spezielle Kurse für Menschen ab der Lebensmitte (gekennzeichnet mit 50+) sowie „Die junge VHS“ für Kinder und Jugendliche in Klagenfurt und Villach runden das Angebot ab. Dieses Jahr werden ausgesuchte Kurse erstmals auch in Gebärdensprache übersetzt, da es uns ein besonderes Anliegen ist, unsere Kurse möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen. Leider sind wir derzeit die einzige Erwachsenenbildungseinrichtung in Kärnten mit einem solchen Angebot.

Hohe Qualität, kompetente Beratung, ein vielfältiges Angebot für alle Altersgruppen und eine bedarfsorientierte Planung sind für uns oberste Prämisse. Unsere Statistik gibt uns Recht, denn wir können Jahr für Jahr mehr TeilnehmerInnen ansprechen.

Wir - das sind 32 hauptberufliche und 20 ehrenamtliche MitarbeiterInnen sowie 950 TrainerInnen, die in den 8 Bezirksvolkshochschulen, 26 Zweigstellen und in diversen Projekten tätig sind.

Ich wünsche Ihnen auch heuer wieder viel Freude beim Durchblättern des neuen Programmheftes und bin mir sicher, dass auch für Sie der passende Kurs dabei ist!

Mag.^a Beate Gfrerer
Stv. Geschäftsführerin und Pädagogische Leiterin der Kärntner Volkshochschulen

Inhalt

Programm ab Seite 7

- 26 *Zweigstellenprogramme*
- 32 *Der Europäische Computerführerschein®*
- 33 *Grundbildung – Hauptschulabschluss*
- 34 *Sie möchten beruflich weiterkommen?*
- 35 *Sprachen interaktiv und spontan lernen*
- 36 *Highlights der Volkshochschule Klagenfurt*
- 38 *Gesundheit – Hilfe zur Selbsthilfe*
- 39 *Reisen mit den Kärntner Volkshochschulen*

INHALTSVERZEICHNIS

Volkshochschule Völkermarkt

Wege zum Welt-Wissen	Seite 7
Kultur & Gesellschaft	Seite 13
Wirtschaft/Verwaltung/EDV	Seite 13
Die Welt der Sprachen	Seite 15
Integrationskurse Deutsch	Seite 20
Kreativität & Freizeit	Seite 21
Tanzkurse	Seite 23
Körper & Gesundheit	Seite 23

Zweigstelle Bleiburg

Seite 26

Zweigstelle Bad Eisenkappel

Seite 28

Zweigstelle Griffen

Seite 30

Infoabende zur Berufsreifeprüfung im Fachbereich „Gesundheit und Soziales“



Nutzen Sie die Möglichkeit, berufsbegleitend die Matura nachzuholen. Unsere erfahrenen TrainerInnen bereiten Sie in angenehmer Lernatmosphäre auf den erfolgreichen Abschluss vor.

Weitere Informationen erhalten Sie am **Mo., 5. September 2011 um 17.30 Uhr** in der **VHS Villach** und am **Mo., 12. September 2011 um 17.30 Uhr** in der **VHS Klagenfurt**.

Aufgrund der begrenzten TeilnehmerInnenzahl bitten wir Sie, sich unter 050 477 7003 für den Informationsabend anzumelden.

Gefördert von: **esf** **bm:uk**

ANMELDUNG – INFORMATIONEN

Anmeldung für die Kurse und Veranstaltungen im Jahresprogramm 2011/2012

- **Persönlich** mit Bareinzahlung im Büro der VHS Völkermarkt Herzog Bernhard Platz 11, 9100 Völkermarkt
- **Telefonisch:** 050 477 7500
- **Fax:** 050 477 5510
- **E-Mail:** vhs-voelkermarkt@vhsbtn.at
- **Kursfinder:** www.vhsbtn.at
- **Erlagschein oder Telebanking** – bei vorheriger telefonischer, elektronischer oder persönlicher Anmeldung. Bitte Namen, Kurs und Kursnummer angeben!
- **Bankverbindung:** BAWAG, BLZ 14000, Kontonummer: 96410060237, IBAN: AT751400096410060237, BIC: BAWAATWW

Bürozeiten:

Außerhalb der erweiterten Öffnungszeiten steht Ihnen das Team der Volkshochschule Völkermarkt zu folgenden Bürozeiten gerne zur Verfügung:
Mo und Mi von 08:00 – 12:00 Uhr

Erweiterte Öffnungszeiten:

29.08. – 23.09.2011 bzw. 09.01. – 20.01.2012
jeweils von Mo bis Do 08:00 – 12:00 Uhr

Kursbeginn:

Herbstsemester: **26.09.2011**

Frühjahrssemester: **23.01.2012**

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Leitung: Mag.^a Beate Gfrerer (Stv. Geschäftsführerin der Kärntner Volkshochschulen)

Bezirksstellenkoordination: Nicole Samer

Telefon: 050 477 7500

Fax: 050 477 5510

E-Mail: vhs-voelkermarkt@vhsbtn.at

www.vhsbtn.at

ANMELDEFORMALITÄTEN

Das Angebot der Kärntner Volkshochschulen umfasst neben Kursen auch Seminare, Workshops und Vorträge. Alle Veranstaltungen werden von qualifizierten TrainerInnen nach erwachsenengerechten Prinzipien gestaltet. Entsprechend den Lernzielen und -inhalten werden unterschiedliche Methoden wie Gruppendiskussion, Einzelarbeiten, Plenumsgespräche, Rollenspiele, praktische Alltagsübungen, gemeinsames Erleben und Erlernen u. v. m. eingesetzt.

Melden Sie sich bitte rechtzeitig vor Kursbeginn an, Ihr Kurs könnte überfüllt sein bzw. wegen mangelnder TeilnehmerInnenzahl abgesagt werden. Bei Überschreitung des vereinbarten Zahlungstermins erhalten Sie eine **Zahlungserinnerung**, die umgehend zu begleichen ist.

Um Sie über kurzfristige Änderungen oder Kursabsagen rechtzeitig informieren zu können, benötigen wir Ihre aktuelle Telefonnummer, unter der Sie während der Bürozeiten erreichbar sind. Laut §22 des Datenschutzgesetzes informieren wir Sie darüber, dass Ihre Daten für unsere TeilnehmerInnenkartei gespeichert werden. Sie werden ausschließlich für interne Verwaltungsabläufe verwendet und streng vertraulich behandelt.

Einzahlungsbestätigung: Eine Anmeldung zu den Kursen ist unbedingt vor Kursbeginn erforderlich. Der Besuch von Volkshochschulkursen ist an die Einzahlung des Kursbeitrages gebunden. Verspätete Anmeldungen ziehen keinen Anspruch auf Reduzierung des Kursbeitrages nach sich. Kurse werden auch bei zu geringer TeilnehmerInnenzahl grundsätzlich nicht im Voraus abgesagt, kommen Sie daher bitte auf jeden Fall zur ersten Kursstunde oder erkundigen Sie sich im VHS-Büro.

Stornobedingungen: Jede Anmeldung (**persönlich, schriftlich, telefonisch, online**) ist verbindlich!

Ummeldung und Rücktritt sind nur persönlich (im VHS Büro) und schriftlich möglich. Eine kostenlose Stornierung ist bis zu 10 Kalendertage vor Kursbeginn möglich. Nach dieser Frist wird eine 50-prozentige Stornogebühr verrechnet. Bei Storno ab dem Tag des Kursbeginns bzw. bei Nicht-Teil-

nahme an einem Kurs wird der gesamte Kursbeitrag fällig. Der gebuchte Platz wird bis Kursende für Sie freigehalten. Die Stornogebühr entfällt, wenn Sie einen/eine ErsatzteilnehmerIn anmelden, der/die den Kurs bzw. Veranstaltung besucht und den Kursbeitrag bezahlt.

Für Buchungen im Fernabsatz (insbesondere über Internet oder E-Mail) steht den KursteilnehmerInnen als KonsumentInnen im Sinn des KSchG ein gesetzliches Rücktrittsrecht innerhalb einer Frist von sieben Werktagen (exklusive Samstage) zu, gerechnet ab dem Tag des Vertragsabschlusses, wobei ein Absenden der Rücktrittserklärung binnen der Frist ausreicht. Dieses Rücktrittsrecht besteht jedoch nicht, wenn der Kurs oder die Veranstaltung vereinbarungsgemäß bereits innerhalb dieser sieben Werktage beginnt. Bei Nichtzustandekommen eines Kurses wird die Gebühr in voller Höhe bis spätestens drei Wochen nach Absage des Kurses rückerstattet (Rückzahlung nur gegen Vorlage des Originalbelegs möglich!).

Keine Rückzahlung bei: Zusammenlegung von Kursen, Versäumen von Unterrichtsstunden, vorzeitigem Ausscheiden, Änderung des Kurstages bzw. -ortes nach Kursbeginn sowie KursleiterInnenwechsel.

Kursabsage: Die VHS behält sich vor, unterbelegte Kurse abzusagen. Die Kursgebühr wird in voller Höhe oder mittels Gutschein rückerstattet. In Absprache mit den KursteilnehmerInnen und den KursleiterInnen können unterbelegte Kurse bei gleich bleibender Gebühr verkürzt oder gegen Aufzahlung in voller Länge durchgeführt werden.

KursleiterInnen-Ersatz: Die Volkshochschule behält sich vor, bei Verhinderung des/der ausgeschriebenen Kursleiters/Kursleiterin eine entsprechende Vertretung einzusetzen.

Unterrichtseinheit (UE): eine Unterrichtseinheit beträgt 50 Minuten bzw. in speziellen Fällen 60 oder 45 Minuten.

Teilnahmebestätigungen: Über den regelmäßigen Besuch kann eine kostenlose Teilnahmebestätigung ausgestellt werden. Für jede weitere Ausfertigung fällt eine Bearbeitungsgebühr von € 2,- an. Für das Einlösen des Bildungsgutscheins der Arbeiterkammer Kärnten im Wert von € 100,- ist

eine Anwesenheit von mindestens 75 % erforderlich. An den gesetzlichen Feiertagen finden keine Kurse statt. Kurse in öffentlichen Schulen entfallen auch an schulfreien und schulautonomen Tagen.


Kursorte: Mit der Anmeldung zu den Kursen der Volkshochschule verpflichten sich die TeilnehmerInnen zur Einhaltung der Hausordnung des jeweiligen Veranstaltungsortes.

Bitte beachten Sie:

- Die Volkshochschule haftet nicht für den Verlust von Kleidungsstücken, Wertgegenständen, Fahrrädern usw., für Unfälle und sonstige Schäden während aller Kurse sowie auf den Wegen zu und von den Kursorten.
- Haus- bzw. Turnschuhpflicht in öffentlichen Gebäuden und Schulen
- Rauchverbot in Schul- und Kursräumen
- Das Mitnehmen von Haustieren in Kursräume ist nicht gestattet!
- Für Beschädigungen muss Ersatz geleistet werden!

Im Übrigen gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) des Vereins „Die Kärntner Volkshochschulen“. Sie finden die AGB im Internet unter www.vhsktn.at, im Büro der Volkshochschule oder erhalten sie per E-Mail oder Fax gerne zugesandt.

Abkürzungen:

- HS = Herbstsemester
- FS = Frühjahrssemester
-  = Bildungsgutschein der AK Kärnten im Wert von 100 bzw. 150 Euro (Lehrlinge & 50+). Für Mitglieder der AK Kärnten!

Onlinereservierung

Reservieren Sie Kurse online.
Mit dem Kursfinder
unter **www.vhsktn.at**
Kurse suchen und buchen!

WEGE ZUM WELT-WISSEN

Die Kärntner Volkshochschulen bieten mit der Kursreihe „WEGE zum WELT-WISSEN“ ein umfangreiches Angebot für Menschen mit Interesse an umfassender Allgemeinbildung. Die ReferentInnen dieser Reihe sind ExpertInnen auf dem jeweiligen Gebiet.

Bitte beachten Sie, dass die Veranstaltungen in Villach oder Klagenfurt stattfinden.

Naturwissenschaften

Der Sternenhimmel in Theorie und Praxis

Unter dem Schwerpunkt astronomischer Himmelsbeobachtung können Sie sich am Himmel zurechtfinden. Sie lernen, welche Instrumente zum Einsatz kommen und welche Objekte damit am Himmel beobachtet werden können.

DI Dr. Alfred Jusner,

Mitglied der „Astronomischen Vereinigung Kärnten“ € 61,-

6x2 UE

Planetarium Klagenfurt

Beginn: Montag, 26.09.11, 19:00

Termine: Mo., 26.09., 03.10., 17.10., 07.11., 21.11. und 05.12.2011, jeweils 19:00 - 20:40



Strahlenschutz: Wie sicher sind wir in Österreich?



NEU!

Fukushima in Österreich? Die größten Lügen rund um die Atomenergie. Wie schütze ich mich und meine Familie richtig? Erfahren Sie mehr über Kernphysik und persönlichen Strahlenschutz bei Unfällen in einem Kernkraftwerk.

Kurs wird in Gebärdensprache übersetzt!

Thomas Knauder, Experte für Strahlenschutz

€ 8,-

1x2 UE

ÖGB Klagenfurt

Termin: Montag, 03.10.11, 18:00



Afrika beginnt im Süden Villachs

NEU!

Und gleichzeitig wächst der Himalaya jedes Jahr! Wie kommt es zu diesem tektonischen Statement? Warum bebt es immer wieder in den glei-

chen Regionen? Erfahren Sie mehr über Erdbeben und Tsunamis sowie den Plattenbau der Erde und Thermalquellen.

Mag. Michael Gutt

€ 12,-

1x3 UE

ÖGB Klagenfurt

Termin: Freitag, 14.10.11, 17:00



Inhaltsstoffe von Lebensmitteln selbst erforscht

Nutzen Sie in diesem Laborkurs die Gelegenheit, selbst einfache chemische Experimente mit Lebensmitteln durchzuführen und so mehr über die Industrie der Speiseproduktion zu erfahren.

Mag. Karl Brachtl, Chemiker

€ 35,-

1x4 UE

Europagymnasium Klagenfurt

Termin: Mittwoch, 12.10.11, 18:00



DNA - Baustein des Lebens

Lernen Sie die Grundlagen des Trägers unserer Erbinformation kennen. Gemeinsam isolieren wir Gene aus Gemüse und unserer Mundschleimhaut.

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Christina Morgenstern, Molekularbiologin € 22,-

1x3 UE

ÖGB Klagenfurt

Beginn: Freitag, 28.10.11, 17:00



Krebs - Geißel der Menschheit: Wie lange noch?



NEU!

Von der Biologie der Krebsentstehung bis zur Detektion und Therapie von Krebserkrankungen. Gemeinsam führen wir ein Experiment zum Nachweis eines Tumormarkers durch.

Kurs wird in Gebärdensprache übersetzt!

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Christina Morgenstern, Molekularbiologin € 22,-

1x3 UE

ÖGB Klagenfurt

Termin: Freitag, 30.03.12, 17:00



Hält die Kosmetik, was sie verspricht?

NEU!

Einfache chemische Experimente mit Kosmetika.

Mag. Karl Brachtl, Chemiker

€ 35,-

1x4 UE

Europagymnasium Klagenfurt

Termin: Mittwoch, 02.05.12, 18:00





Die Schönheit unseres Waldes

Abwechslungsreicher Vortrag mit viel Anschauungsmaterial, der Einblicke in die Pflanzen- und Tierwelt der heimischen Wälder bietet. Der Wald als Lebensraum für Tier und Mensch aus waldbiologischer Sicht betrachtet.

Kurs wird in Gebärdensprache übersetzt!

Mag. Gerald Muralt, Wildbiologe € 8,-
 1x2 UE
 ÖGB Klagenfurt
 Beginn: Mittwoch, 20.03.12, 17:30

Was Sie über die Kärntner JägerInnen noch nicht wissen!

Erfahren Sie mehr über die abwechslungsreichen Aufgabenbereiche, ehrenamtlichen Tätigkeiten und Berührungspunkte zwischen JägerInnen und anderen WaldnutzerInnen.

Mag.ª Freydis Burgstaller-Gradenegger, Jagdprüferin € 8,-
 1x2 UE
 ÖGB Klagenfurt
 Beginn: Donnerstag, 22.03.12, 17:30

Kulturelle Vielfalt

Die vielen verschiedenen Triests **NEU!**

Das Scheitern der multiplen Identitäten in „Trieste/Trst/Triest“. Anhand der Lektüre von Boris Pahor, Italo Svevo und Scipio Slataper mit historischen Fakten findet visualisierte und zelebrierte Erinnerungskultur statt.

Dr.ª Silvia Biazio, Historikerin, Native Speaker € 17,-
 1x3 UE
 ÖGB Klagenfurt
 Beginn: Donnerstag, 01.09.11, 18:00

Arabisch - Sprache, Kultur und Geschichte

23 arabische Länder haben eine gemeinsame Sprache, Kultur und Geschichte. Im Vortrag werden Gemeinsamkeiten in der arabischen Welt analysiert und diskutiert.

Mag. Ahmed Diab, Native Speaker € 8,-
 1x1 UE; **Wochenendkurs**
 ÖGB Klagenfurt
 Termin: Freitag, 25.05.12, 18:00

Hexen und andere Fachfrauen

NEU!

Grundsätzliche Informationen über Hexen und Hexenverfolgungen. Entwicklungsgeschichte von der weisen Frau zur Ärztin und Krankenschwester.

Mag.ª Judith Oberzaucher € 8,-
 1x2 UE
 ÖGB Klagenfurt
 Termin: Freitag, 18.11.11, 18:00
 Termin: Dienstag, 10.04.12, 18:00

Philosophie

Lernen Sie Ihre philosophischen Kompetenzen kennen

Alle Menschen sind Philosophen! In diesem Sinne obliegt es jedem selbst, sich dieser Fähigkeit bewusst zu werden bzw. diese zu üben und dadurch einen neuen Blick auf Leben und Welt zu finden.

Mag. Georg Lentsch, Philosoph € 88,-
 7x2UE
 VHS Villach
 Beginn: Montag, 03.10.11, 18:00
 ÖGB Klagenfurt
 Beginn: Montag, 05.03.12, 18:00

7 Philosophen in 7 Durchgängen

Von der Philosophiegeschichte zum Philosophieren. Ausgehend von 7 der bedeutendsten Philosophen und deren Meinungen werden verschiedene Deutungsmöglichkeiten von Welt reflektiert, um daraus eine individuelle philosophische Haltung zu gewinnen.

Mag. Georg Lentsch, Philosoph € 88,-
 7x2 UE
 ÖGB Klagenfurt
 Beginn: Dienstag, 04.10.11, 18:00
 VHS Villach
 Beginn: Dienstag, 06.03.12, 18:00

Ein Leben lang lernen!
www.vhsktn.at


Vom geglückten Leben - philosophische Spuren der Lebenskunst

Der Versuch, ein geglücktes Leben zu führen, beflügelt(e) viele, zu philosophieren. Verschiedene Betrachtungsweisen und Beantwortungsmöglichkeiten der bewussten Lebensführung werden aufgezeigt und gemeinsam besprochen.

Mag. Georg Lentsch, Philosoph € 88,-

7x2 UE

ÖGB Klagenfurt

Beginn: Mittwoch, 05.10.11, 18:00 

VHS Villach

Beginn: Mittwoch, 07.03.12, 18:00 


Das Phänomen „Religion“ - philosophisch betrachtet

Religion scheint trotz oder gerade wegen der Vielfalt ihrer Ausdrucksmöglichkeiten eine konstante Größe darzustellen. Anhand ausgewählter Überlegungen großer Denker nähern wir uns diesem Phänomen.

Mag. Georg Lentsch, Philosoph € 88,-

7x2 UE

ÖGB Klagenfurt

Beginn: Donnerstag, 06.10.11, 18:00 

VHS Villach

Beginn: Donnerstag, 08.03.12, 18:00 


Die 5 Weltreligionen im Vergleich

Die Lehren der 5 Weltreligionen werden einzeln im Grundriss dargestellt und ihre Verflechtung miteinander wird aufgezeigt.


Mag. Georg Lentsch, Philosoph € 88,-

7x2 UE

VHS Villach

Beginn: Freitag, 07.10.11, 18:00 

ÖGB Klagenfurt

Beginn: Freitag, 09.03.12, 18:00 

Tod und Trauer in den Weltreligionen


Wer über Religionen referiert, muss immer die Innen- und Außenperspektive beachten, also wie die jeweilige Theologie ihren Glauben interpretiert und wie man diese Kultur wissenschaftlich

zu verstehen versucht. Ein Seminar mit Übersicht über die Vorstellungen der Weltreligionen zu Sterben, Tod und Jenseits und die unterschiedlichen Trauerriten und Abschiedszeremonien.

Marc Kohl, Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleiter € 20,-

2x2 UE

ÖGB Klagenfurt

Beginn: Dienstag, 04.10.11, 18:00 


Rat und Hilfe im Trauerfall - Ein praktischer Leitfaden

In diesem Vortrag haben Interessierte die Möglichkeit, Fragen zu stellen, die sie sich sonst nicht zu stellen trauen. Weiters bekommen Sie fachkundige Auskunft und Hilfe für die Zeit, in der die meist letzten Dinge im Leben geregelt werden müssen. Hauptziel dieses Vortrages ist es, den Menschen die Angst vor den Themen Tod und Trauer etwas zu nehmen.

Marc Kohl, Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleiter € 8,-

1x2 UE

ÖGB Klagenfurt

Termin: Mittwoch, 09.11.11, 18:00 


Mit Ritualen durch die letzte Zeit im Leben begleiten **Neu!**

Steht ein Mensch vor dem Ende seines Lebens, fehlen uns oft die Worte – Worte der Erklärung, des Trostes, der Hilfe, der Anteilnahme. Angehörige, Kranken- und Pflegepersonal, SeelsorgerInnen können oftmals mit der Situation schwer umgehen. Rituale und Zeremonien, die in diesem Seminar vorgestellt werden, erleichtern die Kommunikation mit dem/der Sterbenden, den Umgang mit dem Sterben und die Unterstützung des Trauerprozesses für Angehörige.

Marc Kohl, Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleiter € 20,-

1x4 UE

ÖGB Klagenfurt

Termin: Samstag, 03.12.11, 09:00 

Onlinereservierung
unter **www.vhsktn.at**

Gesellschaftspolitische Bildung

Helden und Heldinnen


NEU!

Könnten Löwen sprechen, wären Jäger niemals Helden! Mit kreativen Methoden wird über Heldinnen und Helden als Symbol der heutigen Gesellschaft diskutiert und der Umgang mit Medien bewusst gemacht.

Mag.^a Bianca Steiner, Sozialpädagogin € 56,-

3x4 UE; **Wochenendkurs**

ÖGB Klagenfurt

Beginn: Freitag, 21.10.11, 17:00 

Fr., 21.10. und 28.10. von 17:00-20:10

Sa., 29.10. 2011 von 09:00-12:10

Beginn: Freitag, 09.03.12, 17:00 

Fr., 09.03. und 16.03. von 17:00-20:10

Sa., 17.03. 2012 von 09:00-12:10

100 Jahre Weltfrauentag - Geschichte der Frauenbewegung


NEU!

Ein Streifzug durch die Geschichte der Frauenbewegung mit speziellem Österreichbezug.

Mag.^a Judith Oberzaucher € 8,-

1x2 UE

ÖGB Klagenfurt

Termin: Dienstag, 18.10.11, 19:00 

Körperbilder - Körpersprache

NEU!


Was sagen Werbung und Medien über die Rollenbilder unserer Gesellschaft aus? Verschiedene mediale Darstellungen von Frauen- und Männerkörpern werden interpretiert.

Bitte mitbringen: optional Zeitschriften und Werbebilder

Mag.^a Judith Oberzaucher € 40,-


2x4 UE; **Wochenendkurs**

ÖGB Klagenfurt

Beginn: Freitag, 11.11.11, 16:00 

Fr., 11.11.2011 von 16:00 - 19:30

Sa., 12.11. 2011 von 14:00 - 17:30

Beginn: Freitag, 11.05.12, 16:00 

Fr., 11.05. 2012 von 16:00 - 19:30

Sa., 12.05. 2012 von 14:00 - 17:30


Erinnerung im Bild - Wege in die Orte der Unmenschlichkeit **NEU!**

Ein Reisebericht aus den ehemaligen Lagern Jasenovac, Rab, Goli Otok und Lipa mit medialer Aufbereitung. Emanzipatorische Zugänge und lebendige Erinnerung mittels Fotografie.

Dr.ⁱⁿ Silvia Biazio, Historikerin, Native Speaker € 25,-

2x2 UE

ÖGB Klagenfurt

Beginn: Donnerstag, 01.09.11, 18:00 

Spuren jüdischen Lebens in Klagenfurt - Stadtrundgang

Der Rundgang durch Klagenfurt ermöglicht eine Annäherung an die Geschichte der jüdischen Gemeinde von Kärnten zwischen 1880 und 1938 und deren Vernichtung durch die Nationalsozialisten.


Stadtrundgang mit Vortrag und Dialog, Fotos und Dokumenten zum Veranschaulichen.

Wetterfeste Kleidung!

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Nadja Danglmaier, Historikerin € 28,-

1x4 UE

Treffpunkt ÖGB-Haupteingang

Beginn: Freitag, 21.10.11, 14:00 

Nationalsozialismus in Klagenfurt - Stadtrundgang


Mit dem Stadtrundgang soll aufgezeigt werden, inwiefern Klagenfurt Teil eines Gesamtsystems war, jedoch mit speziellen Ausprägungen, wie viele Institutionen involviert und Teile der Bevölkerung einerseits als Opfer betroffen waren und andererseits auch aktiv im Regime mitgewirkt haben.

Wetterfeste Kleidung!

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Nadja Danglmaier, Historikerin € 28,-

1x4 UE

Treffpunkt: ÖGB-Haupteingang

Termin: Freitag, 20.04.12, 14:00 

Onlinereservierung
unter **www.vhsktn.at**

Musikgeschichte und Konzerte

villach skultur

Die folgenden Veranstaltungen werden in Kooperation mit dem Kulturreferat der Stadt Villach angeboten und bieten vor dem **jeweiligen Konzert eine kostenlose Einführung** in die musikalischen Werke. Aufgrund der begrenzten TeilnehmerInnenzahl ist **eine Anmeldung notwendig**.

Karten für die darauffolgenden Konzerte (jeweils um 19.30 Uhr, Congresscenter Villach, Josef-Resch-Saal) erhalten Sie im Kartenbüro Knapp (Tel. 04242-27341). VHS-TeilnehmerInnen erhalten 25 % Ermäßigung.

Academia Ars Musicae

NEU!

Einführungsgespräch zum Jubiläumskonzert mit dem künstlerischen Leiter Brian Finlayson. Acies Quartett. Frederic Chopin und Ludwig van Beethoven.

Vortrag kostenlos. Anmeldung erforderlich.

Brian Finlayson

Congress Center Villach, Galerie Draublick
Termin: Dienstag, 25.10.11, 18:30

German Brass

NEU!

Einführungsgespräch zum Konzert „German Brass in concert - German Brass around the world“. Von Bach bis Mozart und von Glenn Miller bis hin zu Evergreens.

Vortrag kostenlos. Anmeldung erforderlich.

Congress Center Villach, Galerie Draublick
Termin: Sonntag, 11.03.12, 18:30

Sinfonietta da Camera Salzburg:

Nosferatu - eine Sinfonie des Grauens **NEU!**

Einführungsgespräch mit dem Dirigenten Peter WesenAurer zum Stummfilmabend mit Live-Orchester-Begleitung.

Vortrag kostenlos. Anmeldung erforderlich.

Peter WesenAurer

Congress Center Villach, Galerie Draublick
Termin: Dienstag, 17.04.12, 18:30

Das Volkslied im Wandel der Zeit

Unterhaltsamer PowerPoint-Vortrag mit Klangbeispielen aus den verschiedenen Epochen.

Dr. Werner Gruber, Musikprofessor

€ 8,-

1x2 UE
ÖGB Klagenfurt

Termin: Mittwoch, 28.09.11, 18:00



Konzert: Bella Italia in Liedern

NEU!

Ein Abend voller italienischer Lyrik mit Liedern, die an la dolce vita und l'amore erinnern. Gesungen werden allgemein bekannte Lieder - von Adriano Celentano bis Zuccherò - und neues Liedgut, das in Italien geschätzt wird.

Mag. Davide Persichetti, Native Speaker

€ 8,-

1x2 UE
ÖGB Klagenfurt

Termin: Donnerstag, 20.10.11, 18:30

Termin: Donnerstag, 08.03.12, 18:30

Fryderyk Chopin - sein Leben und seine Musik

Wer war der Pole mit dem französisch klingenden Namen? Widmen wir uns einen Abend lang seinem Leben und künstlerischen Schaffen.

Vortrag

Mag.^a Magdalena Gregori

€ 8,-

1x3 UE
ÖGB Klagenfurt

Termin: Dienstag, 28.02.12, 18:00



Musik verstehen lernen

NEU!

Anhand einiger Musikbeispiele (unter anderem des Kärntner Komponisten Norbert Artnert) entwickeln wir ein Musikverständnis.

Dr. Werner Gruber, Musikprofessor

€ 8,-

1x2 UE
ÖGB Klagenfurt

Termin: Mittwoch, 25.04.12, 18:00




Ein Leben lang lernen!

www.vhsktn.at

Literatur


Goodbye Europe - EmigrantInnenliteratur **Neu!**

Sie verließen ihre Heimat und sind doch durch ihre Sprache immer mit ihrer Herkunft verbunden. Wir beschäftigen uns mit Leben und Werk deutschsprachiger AutorInnen in der Emigration. Bert Brecht, Familie Mann, Franz Werfel, Guido Zernatto, Ruth Klüger, Hilde Spiel

Dr.ⁱⁿ Helgard Kraigher, Germanistin € 49,-
 5x2 UE
 ÖGB Klagenfurt
 Beginn: Dienstag, 18.10.11, 10:15 

Brasilianische Literatur

Kontakt mit Texten von Clarice Lispector, Cecilia Meireles und Joao Guimaraes Rosa
 Kenntnisse des brasilianischen Portugiesisch (mind. B1 -Niveaustufe laut GERR)

Mag.^a Cristina Gehring Brack € 44,-
 4x2 UE
 ÖGB Klagenfurt
 Beginn: Mittwoch, 02.05.12, 18:30 



Die folgenden Kurse werden in Kooperation mit der Arbeiterkammer Kärnten durchgeführt.

Klagenfurter Lesezirkel

Neu!

Der Lesezirkel ermöglicht es, sich über politische, wissenschaftliche und unterhaltsame Themen auszutauschen. Bücherliste: Wolf Haas - Auferstehung der Toten, Michael Köhlmeier - Sunrise, E. W. Heine - Hackepeter.

Teilnahme kostenlos. Anmeldung erforderlich.

OSTr Mag. Walter Juritsch, Germanist

10x2 UE
 AK Bibliothek Klagenfurt
 Beginn: Donnerstag, 06.10.11, 17:00
 Beginn: Donnerstag, 23.02.12, 17:00

Villacher Lesezirkel

Der Lesezirkel ermöglicht es, sich über politische, wissenschaftliche und unterhaltsame Themen auszutauschen und kostenlos zu informieren.

Bücherliste: Wolf Haas - Auferstehung der Toten, Michael Köhlmeier - Sunrise, E. W. Heine - Hackepeter.

Mag. Christoph Kreutzer, AK-Bibliotheksleitung

10x2 UE
 AK Mediathek Villach
 Beginn: Donnerstag, 06.10.11, 17:00
 Beginn: Donnerstag, 23.02.12, 17:00

AK Bibliotheksführung Klagenfurt

Neu!

Eine Möglichkeit, die Bibliothek hautnah zu erleben und sich über die Aufgaben und Ziele sowie Produkte und Dienstleistungen kostenlos zu informieren. Anmeldung erforderlich.

1x2 UE
 AK Bibliothek Klagenfurt
 Termin: Dienstag, 11.10.11, 10:00
 Termin: Dienstag, 06.03.12, 10:00

AK Mediatheksführung Villach

Eine Möglichkeit, die Bibliothek hautnah zu erleben und sich über die Aufgaben und Ziele sowie Produkte und Dienstleistungen kostenlos zu informieren. Anmeldung erforderlich.

1x2 UE
 AK Mediathek Villach
 Termin: Donnerstag, 13.10.11, 10:00
 Termin: Donnerstag, 08.03.12, 10:00

Einzelcoaching für EDV-Kurse

Wir bemühen uns, auch **Wünsche außerhalb des Programms** zu erfüllen.
 Natürlich bieten wir auch Einzelcoachings an.

Einzelcoaching: € 45,- pro UE

Ein Leben lang lernen!
www.vhsktn.at

KULTUR & GESELLSCHAFT

Zigarette - heiß geliebt und gehasst **NEU!**

Wissenswertes über den Zigarettenkonsum. Was macht es so schwer, von der Zigarette loszukommen? Mögliche Wege auszusteigen, aktuelle Neuigkeiten aus dem Bereich der Gesundheitspsychologie.

Mag.ª Martina Zoder,

Klinische-und Gesundheitspsychologin

€ 8,-

1x2 UE

AK Saal VK

137-HS Termin: Freitag, 21.10.11, 18:00

**Vererben, verschenken oder übergeben ?**

Wie kann ich Erbstreitigkeiten vermeiden? Was bringt ein Testament? Vor- und Nachteile einer lebzeitigen Regelung: spezielle Probleme bei Lebensgefährten und außerehelichen Kindern. Was ändert sich durch die Aufhebung der Erbschafts- und Schenkungssteuer? Warum lebzeitige Vorsorge immer wichtiger wird. Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.

Dr. Reinhard Kern, Notar

€ 8,-

1x2 UE

AK Saal VK

237-HS Termin: Dienstag, 04.10.11, 18:30

Seelische Wunden**NEU!**

Was hilft mir in der größten Verzweiflung (Verlust eines geliebten Menschen, Ablehnung, Trennung, Scheidung, Unfall, Tod ...), wieder Sinn im Leben zu finden und wieder Freude zu spüren?

Mag. Dr. Walter Wolfgang Strauss,

Pädagogischer Psychologe

€ 65,-

5x2 UE

AK Saal VK

337-HS Beginn: Dienstag, 15.11.11, 19:00



337-FS Beginn: Dienstag, 17.04.12, 19:00

WIRTSCHAFT/
VERWALTUNG/EDV

An den Kärntner Volkshochschulen gibt es die Möglichkeit, den **Europäischen Computer Führerschein® (ECDL®)** zu erwerben. Sie können sich in Ihrer Volkshochschule auf die einzelnen Teilprüfungen vorbereiten und anschließend die Teilprüfungen im zertifizierten Testcenter an der Volkshochschule Klagenfurt ablegen. Auf einzelne Module, die nicht in Ihrer Volkshochschule angeboten werden, können Sie sich in der Volkshochschule Klagenfurt vorbereiten.

Kurzbeschreibungen zu EDV-Kursen, die den ECDL Modulen entsprechen**EDV-Grundlagen**

EDV-Grundlagenkurse sind ein Angebot für Menschen, die zum ersten Mal mit dem PC in Berührung kommen und ihn völlig stressfrei nutzen wollen. Inhalte: Grundlegender Umgang mit dem PC (Einschalten, Starten von Programmen, Maus, Bildschirmoberfläche) und das Schreiben kurzer Texte, Speichern, Drucken, Internet und E-Mail.

Einführung in Windows 7 (ECDL Modul 1-2)

Windows 7, das Nachfolgeprogramm von Windows XP, besticht durch das bahnbrechende Design, macht die Bedienung des PCs noch einfacher und bietet überdies mehr Sicherheit, vor allem bei der Nutzung des Internets. Die Einführung beginnt mit dem grundlegenden Umgang mit dem PC. Weiters werden die Windows-Oberfläche, der Desktop, die Symbole und Fenster, die Datenverwaltung unter Windows, Datentypen, Ordner und Dateien erklärt, erstellt, bearbeitet, gesucht und gefunden.

MS-Word (ECDL Modul 3)

Das Textverarbeitungsprogramm umfasst das Schreiben von Texten, das Formatieren, das Überarbeiten, die Rechtschreibprüfung, das Drucken, das Erstellen und Anwenden von Dokumentvorlagen und die Serienbriefferstellung.

MS-Excel (ECDL Modul 4)

Die Tabellenkalkulation umfasst die Grundlagen wie Oberfläche, erste Arbeitsschritte, Konfigura-

Infos zum Europäischen Computerführerschein erhalten Sie in der **VHS-Klagenfurt** unter **050 477 7000**

tion, das Arbeiten mit den Arbeitsmappen und -blättern, die Dateneingabe, die Anpassung, das Formatieren, die Eingabe von Formeln und Funktionen, Diagramme, den Druck und die Dateiverwaltung.

Access (ECDL Modul 5)

Access ist ein Datenbanksystem zur elektronischen Datenverwaltung. Die wesentliche Aufgabe ist es, große Datenmengen effizient, widerspruchsfrei und dauerhaft zu speichern und benötigte Teilmengen in unterschiedlichen, bedarfsgerechten Darstellungsformen für BenutzerInnen und Anwendungsprogramme bereitzustellen.

PowerPoint (ECDL Modul 6)

PowerPoint ist ein Präsentationsprogramm, mit dem man Folien für z. B. Vorträge bearbeitet. Einfügen von Texten, Bildern, Diagrammen, Tabellen, Grafiken, Sounds etc. Die Folien werden formatiert und mit Effekten aufgepeppt.

Internet und E-Mail (ECDL Modul 7)

Grundlagen, Konzepte und Begriffe des Internets: Zugriff auf Web-Seiten, Navigation zwischen Web-Seiten, Informationen suchen und finden, Kennenlernen von Suchmaschinen und das Arbeiten damit, Downloads etc.

E-Mail: erstellen, empfangen, beantworten, verwalten.

Webdesign

Inhalte: HTML-Programmierung, Navigationsaufbau, Textformatierung, Tabellen und Frames, Umgang mit Hyperlinks und Bildeinbau. Verwendet wird ein Freewareeditor.

Adobe Photoshop

Einführung: digitale Bildverarbeitung (Korrigieren von Fehlern und Bedienen der Werkzeuge). Fortsetzung: Das Arbeiten mit den Ebenen, Makeln, Filtern und Texten in Ihren Bildern wird perfektioniert. Erkennen Sie, wie leicht eine Fotomontage zu erstellen ist.

Infos zu den **Prüfungen** finden Sie auf **S. 32**

Trau dich ... an den Computer

Unbefangene Annäherung an ein modernes „Werkzeug“. Für TeilnehmerInnen ohne Computererfahrung. Ein Abend mit Internet.

Michael Kircher

8x2 UE

Computerraum Handelsakademie

437-HS Beginn: Donnerstag, 06.10.11, 17:00

€ 109,-



Computerkurs für Personen 60+

Lernen Sie langsam und ohne viel „Fachchinesisch“ die Grundbegriffe der EDV. Wie funktionieren Computer und Drucker? Erste Schritte im Internet. Keine Vorkenntnisse erforderlich!

Isabella Koller

6x3 UE

Computerraum Handelsakademie

537-FS Beginn: Montag, 20.02.12, 16:00

€ 109,-



Computer Aufbaukurs

Einführung in die wichtigsten Programme von MS Office. Ein Abend mit Internet. Für all jene, die bereits einen Computerkurs besucht haben und ihre Kenntnisse auffrischen möchten.

Michael Kircher

9x2 UE

Computerraum Handelsakademie

637-HS Beginn: Donnerstag, 06.10.11, 19:00

€ 136,-



EDV-Basiswissen und Anwendungen

Man lernt nie aus - die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten des Computers für den privaten Gebrauch. Voraussetzung: EDV-Grundkurs

Michael Kircher

9x2 UE

Computerraum Handelsakademie

737-FS Beginn: Donnerstag, 02.02.12, 18:30

€ 136,-



Computerkurs für Personen 60+ - Fortsetzung

Für alle, die schon einmal einen Computerkurs besucht haben und ihr Wissen auffrischen wollen. Internet praktisch nutzen: Informationen, einkaufen, Behördenwege, Formulare, uvm.

Isabella Koller

6x3 UE

Computerraum Handelsakademie

837-FS Beginn: Montag, 23.04.12, 16:00

€ 109,-




Computer-Mix (Internet, E-Mail)


Neu!

Wir lernen das Internet kennen, auch seine Gefahren und Risiken, mit der Suchmaschine Google fin-

den wir Informationen im Netz. Was ist Facebook?
Grundkenntnisse am PC erforderlich!

Walter Magnet, EDV-Trainer € 101,-
6x3 UE
Computerraum Handelsakademie


937-HS Beginn: Montag, 03.10.11, 18:30 


937-FS Beginn: Montag, 20.02.12, 18:30 

Microsoft Publisher Grundkurs

Gestalten Sie Ihre eigenen Visitenkarten, Einladungen, Gutscheine, Speisekarten und vieles mehr. Grundkenntnisse am PC sind wünschenswert!

Walter Magnet, EDV-Trainer € 80,-
3x3 UE
Computerraum Handelsakademie

1037-HS Beginn: Dienstag, 04.10.11, 18:30 


1037-FS Beginn: Dienstag, 31.01.12, 18:30 

Videobearbeitung leicht gemacht

Erstellen Sie Präsentationen wie Fotoshows und Filme über Highlights aus dem Urlaub, Präsentationen für Besprechungen u.v.m. mit dem „digital magix“ Programm. Digitale Bildbearbeitung, Einfügen von Texten, Grafiken, Fotos, Videosequenzen, Musik, Spezialeffekte

Walter Magnet, EDV-Trainer € 110,-
3x3 UE
BFI Computerraum

1137-HS Vorbesprechung: Mittwoch, 05.10.11, 18:30 
Weitere Termine werden nach der Vorbesprechung fixiert.

1137-FS Vorbesprechung: Mittwoch, 25.01.12, 18:30 

DIE WELT DER SPRACHEN

Unsere Kurse orientieren sich am **Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen**. Der Raster auf S. 16-17 dient Ihnen als Orientierungshilfe zur Selbsteinschätzung Ihrer Sprachkenntnisse und hilft Ihnen, den für Sie passenden Kurs zu finden.

Lehrbücher – wenn nicht anders angegeben (nicht im Kurspreis inbegriffen):

ENGLISCH

Headway A1 – ISBN: 978-3-06-804359-2
Headway A2 – ISBN: 978-3-06-804363-9

Headway B1, Part 1 – ISBN: 978-3-06-804367-7
Headway B1, Part 2 – ISBN: 978-3-06-804371-4

ITALIENISCH

Allegro A1 – ISBN: 978-3-12-525580-7
Allegro A2 – ISBN: 978-3-12-525582-1
Allegro B1 – ISBN: 978-3-12-525584-5

SPANISCH

eñe A1 – ISBN: 978-3-19-004219-7

FRANZÖSISCH

On y va! A1 – ISBN: 978-3-19-003325-6
On y va! A2 – ISBN: 978-3-19-003351-5

SLOWENISCH

ABC 123 GREMO – ISBN: 978-961-237-229-3

DAF (Deutsch als Fremdsprache)

Schritte Plus 1 – ISBN: 978-3-19-011911-0
Schritte Plus 2 – ISBN: 978-3-19-011912-7

Sprachdienstleistungen

Natürlich bieten wir Lernenden auch die Möglichkeit, intensiv und individuell in einer **Kleingruppe** oder im **Einzelcoaching** eine Sprache zu erwerben. Das gilt sowohl für Erwachsene als auch für SchülerInnen, die **Nachhilfe** benötigen.

Gerne erarbeiten wir auch ein **maßgeschneidertes Konzept für Ihre Firma**, indem wir uns flexibel nach Ihren Wünschen richten und auf die Bedürfnisse Ihrer MitarbeiterInnen eingehen. Das Training kann in Ihrer Firma oder in den Räumlichkeiten der Kärntner Volkshochschulen stattfinden.

Für Fragen zu individuellen Schulungen und maßgeschneiderten Konzepten steht Ihnen gerne unsere **Sprachenreferentin, Frau Mag.ª Annalisa Adamo** unter der Telefonnummer 050 477 7008 oder a.adamo@vhsbtn.at zur Verfügung.

Allgemeine Preise Sprachdienstleistungen

	Preis in € / UE	Preis in € / Person
Nachhilfe zu zweit (auch in kleinen Gruppen möglich*)	34,-	17,-
Einzelcoaching	35,-	
Zweiercoaching	40,-	20,-

RASTER ZUR SELBSTEINSCHÄTZ

	A1	A2	B1
	Alle AnfängerInnen-kurse beginnen mit Lernziel A1	Ca. 2.-3. Lernjahr an der VHS oder verschüttete Pflichtschulkenntnisse	AHS-, BHS- oder gute Hauptschulkenntnisse
HÖREN	<input type="checkbox"/> Sie können alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn sehr deutlich und langsam gesprochen wird (z. B. sich vorstellen, sich begrüßen, einfache Informationen zur Person geben).	<input type="checkbox"/> Sie können einzelne Sätze und häufig verwendete Ausdrücke sowie das Wesentliche von kurzen, klaren und einfachen Aussagen verstehen (z. B. Wegbeschreibungen).	<input type="checkbox"/> Sie können bei Gesprächen das Wesentliche verstehen, wenn in klarer Standardsprache gesprochen wird, sowie Radio- und Fernsehsendungen die Hauptinformation entnehmen.
LESEN	<input type="checkbox"/> Sie können einfache Informationen (z. B. vertraute Namen, sehr einfache Sätze) in Prospekten und auf Plakaten verstehen.	<input type="checkbox"/> Sie können kurze und einfache Texte lesen (z. B. Anzeigen und Prospekte) sowie einfache Briefe verstehen.	<input type="checkbox"/> Sie können Texte verstehen, in denen die Ihnen schon bekannte Alltags- und Berufssprache vorkommt (z. B. private Briefe).
SPRECHEN	<input type="checkbox"/> Sie können sich in sehr einfachen Situationen verständigen, wenn Ihr/e GesprächspartnerIn sehr langsam und klar mit Ihnen spricht (Informationen über Ihre Person geben, einfache Fragen stellen).	<input type="checkbox"/> Sie können sich in einfachen Gesprächen verständigen, wenn es um vertraute Themen geht (z. B. um Ihre Familie, Ihre Ausbildung). Sie können einfache Informationen zu Ihrer Person und Ihrem Beruf geben.	<input type="checkbox"/> Sie können ohne Vorbereitung ein Gespräch beginnen und in Gang halten sowie Ihre eigene Meinung zu verschiedenen Themen äußern. Sie können die Handlungen eines Films oder eines Buches wiedergeben.
SCHREIBEN	<input type="checkbox"/> Sie können Formulare ausfüllen und eine einfache Postkarte schreiben.	<input type="checkbox"/> Sie können einen einfachen persönlichen Brief schreiben und einfache Mitteilungen und Notizen verfassen.	<input type="checkbox"/> Sie können einen einfachen Text verfassen, in dem Sie über vertraute Themen und eigene Erfahrungen berichten.

UNG VON SPRACHKENNTNISSEN

B2	C1	C2
<p>Maturakenntnisse der ersten Fremdsprache</p>	<p>Ausgezeichnete Maturakenntnisse oder ähnliches</p>	<p>Fast muttersprachliches Niveau</p>
<p><input type="checkbox"/> Sie können bei Gesprächen das meiste verstehen, auch wenn schon schneller gesprochen wird, sowie Fernseh- und Radiosendungen problemlos die Hauptinformation entnehmen.</p>	<p><input type="checkbox"/> Sie können bereits problemlos Gespräche verstehen, auch wenn schneller gesprochen wird, sowie TV-Nachrichten mühelos inhaltlich folgen.</p>	<p><input type="checkbox"/> Sie können ohne Probleme TV-Sendungen und Spielfilme verstehen sowie längeren Diskussionen folgen.</p>
<p><input type="checkbox"/> Sie können schon komplexere Texte verstehen, in denen die Ihnen bekannte Alltags- und Berufssprache vorkommt.</p>	<p><input type="checkbox"/> Sie können Artikel, Berichte, populäre Romane und Sachbücher lesen und dabei das meiste verstehen.</p>	<p><input type="checkbox"/> Lange und komplexe literarische und Sachtexte bereiten Ihnen keine Schwierigkeiten.</p>
<p><input type="checkbox"/> Sie können problemlos ein Gespräch beginnen, dieses in Gang halten, in komplexeren Ausdrücken Ihre Meinung wiedergeben sowie in zusammenhängenden Sätzen Ereignisse, Pläne und Ziele beschreiben.</p>	<p><input type="checkbox"/> Sie können sich aktiv an Diskussionen beteiligen und Ihre eigenen Ansichten wiedergeben und begründen.</p>	<p><input type="checkbox"/> Sie können sich beinahe mühelos spontan und fließend ausdrücken, ohne dabei öfters nach Worten suchen zu müssen, sowie komplexe Sachverhalte ausführlich darstellen und erläutern.</p>
<p><input type="checkbox"/> Sie können einen einfachen Text verfassen, in dem Sie persönliche Erfahrungen und Eindrücke beschreiben.</p>	<p><input type="checkbox"/> Sie können Leserbriefe und Texte schreiben und dabei für oder gegen einen Standpunkt Stellung beziehen.</p>	<p><input type="checkbox"/> Sie können sich schriftlich klar und strukturiert ausdrücken sowie Argumentationen ausführen.</p>

Die Europäischen Sprachenzertifikate TELC



Die Volkshochschule Villach ist zertifiziertes Prüfungsinstitut für die Europäischen Sprachenzertifikate TELC (The European Language Certificates).

TELC-Prüfungen (alle Niveaus) finden zweimal pro Jahr statt.

Informationsabende: Do., 20.10.2011/08.03.2012 um 18:00 Uhr in der Volkshochschule Villach

Prüfungstermine: Sa., 28.01.2012/12.05.2012

ÖIF-Prüfungen und Vorbereitungsworkshops (Integration)



Die Kärntner Volkshochschulen sind beim ÖIF (Österreichischer Integrationsfonds)

zertifiziert und führen die vom Bundesministerium für Inneres vorgeschriebenen „Deutsch-Alphabetisierungskurse“ sowie die vorgeschriebene Prüfung für Visum (Niveau A2) und Staatsbürgerschaft (Niveau B1) durch.

Die Prüfung ist kursunabhängig, daher wird den InteressentInnen dringend empfohlen, am 3-stündigen Vorbereitungskurs teilzunehmen.

Die Teilnahme an einer ÖIF-Prüfung ist unabhängig von einem Kursbesuch.

Die **ÖIF Prüfungen und Vorbereitungskurse** finden an der **VHS Villach** ca. 1x pro Monat statt.

Info: 050 477 7100 oder vhs-villach@vhskt.n.at

ÖSD - Österreichisches Sprachdiplom



Die Volkshochschule Villach bietet **Vorbereitungsworkshops** an, die gezielt auf die jeweilige Prüfung vorbereiten.

Prüfungsniveaus: Grundstufe (A2) € 80,-, Zertifikat (B1) € 90,-, Mittelstufe (B2) € 100,-, Oberstufe (C1) € 115,-, Diplom Wirtschaftssprache Deutsch (C2) € 125,-.

Prüfungstermine: Sa., 21.01. + 16.06.2012

Info: 050 477 7100 oder vhs-villach@vhskt.n.at

Preisstaffelung nach TeilnehmerInnenzahl (TN)

Englisch 1/A1

Kursbuch: Headway A1.

5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Kerstin Oberrainer

10x2 UE

Handelsakademie

1337-HS Beginn: Dienstag, 27.09.11, 18:00



Englisch 2/A1

5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-
Kursbuch: Headway A1, ab Lektion 5.

Mag.ª Kerstin Oberrainer

10x2 UE

Handelsakademie

1337-FS Beginn: Dienstag, 24.01.12, 18:00

Englisch 3/A1+

Kursbuch: Headway A1, ab Lektion 7.

5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Kerstin Oberrainer

10x2 UE

Handelsakademie

1437-HS Beginn: Dienstag, 27.09.11, 20:00



Englisch 4/A1+

Kursbuch: Headway A1, ab Lektion 10.

5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Kerstin Oberrainer

10x2 UE

Handelsakademie

1537-FS Beginn: Dienstag, 24.01.12, 20:00

Englisch für mäßig Fortgeschrittene B1

Kursbuch: Headway B1.

5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Kerstin Oberrainer

10x2 UE

Handelsakademie

1637-HS Beginn: Mittwoch, 28.09.11, 18:00



1637-FS Beginn: Mittwoch, 25.01.12, 18:00




Italienisch 1/A1

Kursbuch: Allegro 1.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Emma Planteu, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie

1737-HS Beginn: Donnerstag, 29.09.11, 19:00 

Italienisch 2/A1

Kursbuch: Allegro 1.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Emma Planteu, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie


1837-FS Beginn: Donnerstag, 26.01.12, 19:00

Italienisch 3/A1+

Kursbuch: Allegro 1 ab Lektion 8.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Emma Planteu, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie

1937-HS Beginn: Mittwoch, 28.09.11, 19:00 

Italienisch 4/A2

Kursbuch: Allegro 2.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Emma Planteu, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie


2037-FS Beginn: Mittwoch, 25.01.12, 19:00

Italienisch 5/A2

Kursbuch: Allegro 2.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Emma Planteu, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie

2137-HS Beginn: Dienstag, 27.09.11, 19:00 

Italienisch 6/A2

Kursbuch: Allegro 2.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Mag.ª Emma Planteu, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie

2237-FS Beginn: Dienstag, 24.01.12, 19:00

Spanisch 1/A1

Kursbuch: eñe A1.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Yolanda Kraxner, Native Speaker

10x2 UE
Gymnasium VK

2337-HS Vorbesprechung: Mittwoch, 12.10.11, 18:30 

Spanisch 2/A1

Kursbuch: eñe A1, ab Lektion 4.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Yolanda Kraxner, Native Speaker

10x2 UE
Gymnasium VK


2437-FS Vorbesprechung: Mittwoch, 08.02.12, 18:30 

Französisch 1/A1

Kursunterlagen: On y va! A1.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Corine Jade, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie


2537-HS Beginn: Donnerstag, 06.10.11, 18:00 

Französisch 2/A1

Kursbuch: On y va! A1, ab Lektion 4.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Corine Jade, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie


2637-FS Beginn: Donnerstag, 26.01.12, 18:00 

Französisch 3/A1

Kursbuch: On y va! A1, ab Lektion 7.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Corine Jade, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie

2737-HS Beginn: Dienstag, 04.10.11, 18:00 

Schülernachhilfe für Hauptgegenstände zum Preis von € 17,- pro Person

Französisch 4/A2

Kursbuch: On y va! A2, ab Lektion 1.
5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Corine Jade, Native Speaker

10x2 UE
Handelsakademie

2837-FS Beginn: Dienstag, 31.01.12, 18:00



Slowenisch 1/A1

Kursunterlagen werden vom Trainer zur Verfügung gestellt. Materialkosten pro TeilnehmerIn € 5,-.

5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Thomas Petz, Native Speaker

10x2 UE
Gymnasium VK

2937-HS Beginn: Montag, 26.09.11, 18:30



Slowenisch 2/A1

Fortsetzung zum Anfängerkurs HS 2011
Kursunterlagen werden vom Trainer zur Verfügung gestellt. Materialkosten pro TeilnehmerIn € 5,-.

5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Thomas Petz, Native Speaker

10x2 UE
Gymnasium VK

3037-FS Beginn: Montag, 30.01.12, 18:30



Kroatisch 1/A1

Kursunterlagen werden vom Trainer zur Verfügung gestellt. Materialkosten pro TeilnehmerIn € 5,-.

5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Thomas Petz, Native Speaker

10x2 UE
Gymnasium VK

3137-HS Beginn: Donnerstag, 29.09.11, 18:30



Kroatisch 2/A1

Fortsetzung zum Anfängerkurs HS 2011.
Kursunterlagen werden vom Trainer zur Verfügung gestellt.

Materialkosten pro TeilnehmerIn € 5,-.

5-7 TN € 133,- / 8-10 TN € 101,- / ab 11 TN € 81,-

Thomas Petz, Native Speaker

10x2 UE
Gymnasium VK

3237-FS Beginn: Donnerstag, 02.02.12, 18:30

Integrationskurse Deutsch als Fremdsprache

Seit 1. Jänner 2006 ist das neue Niederlassungs- und Aufenthaltsgesetz in Kraft. Die Zielgruppe der Integrationsvereinbarungen sind Drittstaatenangehörige, die dauerhaft in Österreich bleiben wollen. Ziel des Deutsch-Integrationskurses ist die Erreichung des A2-Niveaus des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Infos zu den **Prüfungen und Diplomen** auf **S. 18**

Integrationskurs: Deutsch als Fremdsprache 1. Modul/A1

Für Lernende, die im Rahmen der Integrationsvereinbarungen einen Gutschein der Behörde ausgestellt bekommen haben, sowie für TeilnehmerInnen, die in kurzer Zeit ihr Deutsch verbessern wollen.

Bei der Anmeldung muss der Gutschein der Behörde mitgenommen werden.

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Maria Margarethe Wedenigg € 161,-

20x2 UE
Hauptschule Völkermarkt

3337-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 29.09.11, 18:30



3337-FS Vorbesprechung: Donnerstag, 26.01.12, 18:30



Integrationskurs: Deutsch als Fremdsprache 2. Modul/A2

Für Lernende, die im Rahmen der Integrationsvereinbarungen einen Gutschein der Behörde ausgestellt bekommen haben, die bereits wesentliche Ziele von A1 erreicht haben und für die Einhaltung der Integrationsvereinbarungen (Visum) eine Prüfung machen werden.

Bei der Anmeldung muss der Gutschein der Behörde mitgenommen werden.

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Maria Margarethe Wedenigg € 161,-

20x2 UE
Hauptschule Völkermarkt

3437-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 29.09.11, 18:30



3437-FS Vorbesprechung: Donnerstag, 26.01.12, 18:30



GRUNDBILDUNG - Lesen, Schreiben, Rechnen und PC für Erwachsene

Wenn Sie Ihre Lese- und Schreibkenntnisse auffrischen und trainieren wollen, dann sind Sie bei uns genau richtig: In Kleingruppen lesen Sie Texte, üben Rechtschreibung und Grammatik. Außerdem können Sie bei uns die Grundrechnungsarten wiederholen und erlernen einfache Computeranwendungen.

Kursorte: Villach, Klagenfurt, St. Veit, Wolfsberg, Spittal an der Drau

Beginn: Oktober 2011, Einstieg jederzeit möglich

Kontakt: Mag.^a Ricarda Motschilnig MSc,
0676 / 845 870 103

Es ist nie zu spät!

HAUPTSCHULABSCHLUSS nachholen

Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren aus Österreich und anderen Ländern können sich kostenlos auf das Nachholen des Hauptschulabschlusses vorbereiten – egal, ob sie einzelne negative Fächer ausbessern oder den ganzen Abschluss nachholen wollen.

Kursorte: Villach, Klagenfurt, Wolfsberg
Spittal an der Drau

Beginn: September 2011, Einstieg jederzeit möglich

Kontakt: Mag.^a Claudia Facciani-Rizzo,
050 477 7024 bzw. 0676 / 845 870 104

Die Kurse sind kostenlos und werden gefördert von:



KREATIVITÄT & FREIZEIT

Materialkosten sind im Kurs gesondert zu entrichten bzw. muss das Material selbst besorgt werden.

Herstellen von Propolis u. Kräutercremen

Propolis ist das natürlichste Antibiotikum und wird sehr gerne, auch in Verarbeitung mit Kräutern, zur Herstellung von Cremes verwendet.

Materialkosten: € 12,-

Elisabeth Fussi, Bienenwirtschaftsfachberaterin € 30,-
1x4 UE

AK Saal

3537-HS Termin: Samstag, 05.11.11, 09:00

Seife selbst herstellen

Selbstgemachte Seifen können viel Freude bereiten. Sie fühlen sich beim Waschen ganz besonders an und eigenen sich sehr gut als persönliches, individuelles Geschenk.

Materialkosten: € 15,-

Bitte mitbringen: Handtuch.

Elisabeth Fussi, Bienenwirtschaftsfachberaterin € 30,-
1x4 UE
AK Saal

3637-HS Termin: Samstag, 19.11.11, 09:00

3637-FS Termin: Samstag, 11.02.12, 09:00

Stricken

für AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse **NEU!**

Anita Haberl € 56,-
5x2 UE

Gasthaus „Goldener Ochse“

3737-HS Vorberechnung: Dienstag, 11.10.11, 18:30

Kreativer Schmuck aus Ton

NEU!

Verschiedene Schmuckstücke (Ketten, Armbänder, Broschen, Haarschmuck ...) werden entworfen, in Ton geformt, glasiert und montiert.

Materialkosten: € 40,-

Bitte mitbringen: Skizzenblock, Bleistift

Mag.^a Andrea Cervenka-Buschbeck, Kunstprofessorin € 85,-
6x3 UE
Werkraum Alpen-Adria Gymnasium

3837-HS Vorberechnung: Montag, 26.09.11, 18:30

Bilder und Kacheln aus Ton

Bilder und Kacheln werden nach eigenen Entwürfen hergestellt. Es besteht die Möglichkeit, Bilder- und Spiegelrahmen zu kreieren.

Materialkosten: € 40,-

Bitte mitbringen: Skizzenblock, Bleistift

Mag.^a Andrea Cervenka-Buschbeck, Kunstprofessorin € 85,-
6x3 UE

Werkraum Alpen-Adria Gymnasium

3937-FS Vorberechnung: Montag, 27.02.12, 18:30

Schenken Sie Aufmerksamkeit!
Gutscheine der Kärntner Volkshochschulen

Aktstudium für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Von der Skizze zur Zeichnung, Studien (Bleistift, Kohle, Kreide ...) anhand von Modellen. Modellgebühren werden anteilig verrechnet (€ 9,-) und sind im Kurs zu bezahlen.

DDr. Curt Cervenka, Kunstprofessor € 76,-
6x3 UE
Zeichensaal Alpen-Adria-Gymnasium

4037-HS Vorbesprechung: Montag, 12.09.11, 18:30


4037-FS Vorbesprechung: Montag, 30.01.12, 18:30


Vom Zauber des Lichts - Einführung in die „Natural Light“ Fotografie



Mit der eigenen Spiegelreflexkamera die vorhandene Lichtstimmung einfangen.

Bitte mitbringen: digitale Spiegelreflexkamera
Nikolaus Neureiter € 101,-
4x3 UE
BFI Computerraum

4137-HS Vorbesprechung: Montag, 03.10.11, 18:30 
Weitere Termine werden nach der Vorbesprechung fixiert.

4137-FS Vorbesprechung: Montag, 30.01.12, 18:30 

Gitarre für Erwachsene - AnfängerInnen

Melodiespiel und Begleitung. Maximal 3 TeilnehmerInnen.

Bitte mitbringen: Gitarre, Notenständer und Fußschemel

Julia Kassel, KIGA-Pädagogin € 115,-
10x1 UE
VHS Büro

4237-HS Beginn: Donnerstag, 29.09.11, 19:00

Gitarre für Erwachsene - Fortgeschrittene

Melodiespiel und Begleitung. Achtung: geschlossener Kurs! Kein Neueinstieg möglich.

Bitte mitbringen: Gitarre, Notenständer und Fußschemel

Julia Kassel, KIGA-Pädagogin € 115,-
10x1 UE
VHS Büro

4337-FS Vorbesprechung: Mittwoch, 26.01.12, 19:00

Kochen für AnfängerInnen

Kochen für AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse. Einführung in gesunde Speisen für Menschen von Heute. Grundrezepte und Zubereitungsarten. Bitte mitbringen: Kochschürze.

Silvia Sand-Penz, Diplom Pädagogin € 60,-
3x4 UE
Hauptschule Schulküche

4437-HS Vorbesprechung: Freitag, 30.09.11, 17:30

Kochen für und mit Kindern von 4 - 6 Jahren

NEU!

Einfache und lustig zubereitete Gerichte für die Kleinsten. Gemeinsames Kochen mit den Eltern.

Silvia Sand-Penz, Diplom Pädagogin € 50,-
2x4 UE
Hauptschule Schulküche

4537-HS Vorbesprechung: Freitag, 30.09.11, 16:00

Schminkworkshop: Was ist Trend? - Was passt zu mir?

Farb-, Stil- und Imageberatung verbunden mit dem dazu passenden Make-up, das im aktuellen Herbst- oder Frühjahrstrend getragen wird.

Materialkosten: € 10,-
Brigitte Puschl, Dipl. Visagistin € 25,-
1x4 Stunden
Friseur Offner

4637-HS Termin: Samstag, 17.09.11, 14:00


4637-FS Termin: Samstag, 28.01.12, 14:00

Das äußere Erscheinungsbild als Ihre Visitenkarte



Der erste Eindruck zählt! Ob Vorstellungsgespräch oder Comeback ins Berufsleben - durch Ihr Äußeres können Sie Professionalität und Souveränität vermitteln.

Bitte mitbringen: ein kleines Handtuch und einen Handspiegel. Materialkosten € 10,-
Claudia Wutscher, Dipl. Visagistin € 42,-

2x3 UE
AK Saal
4737-HS Beginn: Donnerstag, 22.09.11, 18:30 
2. Termin: 26.09.2011

4737-FS Beginn: Donnerstag, 19.01.12, 18:30 
2. Termin: 23.01.2012

TANZKURSE

Die Angebote werden in Kooperation mit der Tanzschule Gregor Krištof durchgeführt.

Line-Dance

Neu!

Line Dance ist kein Partnertanz, sondern eine Art Formationstanz, der in einer bunt gemischten Gruppe getanzt wird. Für Singles und Paare geeignet. Keine Vorkenntnisse erforderlich!

Irina Schweiger

€ 102,-

10x2 UE

Volksschule Gymnastikraum

4837-HS Beginn: Dienstag, 04.10.11, 18:00

Hauptschule Gymnastikraum

4837-FS Beginn: Dienstag, 31.01.12, 18:00

Tanzkurs für AnfängerInnen

Mit Walzer, Polka, Foxtrott und Cha-Cha-Cha fit in die Ballsaison. Für Jugendliche und Erwachsene.

Gregor Krištof

€ 76,-

8x1,5 Stunden

AK Saal

4937-HS Beginn: Montag, 03.10.11, 19:00

4937-FS Beginn: Montag, 20.02.12, 19:00

Tanzkurs für Fortgeschrittene

Für Jugendliche und Erwachsene, die bereits einen AnfängerInnenkurs besucht haben, ihre Kenntnisse auffrischen und um Rumba, Samba und Tango erweitern wollen.

Gregor Krištof

€ 76,-

8x1,5 Stunden

AK Saal

5037-HS Beginn: Montag, 03.10.11, 20:30

5037-FS Beginn: Montag, 20.02.12, 20:30

Tanzkurs für Profis

Für alle, die Spaß am Tanzen haben und ihre Kenntnisse perfektionieren möchten.

Gregor Krištof

€ 76,-

8x2 UE

AK Saal

5137-HS Beginn: Montag, 03.10.11, 17:00

5137-FS Beginn: Montag, 20.02.12, 17:00

KÖRPER & GESUNDHEIT

Die Volkshochschule bietet Veranstaltungen zur Förderung und Erhaltung der Gesundheit an. Insbesondere liegt es an den TeilnehmerInnen, die erhaltenen Informationen aus den Kursen für sich effizient umzusetzen. Keinesfalls stellen die Angebote einen Ersatz für eine psychologische oder ärztliche Betreuung dar. Bei körperlichen Beschwerden halten Sie bitte Rücksprache mit Ihrem Arzt / Ihrer Ärztin.

Weitere Angebote zum Thema **Gesundheit** auf **S. 38**

Mineralsalze nach Dr. Schüßler einfach anwenden

In diesem Kurs werden das Basiswissen und die Wirkungsweise der Mineralsalze nach Dr. Schüßler vermittelt, welche hervorragend zur präventiven Gesundheitsvorsorge eingesetzt werden können, um im gesunden Gleichgewicht zu bleiben. Bitte mitbringen: Buntstifte.

Materialkosten für Skript € 12,-

Iris-Christine Wollautz

€ 75,-

5x3 UE

AK Saal/VK

5237-FS Beginn: Donnerstag, 12.04.12, 18:00

Power für den ganzen Tag

Neu!

„Ewig“ jung! Unterweisung in bioenergetischen Übungen nach Lowen. PC-Muskeltraining, Ernährungshinweise.

Mag. Dr. Walter Wolfgang Strauss,

Pädagogischer Psychologe

€ 28,-

5x1 UE

Hauptschule Völkermarkt

5337-FS Beginn: Dienstag, 06.03.12, 19:00



Autogenes Training Teil I

Durch konzentrierte Selbstentspannung lernen Sie, jederzeit und überall abzuschalten, loszulassen, sich zu erholen und auch schwierige Lebenssituationen mit Ruhe und Gelassenheit zu bewältigen.

Mag. Dr. Walter Wolfgang Strauss,

Pädagogischer Psychologe

€ 60,-

7x1 UE

Hauptschule Völkermarkt

5437-HS Beginn: Freitag, 07.10.11, 18:00



Autogenes Training Teil II

Vertiefung und Erweiterung von Kurs I

Mag. Dr. Walter Wolfgang Strauss,

Pädagogischer Psychologe

€ 60,-

7x1 UE

Hauptschule Gymnastikraum

5537-HS Beginn: Freitag, 07.10.11, 19:00

5537-FS Beginn: Dienstag, 06.03.12, 18:00


eGoGung - Körper Energie Übungen


Fehlhaltungen des Körpers und Funktionseinschränkungen der inneren Organe entstehen durch langanhaltende Spannungen. Spezielle Körperübungen, Aufmerksamkeit und Atmung bewirken Entspannung. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Sitzpolster

Mag.ª Tomislava Rados, Lebens- und Sozialberaterin € 97,-

10x2 UE

AK Saal

5637-HS Beginn: Donnerstag, 29.09.11, 18:30 

5637-FS Beginn: Donnerstag, 26.01.12, 18:30 


Yoga am Mittwoch


Mit Hilfe der bewährten Yoga-Techniken (Körper-, Atem- und Entspannungsübungen) können Sie Abstand von den Belastungen des Alltags finden. Für AnfängerInnen und Geübte gleichermaßen geeignet. Bitte mitbringen: rutschfeste Matte, Decke und Sitzkissen.

Mag.ª Evelyn Trinker, Yoga Lehrerin € 102,-

10x2 UE

AK Saal

5737-HS Beginn: Mittwoch, 28.09.11, 17:00 

5737-FS Beginn: Mittwoch, 25.01.12, 17:00 


Yoga für den Rücken


Verspannungen lösen, den Rücken stärken, Entspannung finden und den Stress vom beruflichen und privaten Alltag abbauen. Bitte mitbringen: rutschfeste Matte, Decke und Sitzkissen

Mag.ª Evelyn Trinker, Yoga Lehrerin € 102,-

10x2 UE

AK Saal

5837-HS Beginn: Mittwoch, 28.09.11, 19:00 

5837-FS Beginn: Mittwoch, 25.01.12, 19:00 

Pilates für AnfängerInnen


Pilates ist eine Trainingsmethode aus Dehnung und Muskelkonditionierung. Nährstoffversorgung und Gesundheit von Muskeln, Nerven, Wirbelkörpern und Bandscheiben werden entscheidend verbessert.


Bitte mitbringen: Matte und Handtuch

Birgit Perchtaler, Dipl. Pilates und Aerobic Trainerin € 77,-

12x1 UE

Turnsaal Hilfswerk VK

5937-HS Beginn: Montag, 26.09.11, 15:50 

5937-FS Beginn: Montag, 23.01.12, 15:50 

Pilates für Fortgeschrittene I


Für alle, die schon einen Pilates AnfängerInnenkurs besucht haben.


Bitte mitbringen: Matte und Handtuch

Birgit Perchtaler, Dipl. Pilates und Aerobic Trainerin € 77,-

12x1 UE

Turnsaal Hilfswerk VK

6037-HS Beginn: Montag, 26.09.11, 16:40 

6037-FS Beginn: Montag, 23.01.12, 16:40 

Pilates für Fortgeschrittene II


Durch schonendes Training erlangen Sie mehr Balance und Beweglichkeit. Körperhaltung und Ausdauer im Beruf werden verbessert.


Bitte mitbringen: Matte und Handtuch

Birgit Perchtaler, Dipl. Pilates und Aerobic Trainerin € 77,-

12x1 UE

Turnsaal Hilfswerk VK

6137-HS Beginn: Montag, 26.09.11, 18:20 

6137-FS Beginn: Montag, 23.01.12, 18:20 


Pilates III


Bitte mitbringen: Matte und Handtuch

Birgit Perchtaler, Dipl. Pilates und Aerobic Trainerin € 77,-

12x1 UE

Turnsaal Hilfswerk VK

6237-HS Beginn: Montag, 26.09.11, 17:30 

6237-FS Beginn: Montag, 23.01.12, 17:30 

Onlinereservierung


unter **www.vhsktn.at**


Body & Mind

Training zur Steigerung der Beweglichkeit, der Mobilität, der Kondition, der Koordination und der allgemeinen Fitness. Fördert die Entspannung und den Abbau von Stress! Bitte mitbringen: Matte, Turnkleidung, Getränk

Maria Pressl € 102,-

10x2 UE
Turnsaal Hauptschule

6337-HS Beginn: Dienstag, 27.09.11, 18:30 


6337-FS Beginn: Dienstag, 24.01.12, 18:30 


Rückenfit - Gesundheitsgymnastik I

Umfangreiches, funktionelles Gymnastikprogramm für den gesamten Bewegungsapparat. Mobilisierungs-, Kräftigungs- und Dehnungsübungen verschiedener Muskelgruppen. Übungen zur Korrektur und Vorbeugung von Haltungsschäden. Bitte mitbringen: Theraband

Elfi Hawkins, Physiotherapeutin € 57,-

10x1 UE
Turnsaal Berufsschule

6437-HS Beginn: Mittwoch, 28.09.11, 18:00 


6437-FS Beginn: Mittwoch, 25.01.12, 18:00 


Rückenfit - Gesundheitsgymnastik II

Bitte mitbringen: Therabänder (lang)

Elfi Hawkins, Physiotherapeutin € 57,-

10x1 UE
Turnsaal Berufsschule

6537-HS Beginn: Mittwoch, 28.09.11, 19:00 


6537-FS Beginn: Mittwoch, 25.01.12, 19:00 

Fit for fun in Eberndorf

Kombinationstraining aus einfachen Aerobic-schritten, Kräftigungsübungen und Stretching für die Förderung der Fettverbrennung und zur Verbesserung von Koordination und Ausdauer. Der ideale Ausgleich zu einseitiger körperlicher Belastung durch den Beruf. Bitte mitbringen: Turnkleidung, Matte, Kurzhanteln

Maria Pressl € 102,-

20x2 UE
Volksschule Eberndorf

6637-HS Beginn: Montag, 19.09.11, 19:00 


Fatburner

Neu!

Der beste Weg, um zu einem straffen, schlanken und gesunden Körper zu gelangen. Fördert die Entspannung und den Abbau von Stress! Bitte mitbringen: bequeme Turnkleidung

Maria Pressl € 102,-

10x2 UE
Turnsaal Hauptschule

6377-HS Beginn: Donnerstag, 29.09.11, 18:30 


6377-FS Beginn: Donnerstag, 26.01.12, 18:30 

Body Workout

100 Minuten im Zeichen der Körperstraffung. Einfache aber effektive Übungen zu motivierender Musik stärken und kräftigen Bauch, Po, Arme und Rücken. Zwei klassische Stunden, die viel Spaß, Ganzkörpertraining und Stressabbau versprechen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Turnschuhe

Chiara Steuerer € 102,-

20x2 UE
Turnsaal Volksschule

6837-HS Beginn: Montag, 10.10.11, 19:00 


Zumba-Fitness®


NEU

Das Workout basiert auf dem Prinzip „fun and easy to do“. Für Zumba Fitness® muss man nicht tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben. Effektives Mittel gegen beruflichen und privaten Stress! Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Hallenschuhe

Yafei Wang, Diplomierte Fitnesstrainerin € 102,-

10x2 UE
Turnsaal Volksschule

6937-HS Beginn: Donnerstag, 29.09.11, 18:30 

6937-FS Beginn: Donnerstag, 02.02.12, 18:30 

Individualschulungen für Organisationen, Vereine, Firmen

Sie wollen auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Termine und maßgeschneiderte Schulungen? Bestimmen Sie Inhalt, Dauer und Ablauf des Kurses selbst! Kostenlose und unverbindliche Betreuung an der Volkshochschule Völkermarkt:
vhs-voelkermarkt@vhsktn.at oder 050-477 7500

Lawinenkunde Teil I

Vortrag, Erfahrungsaustausch. Fehler und die Schneedecke entscheiden in Risikosituationen.

Mag. Dr. Walter Wolfgang Strauss € 20,-

2x2 UE
Hauptschule Völkermarkt

7037-HS Beginn: Freitag, 18.11.11, 19:00
2. Termin: 25.11.2011

Lawinenkunde Teil II

Vermittlung grundlegender Kenntnisse, um das Unfallrisiko bei Schitouren im alpinen Gelände zu verringern. Risikocheck im Gelände, Analyse der Kriterien Wetter, Tageszeit, Schneeart, Schneeprofil, Schneedecke und Stabilität, Gelände, Hangneigung, Routenwahl und Auslösung. Teilnahme an der Lehrveranstaltung Lawinenkunde Teil I erwünscht.

Mag. Dr. Walter Wolfgang Strauss € 45,-

1x7 UE
Koralpe


7137-HS Beginn: Samstag, 17.12.11, 10:00

Notwehrtraining für Frauen und Mädchen

Einführung in die Selbstverteidigung. Abwehr der gängigsten Angriffsmuster, dazu Tricks und Kniffe für mehr Sicherheit im Alltag. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Hallenschuhe

Mag.ª Dr.ª Marlene Hilzensauer € 50,-

3x3 UE
Turnsaal Gymnasium

7237-FS Beginn: Freitag, 23.03.12, 16:00 
24.03.2012, 10.00 - 13.00 Uhr,
30.03.2012, 16.00 - 19:00 Uhr

VOLKSHOCHSCHULE BLEIBURG

Zweigstellenkoordination: Silke Gallo

Telefon: 0650 / 911 05 54

E-Mail: vhs-bleiburg@vhsbtn.co.at

Anmeldung und Auskunft:

- bei Silke Gallo unter 0650 / 911 05 54 oder per
- E-Mail: vhs-bleiburg@vhsbtn.co.at
- Erlagschein oder Telebanking – nach telefonischer, elektronischer oder persönlicher Anmeldung und Vorreservierung. Bitte unbedingt Namen, Kurs und Kursnummer angeben.

Anmeldeformalitäten:

Jede Anmeldung ist verbindlich. Kurse können nur eine Woche vor Kursbeginn storniert werden. Verspätete Anmeldungen ziehen keinen Anspruch auf Reduzierung des Kursbeitrages nach sich. Im Übrigen gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) des Vereins „Die Kärntner Volkshochschulen“. Sie finden die AGB im Internet unter www.vhsbtn.at.

Computerkurs für AnfängerInnen

Grundlagen der Computerbenutzung. Betriebssystem, Anwendungsprogramme uvm. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, da die TeilnehmerInnenzahl beschränkt ist.

Esther Wank, EDV-Trainerin € 90,-

6x3 UE
Hauptschule Bleiburg

106-HS Vorbesprechung: Mittwoch, 14.09.11, 19:00 

Textverarbeitung - Word

Esther Wank, EDV-Trainerin € 90,-


6x3 UE
Hauptschule Bleiburg

206-HS Vorbesprechung: Mittwoch, 14.09.11, 19:00 

Tabellenkalkulation - Excel

Esther Wank, EDV-Trainerin € 90,-

6x3 UE
Hauptschule Bleiburg

306-HS Vorbesprechung: Mittwoch, 14.09.11, 19:00 

Sissy Sonnleitner
zählt zu Österreichs zwölf besten Köchinnen. Die VHS-Villach bietet zwei Wochenendkurse mit der Haubenköchin an.
„Kochen für AnfängerInnen“ und „Mediterrane Küche mit Spargel und Kräutern“
Info & Anmeldung in der VHS-Villach unter 050 477 7100 oder vhs-villach@vhsbtn.at



Präsentationstechnik - PowerPoint

Einfache Präsentation mit Text, Grafiken und Bildern erstellen.

Esther Wank, EDV-Trainerin € 58,-

3x3 UE

Hauptschule Bleiburg

406-HS Vorbesprechung: Mittwoch, 14.09.11, 19:00 

Internet / E-Mail

Esther Wank, EDV-Trainerin € 58,-

3x3 UE

Hauptschule Bleiburg

506-HS Vorbesprechung: Mittwoch, 14.09.11, 19:00 

Englisch 1/A1


Kursbuch: Headway A1.

6 TN € 120,-/7 TN € 105,-/8 TN € 90,- /ab 9 TN € 80,-

Esther Striedner

10x2 UE

Hauptschule Bleiburg

606-HS Vorbesprechung: Dienstag, 13.09.11, 19:00 

Englisch für mäßig Fortgeschrittene /B1

Kursbuch: New Headway ab Lektion 9.

6 TN € 120,-/7 TN € 105,-/8 TN € 90,- /ab 9 TN € 80,-

Esther Striedner

10x2 UE

Hauptschule Bleiburg

706-HS Vorbesprechung: Dienstag, 13.09.11, 19:00 

Učimo se slovensko - Slowenisch für AnfängerInnen 1/A1

Kursbuch: A,B,C ... 1,2,3 GREMO.

6 TN € 120,-/7 TN € 105,-/8 TN € 90,- /ab 9 TN € 80,-

N. N.

10x2 UE

Hauptschule Bleiburg

806-HS Vorbesprechung: Dienstag, 13.09.11, 19:00 

Slowenisch für mäßig Fortgeschrittene B1


Kursbuch: A,B,C ... 1,2,3 GREMO.

6 TN € 120,-/7 TN € 105,-/8 TN € 90,- /ab 9 TN € 80,-

N. N.

10x2 UE

Hauptschule Bleiburg

906-HS Vorbesprechung: Dienstag, 13.09.11, 19:00 

Parliamo italiano - Italienisch 1/A1

Kursbuch: Allegro 1.

6 TN € 120,-/7 TN € 105,-/8 TN € 90,- /ab 9 TN € 80,-

N. N.

10x2 UE

Hauptschule Bleiburg

1006-HS Vorbesprechung: Dienstag, 13.09.11, 19:00 

Parliamo italiano - Italienisch für mäßig Fortgeschrittene B1


Kursbuch: Allegro 3.

6 TN € 99,-/7 TN € 85,-/8 TN € 74,- /ab 9 TN € 66,-

N. N.

10x2 UE

Hauptschule Bleiburg

1106-HS Vorbesprechung: Dienstag, 13.09.11, 19:00 

Ölmalerei

In diesem Kurs üben Sie die grundlegenden Fähigkeiten des Sehens, Zeichnens und Malens.

Joanna Katarina Buchwald-Jasinska € 80,-

8x2,5 UE

Hauptschule Bleiburg

1206-HS Beginn: Mittwoch, 14.09.11, 19:00

Tanzkurs für AnfängerInnen

Mit Walzer, Polka, Foxtrott und Cha-Cha-Cha fit in die Ballsaison. Für Jugendliche und Erwachsene. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, da die TeilnehmerInnenzahl beschränkt ist.

Gregor Krístof € 70,-

6x2 Stunden

Tanzschule Krístof, 9143 St. Michael ob Bleiburg, Hof 63

1306-HS Vorbesprechung: Freitag, 09.09.11, 19:00

Tanzkurs für Fortgeschrittene

Für Jugendliche und Erwachsene, die bereits einen AnfängerInnenkurs besucht haben, ihre Kenntnisse auffrischen und um Rumba, Samba, Tango erweitern wollen.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, da die TeilnehmerInnenzahl beschränkt ist.

Gregor Krístof € 70,-

8x1,5 Stunden

Tanzschule Krístof, 9143 St. Michael ob Bleiburg, Hof 63

1406-HS Vorbesprechung: Freitag, 09.09.11, 19:00

Disco Fox

Sie möchten mehr als nur den Grundschrift tanzen? Erlernen und erweitern Sie Ihre Kenntnisse über den zur Zeit beliebtesten Gesellschaftstanz. Schmücken Sie Ihre Tanzeinlage mit tollen Figuren und Drehungen. Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene geeignet.

Gregor Krištof

€ 50,-

5x1,5 Stunden

Tanzschule Krištof, 9143 St. Michael ob Bleiburg, Hof 63

1506-HS Vorbesprechung: Freitag, 09.09.11, 19:00

Pilates

Die Pilates-Technik nützt östliche Bewegungslehren und westliche Körperkultur. Kontrollierte Bewegung, Atemtechnik und Dehnung für eine bessere Körperhaltung in Beruf und Freizeit.

Imke Logar-Thiessen, Pilates-Trainerin

€ 100,-

13 x 1,5 UE

HS Bleiburg

1606-HS Beginn: Dienstag, 13.09.11



Hatha Yoga

Die bewusste Ausführung von Körper- und Atemübungen sowie Entspannung harmonisieren das Nerven-, Drüsen- und Kreislaufsystem, verbessern die Konzentrationsfähigkeit, verhelfen zu innerer Ruhe und zu mehr Beweglichkeit des Körpers in Beruf und Freizeit.

Bitte mitbringen: Matte und Decke.

Silvia Apovnik, Yoga-Trainerin

€ 100,-

10x2 UE

Hauptschule Bleiburg

1706-HS Beginn: Dienstag, 14.09.11, 19:00



Marc Kohl, Parfumeur und Dozent an der Akademie Aromatique, begleitet Sie in die Welt der Düfte und Aromen, während Sie lernen, Ihre eigenen Kosmetika herzustellen.

Parfumworkshop: Fr., 09.03. und

Sa., 10.03.2012, Klagenfurt

Info & Anmeldung: VHS Klagenfurt

unter 050 477 7000 oder

vhs-klagenfurt@vhsbtn.at



VOLKSHOCHSCHULE BAD EISENKAPPEL

Zweigstellenkoordination: Daniela Karničar

Telefon: 0650 / 41 87 679

E-Mail: vhs-eisenkappel@vhsbtn.co.at

Anmeldung und Auskunft:

• bei Daniela Karničar unter 0650 / 41 87 679

• E-Mail: vhs-eisenkappel@vhsbtn.co.at

• Erlagschein oder Telebanking – bei vorheriger telefonischer Anmeldung. Bitte Namen, Kurs und Kursnummer angeben!

Anmeldeformalitäten:

Jede Anmeldung ist verbindlich. Kurse können nur eine Woche vor Kursbeginn storniert werden. Verspätete Anmeldungen ziehen keinen Anspruch auf Reduzierung des Kursbeitrages nach sich. Im Übrigen gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) des Vereins „Die Kärntner Volkshochschulen“. Sie finden die AGB im Internet unter www.vhsbtn.at.

Start mit dem Computer - leicht gemacht!

Künftige EDV-AnwenderInnen erhalten eine Übersicht über die grundlegenden Funktionen für die praktische Arbeit am PC.

Arno Micheuz

€ 66,-

6x2 UE

HS Bad Eisenkappel

107-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00



EDV Grundlagen - Der optimale Einstieg in die Arbeit

Sie erarbeiten sich einen Überblick über die Grundlagen der Informationsverarbeitung und bekommen hilfreiche Tipps zur Beurteilung der Hard- und Software Ihres PCs.

Arno Micheuz

€ 66,-

6x2 UE

HS Bad Eisenkappel

207-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00



MS Word und MS Excel 2007

Arno Micheuz

€ 65,-

6x2 UE

HS Bad Eisenkappel

307-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00



Integrationskurs: Deutsch als Fremdsprache 1. Modul/A1

Für Lernende, die im Rahmen der Integrationsvereinbarungen einen Gutschein der Behörde ausgestellt bekommen haben, sowie für TeilnehmerInnen, die in kurzer Zeit ihr Deutsch verbessern wollen. Die TeilnehmerInnen erwerben Grundkenntnisse der deutschen Sprache für die (schriftliche und mündliche) Kommunikation im Alltagsleben. Bei der Anmeldung muss der Gutschein der Behörde mitgenommen werden.

Dr. Johannes Breitenegger, DaF Trainer € 71,-

10x2 UE
HS Bad Eisenkappel

407-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00 

Integrationskurs: Deutsch als Fremdsprache 2. Modul/A2

Dr. Johannes Breitenegger, DaF Trainer € 71,-

10x2 UE
HS Bad Eisenkappel

507-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00 

Slowenisch für AnfängerInnen A1

Kosten für Kursunterlagen ca. € 35,-.

Dir. Engelbert Ojster € 66,-

10x2 UE
HS Bad Eisenkappel

607-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00 

Italienisch für AnfängerInnen A1

Kursbuch: Allegro 1.

N. N. € 66,-

10x2 UE
HS Bad Eisenkappel

707-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00 

Pilatesstraining

Stärkung der Wirbelsäulenmuskulatur sowie Stabilisierung der Körperhaltung durch sanfte Belastung mit verschiedenen Hilfsgeräten. Zur Vorbeugung und Rehabilitation von Muskelschwächen, Haltungsschäden und Gelenksarthrosen.

Robert Tscharf € 44,-

12x1 UE
HS Bad Eisenkappel

807-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00 

Wirbelsäulen- und Gesundheitsgymnastik

Evelyn Nečemer, Gesundheits- und Fitnesstrainerin € 43,-

12x1 UE
HS Bad Eisenkappel

907-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00 

Musikalisches Fit-Training

Effektive, intensive Kräftigung sämtlicher Muskeln; Stretching; Entspannen. Als Ausgleich zu sitzenden Tätigkeiten, für körperliches Wohlbefinden und einen straffen Körper.

Evelyn Nečemer, Gesundheits- und Fitnesstrainerin € 52,-

20x1 UE
HS Bad Eisenkappel

1007-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00 

Kombiniertes Kraft- und Konditionstraining im Gymnastiksaal

Der ideale Ausgleich zu einseitiger körperlicher Belastung durch den Beruf. Keine besonderen körperlichen Voraussetzungen erforderlich.

Robert Tscharf € 47,-

10x1,5 Stunden
HS Bad Eisenkappel

1107-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00 

Kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining im Fitnessstudio

Unter Einbeziehung sämtlicher vorhandener Sportgeräte wie Ergometer, Laufband, Ruderggerät, Crosstrainer usw. werden motorische Grundeigenschaften verbessert, alle Muskeln gekräftigt, Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer trainiert und gleichzeitig wird Stress abgebaut.

Vorbesprechung in der HS Bad Eisenkappel

Maximilian Micheuz € 57,-

10x1,5 Stunden
Fitnessstudio im Tenniscenter Bad Eisenkappel

1207-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00 

Volleyball

Für jede Altersgruppe. Voraussetzungen: körperliche Fitness und Teamgeist.

Robert Tscharf € 47,-

12x2 UE
HS Bad Eisenkappel

1307-HS Vorbesprechung: Donnerstag, 22.09.11, 19:00

VOLKSHOCHSCHULE GRIFFEN

Zweigstellenkoordination:

Nicole Samer

Telefon: 050 477 7500**E-Mail:** vhs-griffen@vhsbtn.co.at**Anmeldung und Auskunft:**


- Anmeldung und Auskunft bei Nicole Samer, Öffnungszeiten siehe VHS Völkermarkt auf S. 5
- E-Mail: vhs-griffen@vhsbtn.co.at
- Erlagschein oder Telebanking – nach telefonischer, elektronischer oder persönlicher Anmeldung und Vorreservierung. Bitte unbedingt Namen, Kurs und Kursnummer angeben.
- Bankverbindung: Raiffeisenbank Völkermarkt/Griffen, BLZ: 39546, Ktnr. 85886

Anmeldeformalitäten:

Jede Anmeldung (persönlich, telefonisch oder per E-Mail) ist verbindlich. Kurse können nur eine Woche vor Kursbeginn storniert werden. Verspätete Anmeldungen ziehen keinen Anspruch auf Reduzierung des Kursbeitrages nach sich. Im Übrigen gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) des Vereins „Die Kärntner Volkshochschulen“. Sie finden die AGB im Internet unter www.vhsbtn.at.

Erste Schritte mit dem Computer

Den Computer verstehen und bedienen lernen, mit Computerprogrammen für den privaten Gebrauch arbeiten. Gruppenarbeit - Einzelarbeit. Keine Vorkenntnisse nötig.

Michael Kircher € 101,-
 9x2 UE
 Hauptschule Griffen, EDV-Raum
114-HS Beginn: Montag, 03.10.11, 19:00 

Mehr über Computer und Internet

Wir arbeiten mit MS-Word und MS-Excel und „surfen“ im Internet. Grundkenntnisse sind wünschenswert.

Michael Kircher € 101,-
 9x2 UE
 Hauptschule Griffen, EDV-Raum
214-FS Beginn: Montag, 30.01.12, 19:00 


Italienisch 1/A1

Kursbuch: Allegro 1 ab Lektion 1.
 5-7 TN € 133,-/8-10 TN € 101,-/ab 11 TN € 81,-

Michael Kircher

10x2 UE

Hauptschule Griffen


314-HS Beginn: Dienstag, 04.10.11, 19:00 **Italienisch 2/A1**

Kursbuch: Allegro 1, ab Lektion 5.
 5-7 TN € 133,-/8-10 TN € 101,-/ab 11 TN € 81,-

Michael Kircher

10x2 UE

Hauptschule Griffen

414-FS Beginn: Dienstag, 24.01.12, 19:00 **Herstellen von Propolis und Kräutercremen**

Propolis ist das natürlichste Antibiotikum und wird sehr gerne, auch in Verarbeitung mit Kräutern, zur Herstellung von Cremes verwendet.

Materialkosten: € 12,-

Elisabeth Fussi, Bienenwirtschaftsfachberaterin € 30,-

1x4 UE

Hauptschule Griffen

514-HS Termin: Freitag, 14.10.11, 14:00**Seife selbst herstellen**

Selbstgemachte Seifen können viel Freude bereiten. Sie fühlen sich beim Waschen ganz besonders an und eignen sich sehr gut als persönliches, individuelles Geschenk.

Materialkosten: € 15,-

Bitte mitbringen: Handtuch

Elisabeth Fussi, Bienenwirtschaftsfachberaterin € 30,-

1x4 UE


Hauptschule Griffen


614-HS Termin: Freitag, 28.10.11, 14:00**614-FS** Termin: Freitag, 20.01.12, 14:00**Yoga im täglichen Leben - Basiskurs**

Yoga ist ein ganzheitliches System zur Erlangung und Erhaltung der Gesundheit und zur Entwicklung der Persönlichkeit. Verschiedene Entspannungs-, Körper-, Atem- sowie Konzentrations- und Meditationstechniken sind Ziel dieses Kurses. Der Kurs ist für jedes Alter geeignet!

Bitte mitbringen: Matte, Decke, bequeme Kleidung, Socken

Irmgard Kahn - Yoga Zentrum Klagenfurt € 90,-
12x2 UE
Gymnastikraum HS Griffen


714-HS Beginn: Donnerstag, 29.09.11, 17:45 

714-FS Beginn: Donnerstag, 26.01.12, 17:45 

Yoga im täglichen Leben - Aufbaukurs

Fortsetzendes und festigendes Yoga-Training.
Bitte mitbringen: Matte, Decke, bequeme Kleidung, Socken

Irmgard Kahn - Yoga Zentrum Klagenfurt € 90,-
12x2 UE
Gymnastikraum HS-Griffen

814-HS Beginn: Donnerstag, 29.09.11, 19:30 


Gymnastikraum HS Griffen
814-FS Beginn: Donnerstag, 26.01.12, 19:30 


Pilates für AnfängerInnen

Die Pilates-Technik nützt östliche Bewegungslehren und westliche Körperkultur. Kontrollierte Bewegung, Atemtechnik und Dehnung für eine bessere Körperhaltung.

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, bequeme Kleidung, Socken

Birgit Perchtaler, Dipl. Pilates und Aerobic Trainerin € 64,-
12x1 UE
Volksschule Griffen, Turnsaal

914-HS Beginn: Montag, 26.09.11, 20:20 


914-FS Beginn: Montag, 23.01.12, 20:20 

Pilates für Fortgeschrittene

Der Rücken wird gezielt gekräftigt, mobilisiert und gedehnt. Ein ganzheitliches Konzept für einen gesunden Rücken und ein gestärktes Körperbewusstsein.

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, bequeme Kleidung, Socken

Birgit Perchtaler, Dipl. Pilates und Aerobic Trainerin € 64,-
12x1UE
Volksschule Griffen, Turnsaal

1014-HS Beginn: Montag, 26.09.11, 19:30 

Volksschule Diex
1014-FS Beginn: Montag, 23.01.12, 19:30 

Bewegung und Turnen für Kinder von 3 - 6 Jahren

Spielerisches, bewegungsreiches Workout für Kinder. Im Mittelpunkt stehen Freude an der Bewegung, Spiel und Spaß.

Bitte mitbringen: Turnkleidung

Achtung: Hallenschuhpflicht!

Mag.ª Andrea Marolt-Kirchbaumer € 36,-
10x1UE
Volksschule Griffen

1114-HS Beginn: Montag, 03.10.11, 15:00

1114-FS Beginn: Montag, 09.01.12, 15:00

Haltungs- und Bewegungsschulung für Kinder von 6 - 9 Jahren

Erlebnisstunde mit funktioneller Bewegungsschulung der Wirbelsäule.

Bitte mitbringen: Turnkleidung

Achtung: Hallenschuhpflicht!

Mag.ª Andrea Marolt-Kirchbaumer € 36,-
10x1UE
Volksschule Griffen

1214-HS Beginn: Montag, 03.10.11, 14:00

1214-FS Beginn: Montag, 09.01.12, 14:00

Individuallschulungen für Organisationen, Vereine, Firmen

Sie wollen auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Termine und maßgeschneiderte Schulungen? Bestimmen Sie Inhalt, Dauer und Ablauf des Kurses selbst!

Kostenlose und unverbindliche Betreuung an der Volkshochschule Völkermarkt:
vhs-voelkermarkt@vhsbtn.at oder 050-477 7500

Der Europäische Computerführerschein®

Der ECDL® ist ein international anerkanntes und inhaltlich genormtes Zertifikat, mit dem jeder/jede ComputerbenutzerIn seine/ihre grundlegenden und praktischen Kenntnisse und Fertigkeiten im Umgang mit dem Computer nachweisen kann.

Dieser Nachweis reicht von der Bedienung des Computers über die Arbeit mit typischen Büroanwendungen und dem Internet bis zu rechtlichen und gesellschaftlichen Aspekten im Umgang mit dem Computer.

Der ECDL® setzt sich aus sieben Teilprüfungen (= Modulen) zusammen, die in beliebiger Reihenfolge im autorisierten ECDL® Test Center Volkshochschule Klagenfurt abgelegt werden können.

Folgende Schwerpunktbereiche werden als Module bezeichnet und geprüft:

Modul 1: Grundlagen der Informationstechnologie (theoretisch)

Modul 2: Computerbenutzung und Dateimanagement

Modul 3: Textverarbeitung

Modul 4: Tabellenkalkulation

Modul 5: Datenbank

Modul 6: Präsentation

Modul 7: Information und Kommunikation

Prüfungskosten:

Skills Card: € 50,-

Prüfungsgebühr pro Modul: € 26,50

Die ECDL®-Prüfungen werden im Rahmen des AK-Bildungsgutscheines anerkannt und gefördert.

Termine für die ECDL-Prüfungen:

- Samstag, 24. 09. 2011
- Samstag, 15. 10. 2011
- Samstag, 26. 11. 2011
- Samstag, 17. 12. 2011
- Samstag, 14. 01. 2012
- Samstag, 11. 02. 2012
- Samstag, 10. 03. 2012
- Samstag, 14. 04. 2012
- Samstag, 12. 05. 2012
- Samstag, 16. 06. 2012
- Samstag, 07. 07. 2012

Prüfungsmodalitäten:

Die Prüfungen können in beliebiger Reihenfolge abgelegt werden. Folgende Software-Versionen können im Test Center Volkshochschule Klagenfurt gewählt werden:

Betriebssystem: Windows XP, Windows Vista, Windows 7

Office-Anwendungen: MS-Office 2003, MS-Office 2007, MS-Office 2010



Information und Anmeldung

Volkshochschule Klagenfurt
Bahnhofstraße 44
9020 Klagenfurt

Tel: 050 477 7000

E-Mail: vhs-klagenfurt@vhs-ktn.at

www.vhs-ktn.at

Grundbildung – Hauptschulabschluss

Grundbildung –

Lesen, Schreiben, Rechnen und Computer für Erwachsene



Wenn Sie Ihre Lese- und Schreibkenntnisse auffrischen und trainieren wollen, dann sind Sie bei uns genau richtig: In Kleingruppen lesen Sie Texte, üben Rechtschreibung und Grammatik. Außerdem können Sie bei uns die Grundrechnungsarten wiederholen und erlernen einfache Computeranwendungen.

Kursorte: Villach, Klagenfurt, St. Veit, Wolfsberg, Spittal an der Drau

Beginn: Oktober 2011, Einstieg jederzeit möglich

Kontakt: Mag.^a Ricarda Motschilnig MSc,
0676 / 845 870 103,
r.motschilnig@vhskt.n.at

„Alleine einen Brief oder eine Bewerbung schreiben können, ohne dass es jemand kontrollieren muss, ist einfach herrlich.“

Peter, 48 Jahre

Es ist nie zu spät!

Hauptschulabschluss nachholen



Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren aus Österreich und anderen Ländern können sich kostenlos auf das Nachholen des Hauptschulabschlusses vorbereiten – egal, ob sie einzelne negative Fächer ausbessern oder den ganzen Abschluss nachholen wollen.

Kursorte: Villach, Klagenfurt, Wolfsberg, Spittal an der Drau

Beginn: September 2011, Einstieg jederzeit möglich

Kontakt: Mag.^a Claudia Facciani-Rizzo,
050 477 7024 bzw. 0676 / 845 870 104,
c.facciani-rizzo@vhskt.n.at

„Es hat mich echt beschäftigt, dass ich keinen Hauptschulabschluss hatte. Jetzt stehen mir alle Türen offen.“

Kerstin, 19 Jahre

Die Kurse sind kostenlos und werden gefördert von:



bm:uk Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur



Sie möchten beruflich weiterkommen?

In den Minikursen bietet die VHS in Kooperation mit der Kompetenzberatung Kärnten einen kompakten Schnelleinstieg in das „Lebensbegleitende Lernen“

Meine Stärken entdecken!

Die meisten Menschen können mehr als ihnen bewusst ist. Dieser Minikurs bietet einen Einstieg in die systematische Erfassung der eigenen Stärken und kann als Ausgangspunkt zur beruflichen Orientierung und Zielfindung genutzt werden.

Trainer: Wolfgang Pöllauer

Uhrzeit: ab 16:30 Uhr (2 UE)

Termine: Mo., 17.10.11, AK-VHS, Klagenfurt
Mi., 23.11.11, AK-VHS, St. Veit
Mi., 25.01.12, AK-VHS, Völkermarkt

Zweiter Bildungsweg – ist das etwas für mich?

Studienberechtigungsprüfung, Abendmatura, Hauptschulabschluss oder Berufsreifeprüfung? Dieser Minikurs bietet Ihnen einen Überblick, wo und wie Sie Ihren Bildungsabschluss nachholen können. Neben allgemeiner Information bleibt genügend Zeit für persönliche Fragen.

TrainerIn: N.N.

Uhrzeit: ab 16:30 Uhr (2 UE)

Termine: Di., 20.09.11, AK-VHS, Klagenfurt
Di., 22.11.11, AK-VHS, St. Veit
Di., 24.01.12, AK-VHS, Völkermarkt

Bewerbungsunterlagen „Tipps und Tricks“

Es gibt keine zweite Chance für den ersten Eindruck! Die Bewerbungsunterlagen sind Ihre Visitenkarte bei der/dem zukünftigen ArbeitgeberIn. In diesem Minikurs erfahren Sie, wie Sie mit Ihren Unterlagen einen guten Eindruck hinterlassen.

TrainerIn: N.N.

Uhrzeit: ab 16:30 Uhr (2 UE)

Termine: Di., 18.10.11, AK-VHS, Klagenfurt
Mi., 01.02.12, AK-VHS, Spittal
Do., 02.02.12, AK-VHS, Villach
Di., 27.03.12, AK-VHS, Klagenfurt
Di., 08.05.12, AK-VHS, Villach

Ihr Outfit macht Eindruck!

„Was soll ich nur anziehen?“ – Kaum eine Frage bereitet am Tag des Vorstellungsgesprächs so viel Kopfzerbrechen wie diese. Im Minikurs wird für jede/n TeilnehmerIn der richtige Kleidungsstil erarbeitet. Machen Sie das Beste aus Ihrem Typ!

TrainerIn: N.N.

Uhrzeit: ab 16:30 Uhr (2 UE)

Termine: Mi., 19.10.11, AK-VHS, Klagenfurt
Di., 14.02.12, AK-VHS, Villach
Di., 28.02.12, AK-VHS, Spittal
Mi., 28.03.12, AK-VHS, Klagenfurt
Do., 10.05.12, AK-VHS Villach

Informationen zu den Minikursen erhalten Sie bei der **VHS Klagenfurt** unter **050 477 7000**.

Sämtliche Kurse sind kostenlos und werden abgehalten in Kooperation mit der



Die **Kompetenzberatung Kärnten** berät Sie gerne in folgenden Bereichen:

- berufliche Orientierung
- Weiterbildungsmöglichkeiten
- persönliches Stärkenprofil
- Bildungsabschlüsse
- Fördermöglichkeiten

Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und neutral.

Beratungstermine in der VHS Klagenfurt:

jeden 1. Dienstag im Monat von 16:30 – 18:30 Uhr
Voranmeldung unter 0463-504650 oder
office@kompetenzberatung.at

Weitere Infos: www.kompetenzberatung.at

Sprachen interaktiv und spontan lernen

Mit dem Programm TELL ME MORE® bieten die Kärntner Volkshochschulen die Möglichkeit zur selbstbestimmten sprachlichen Weiterbildung



Wollen Sie interaktiv lernen? Möchten Sie individuell und spontan entscheiden, wann, wo und was Sie lernen?

Dann sind Sie bei TELL ME MORE® genau richtig!

„Ein ausgezeichnetes Programm, das den Lerner inspiriert und zur Verbesserung motiviert – völlig unabhängig vom Ausgangslevel! Dank der hochwertigen Spracherkennung, der zielorientierten Übungsformen und des ausgezeichneten Supports ist TELL ME MORE® der eindeutige Sieger im Bereich des Sprachtrainings!“ (Top Ten Reviews)

Die Kärntner Volkshochschulen bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihre sprachliche Weiterbildung selbst in die Hand zu nehmen! Sie wählen zwischen **Englisch** (britisches und amerikanisches Englisch), **Italienisch, Französisch, Spanisch** (europäisches und lateinamerikanisches Spanisch), **Niederländisch** und/oder **Deutsch als Fremdsprache** die Sprache(n) aus, die Sie lernen wollen, wir geben Ihnen die Zugangsdaten, und los geht's! Ihr Kurs beginnt am Tag Ihrer Einschreibung und Anmeldung in das TELL ME MORE® System.

Voraussetzung: Sie haben einen Computer, eine Internetverbindung und einen Kopfhörer mit Mikrofon.

Kosten: Der Zugriff für ein ganzes Jahr und 1.000 Stunden Online-Übungen kosten bei den Kärntner Volkshochschulen € 150,- für eine Sprache. Jede weitere Sprache kostet nur € 50,-.

Selbstverständlich können Sie dazu auch ein Einzelcoaching als Begleitung buchen.

Mit TELL ME MORE® bekommen Sie eine komplette Sprachlernmethode:

- Abwechslungsreiche Themen aus Geschäftswelt und Alltagsleben
 - 2.000 Stunden Lerninhalt pro Sprache
 - 10.000 Übungen zu Hör- und Leseverstehen, mündlichem und schriftlichem Ausdruck sowie Grammatikkenntnissen und Wortschatz
 - Mehr als 200 interaktive Dialoge
 - Grammatikregeln, sortierbar nach Kategorie und Schwierigkeitsgrad
 - Umfangreiche Konjugationstabellen
 - Glossar mit 10.000 Einträgen, sortierbar nach Themenbereich und Schwierigkeitsgrad
 - 35 verschiedene Übungsarten
 - 6 verschiedene Workshops, u.a. zur Landeskunde
- Dazu finden Sie in TELL ME MORE® eine Lernbedarfsanalyse, individuelle Lernprogramme, eine Darstellung der Lernfortschritte, Tutorentools, Einstufungs-/Fortschritttests.

TELLMEMORE®

Weitere Infos & Anmeldung:

Volkshochschule Klagenfurt
Mag.^a Annalisa Adamo
Tel.: 050 477 7008
E-Mail: a.adamo@vhskt.at

Highlights der Volkshochschule Klagenfurt

Gärten intelligent planen und gestalten

Die TeilnehmerInnen planen und gestalten ihren Garten unter Berücksichtigung der Ausführung und laufenden Pflege.

Ing.ⁱⁿ Bianca Steininger, Gartengestalterin

1x12 UE, Wochenendkurs, € 100,-

Ort: ÖGB

Termin: FS: Fr., 10.02.12, 18:00-21:30 und

Sa., 11.02.12, 09:00-16:30

Sichtschutz für Garten, Terrasse oder Balkon

Lebendige, kreative und praktische Ideen zur Material- und Pflanzenverwendung.

Ing.ⁱⁿ Bianca Steininger, Gartengestalterin

1x4 UE, € 40,-

Ort: ÖGB

Termin: FS: Sa., 25.02.12, 09:00

Gestaltungsideen für Ihren Garten

Gartengestaltung Schritt für Schritt mit Praxisbeispielen.

Ing.ⁱⁿ Bianca Steininger, Gartengestalterin

1x4 UE, € 40,-

Ort: ÖGB

Termin: FS: Sa., 14.01.12, 09:00

Naturstein im Garten

Mauern, Terrassen, Wege und Treppen.

Ing.ⁱⁿ Bianca Steininger, Gartengestalterin

1x4 UE, € 40,-

Ort: ÖGB

Termin: FS: Sa., 03.03.12, 09:00

Mehr Freude an Musik mit Notenkenntnissen

Eine lockere Einführung in die „Geheimnisse“ der Notenschrift. Wir entzaubern Begriffe wie Intervall, Tonleiter, Dreiklang etc. und versuchen erste Schritte der Verbindung von Zeichen und Klang.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Dr. Werner Gruber, Musikprofessor

10x2 UE, € 86,-

Ort: BG Mössingerstraße

Beginn: HS: Di., 27.09.11, 18:00

Erste Harmonielehre

Von den harmonischen Stufen bis zur Kadenz und zum bezifferten Bass. Eine Einführung in die Akkordverbindungslehre mit Gehörschulung.

Voraussetzungen: Kenntnisse der allgemeinen Musiklehre.

Dr. Werner Gruber, Musikprofessor

10x2 UE, € 86,-

Ort: BG Mössingerstraße

Beginn: FS: Di., 28.02.12, 18:00

Alte deutsche Volkslieder neu entdeckt

Gemeinsames Erarbeiten von Liedgut in lockerer, humorvoller Atmosphäre. Chorgesang.

Martina Zahn, Opernsängerin und Andrea Lothspieler, Chorleiterin

5x2 UE, € 40,-

Ort: ÖGB

Beginn: HS: Do., 06.10.11, 19:00

Stimmbildung und Gesangstraining

Gesangsunterricht für alle, die Freude am Singen haben. Atemtechnik und Stimmbildung. Keine Korrepetition, keine Vorkenntnisse notwendig.

Sigrun Garcia, Sängerin

10x1 UE, € 42,-

Ort: Rosenbergstraße 6, Klagenfurt

Beginn: HS: Do., 29.09.11, 11:00, 16:00 oder 17:15

Beginn: FS: Do., 23.02.12, 11:00, 16:00 oder 17:15

Espresso - Latte Macchiato - Cappuccino

Kaffee ist das beliebteste Heißgetränk. Doch weiß so mancher Kellner nicht, was ein Latte Macchiato oder ein Cappuccino ist. Gemeinsam kosten wir uns durch.

Peter Ladinig, Präsident Ktn. Sommeliervereinigung

1x2,5 UE, € 20,-

Ort: Alpe Adria Weindepot, F.-Gröger-Straße

Termin: HS: Sa., 19.11.11, 10:00

Bei Nachfrage zweiter Kurs: 26.11., 10:00-12:00

– vielleicht ist auch für Sie etwas dabei?

Servus-Srečno-Ciao - Weinseminar

Der ultimative Vergleich von Weinen aus Kärnten, Slowenien und Italien. Verkosten Sie das Beste, was diese Länder zu bieten haben!

Peter Ladinig, Präsident Ktn. Sommeliervereinigung

1x2,5 UE, € 25,-

Ort: Alpe Adria Weindpot, F.-Gröger-Straße

Termin: HS: Do., 13.10.11, 17:00

Bei Nachfrage zweiter Kurs: 10.11.11, 17:00-19:00

Süße Verführung - Wein und Schokolade

Genießen Sie verschiedene Sorten feinsten Schokolade mit passenden Weinen von namhaften Winzern aus Österreich.

Peter Ladinig, Präsident Ktn. Sommeliervereinigung

1x2,5 UE, € 25,-

Ort: Alpe Adria Weindpot, F.-Gröger-Straße

Termin: HS: Do., 20.10.11, 17:00

Bei Nachfrage zweiter Kurs: 17.11.11, 17:00-19:00

Wein trifft Käse

Kommen Sie in den Genuss von Käse in Kombination mit erlesenen Weinen. Eine Gaumenfreude für alle LiebhaberInnen des ältesten Milchproduktes der Menschheit.

Peter Ladinig, Präsident Ktn. Sommeliervereinigung

1x2,5 UE, € 25,-

Ort: Alpe Adria Weindpot, F.-Gröger-Straße

Termin: FS: Do., 15.03.12, 17:00

Weine aus Kärnten

Er ist in aller Munde und erfreut sich steigender Beliebtheit. Wein aus Kärnten ist nicht neu, aber neu verpackt. Sie leben in einem wichtigen Weinland. Glänzen Sie beim nächsten Geschäftsessen oder bei FreundInnen mit Wissen darüber!

Peter Ladinig, Präsident Ktn. Sommeliervereinigung

1x2,5 UE, € 25,-

Ort: Alpe Adria Weindpot, F.-Gröger-Straße

Termin: FS: Do., 22.03.12, 17:00

Vollwertig kochen für Jung und Alt!

Vorspeisen, Suppen, Hauptspeisen und Salat mit Hirse, Buchweizen, Linsen, Tofu, Grünkern und Kichererbsen. Einfach und lecker!

Herta Gradischnig

1x3 UE, € 30,-

Ort: HS St. Ruprecht

Termin: HS: Do., 20.10.11, 18:00

Vegetarische Vollwertküche - Teigwaren

Die Verwendung von saisonalen und regionalen Produkten bei Gerichten wie z. B. Kärntner Nudelvariationen, Lasagne, Gnocchi, Spätzle. Zubereitung verschiedener Vollkornteigwaren und dazu passender Saucen.

Max Tarmann

1x3 UE, € 30,-

Ort: HS St. Ruprecht

Termin: HS: Mi., 19.10.11, 18:00

Vegetarische Vollwert- und Gemüseküche

Biologischer Gemüseanbau in Österreich, Vorteile für die Umwelt, Anregungen für den eigenen Gemüse- bzw. Kräuteraanbau. Zubereitung verschiedener kreativer und vollwertiger Gemüsegerichte.

Max Tarmann

1x3 UE, € 30,-

Ort: HS St. Ruprecht

Termin: FS: Di., 28.02.12, 18:00

Kärntner Sterzarten mit Häferlkafee

Sie lernen Mais-, Grieß-, Hadn- und Erdäpfelsterz sowie Polenta zuzubereiten.

Herta Gradischnig -

1x3 UE, € 28,-

Ort: HS St. Ruprecht

Termin: HS: Mi., 28.09.11, 18:00

Information und Anmeldung:

VHS Klagenfurt

Bahnhofstraße 44, 9020 Klagenfurt

Tel. 050 477 7000

E-Mail: vhs-klagenfurt@vhs-ktn.at

www.vhsktn.at

Gesundheit – Hilfe zur Selbsthilfe



In Kooperation mit team santé obere apotheke veranstaltet die Volkshochschule Villach eine Kursreihe zum Thema Gesundheit

Die zehn beliebtesten Arzneimittelirrtümer

Wirkung ohne Nebenwirkung? Erst die Dosis macht das Gift - so werden Arzneimittel wirksam.

Einheiten: 1 x 3 UE

Kosten: € 12,-

Ort: team santé obere apotheke, Villach

Referent: Dr. Klaus Schirmer, Apotheker

Termine: HS: Do., 13.10.2011, 18:30 Uhr

FS: Di., 06.03.2012, 18:30 Uhr

Gesund bleiben mit Heilkräutern

Wie sie Ihre persönliche Kräuter-Apotheke einrichten. Was Kräuter bewirken können und was nicht. Wogegen bzw. wofür ein Kraut gewachsen ist.

Einheiten: 1 x 3 UE

Kosten: € 12,-

Ort: team santé obere apotheke, Villach

Referent: Dr. Klaus Schirmer, Apotheker

Termine: HS: Mi., 02.11.2011, 18:30 Uhr

FS: Do., 12.01.2012, 18:30 Uhr

Gesund bleiben mit Hausmitteln und gebräuchlichen Arzneimitteln

Gut gerüstet für die häufigsten Notfälle. Was tun, wenn nichts im Haus ist? Was Sie auf keinen Fall tun sollten. Einheiten: 1 x 3 UE

Kosten: € 12,-

Ort: team santé obere apotheke, Villach

ReferentInnen: Petra Hirschberg, PKA

Dr. Klaus Schirmer, Apotheker

Termine: HS: Mi., 09.11.2011, 18:30 Uhr

FS: Do., 19.01.2012, 18:30 Uhr

Gesund bleiben mit Schüßler Salzen

Das Prinzip Schüßler Salze. Die Schüßler Hausapotheke. Einheiten: 1 x 3 UE

Kosten: € 12,-

Ort: team santé obere apotheke, Villach

ReferentInnen: Petra Hirschberg, PKA /Dr. Klaus Schirmer

Termine: HS: Do., 17.11.2011, 18:30 Uhr

FS: Do., 26.01.2012, 18:30 Uhr

Gesichtshautanalyse

Beginn mit Gesichtsmessung sowie Hauttyp-Analyse. Vorstellung und Test geeigneter Cremes für den jeweiligen Hauttyp.

Einheiten: 1 x 3 UE

Kosten: € 30,-

Ort: team santé obere apotheke, Villach - Beautybereich

Referentinnen: Julia Sandrieser, Domenica Keil, zertifizierte Kosmetikerinnen, Fußpflegerinnen

Termine: HS: Di., 18.10.2011, 18:00 Uhr

FS: Do., 15.03.2012, 18:00 Uhr

Make-up-Beratung

Finden Sie das optimale Make-up und lernen Sie es richtig aufzutragen.

Einheiten: 1 x 3 UE

Kosten: € 30,-

Ort: team santé obere apotheke, Villach- Beautybereich

Referentinnen: Julia Sandrieser, Domenica Keil, zertifizierte Kosmetikerinnen, Fußpflegerinnen

Termine: HS: Di., 25.10.2011, 18:00 Uhr

FS: Do., 22.03.2012, 18:00 Uhr

Gesunde Geschenke

Blicken sie hinter die Kulissen der Apotheke und bereiten Sie Produkte selbst zu. Von Lippenbalsam, Creme und Deo bis zum Mischen eines eigenen Raumduftes. Kreieren Sie Ihren eigenen Tee.

Einheiten: 2 x 3 UE

Kosten: € 45,- (inkl. Materialkosten)

Ort: team santé obere apotheke, Villach

ReferentInnen: Karin Gaggel, PKA /Dr. Klaus Schirmer, Apotheker

Termine: HS: Mi., 16.11. + 23.11.2011, 18:00 Uhr

FS: Mi., 14.03. + 21.03.2012, 18:00 Uhr

Informationen & Anmeldungen:

VHS Villach, Widmannngasse 11, 9500 Villach

Telefon: 050 477 7100

E-Mail: vhs-villach@vhsbtn.at

Reisen mit den Kärntner Volkshochschulen



Friaul - Kultur und Genießerfahrt

Fahrt nach Spilimbergo, Besichtigung der Mosaikschule, Stadtbummel, Weiterfahrt und Besuch bei einem Winzer in Valeriano mit Führung durch den Weinkeller sowie Weinverkostung mit kleinen kalten Köstlichkeiten, Abendessen in Caporiacco im Restaurant „Gabry“.

Abfahrt: 07:00 Uhr, Drauboden Parkplatz, Rückkehr: ca. 21:00 Uhr

Preis: € 75,- inkl. aller o. a. Leistungen

Reiseleitung: Inge Rauter

In Kooperation mit Ebner Reisen GmbH

Termin: Sa., 01.10.2011



Duino: Meer und Karst treffen einander!

Wir entdecken den Ort von Triest, erkunden eine versteckte Höhle, treffen einen einheimischen Bildhauer und lassen die Seele an der Küste und auf dem Karst baumeln.

Abfahrt: 07:00 Uhr, Busbahnhof Klagenfurt, Rückkehr ca. 22.00 Uhr

Preis: € 85,-



Reiseleitung: Mag.^a Annalisa Adamo, Native Speaker

In Kooperation mit Ruefa Reisen

Termin: HS, Sa., 01.10.2011

FS, Sa., 12.05.2012



Reise nach Marano di Lagunare

Mit dem Bus nach Marano di Lagunare, Schifffahrt in das Naturschutzgebiet der Lagune Marano sowie Hafenbesichtigung in Lignano. Nach kleinen Zwischenstopps Essen auf einer typischen Fischerinsel in der Lagune. Nach der Ankunft im Hafen besichtigen wir das malerische Städtchen Marano.

Abfahrt: 07:00 Uhr, Rückkehr: ca. 22:00 Uhr

Reiseleitung: Inge Rauter

Preis: € 75,- inkl. aller o. a. Leistungen.

In Kooperation mit Ebner Reisen GmbH

Termin: Sa., 16.02.2012



Studienreise nach London - A trip to London

Viertägiger Städtetrip mit klassischer Sightseeing-Tour, Theater- sowie Museumsbesuch und Shopping, bei dem Sie die erworbenen Sprachkenntnisse in der Praxis anwenden können. Die Reise wird mit dem Bildungsgutschein der AK Kärnten im Wert von € 100,- gefördert.

Vorbereitung: Donnerstag, 10.11.2011 um 19:00 Uhr, ÖGB Klagenfurt, Raum 5

Anmeldeschluss: Freitag, 27.01.2012

Reiseleitung: Birgit Freiburger

In Kooperation mit Springer Reisen

Termin: Do., 19.04. bis So., 22.04.2012

Informationen & Anmeldungen

VHS Villach

Widmannsgasse 11

9500 Villach

Telefon: 050 477 7100

E-Mail: vhs-villach@vhs.ktn.at

Informationen & Anmeldungen

VHS Klagenfurt

Bahnhofstraße 44

9020 Klagenfurt

Telefon: 050 477 7000

E-Mail: vhs-klagenfurt@vhs.ktn.at



AK
KÄRNTEN



AK-Bildungsgutschein

Die AK fördert
Weiterbildung mit **100 EURO**.
Lehrlinge und ArbeitnehmerInnen
ab 50 Jahren erhalten **150 EURO**.

JETZT BESTELLEN!
AK-HOTLINE **050 477-2300**

kaernten.arbeiterkammer.at