



Die **vhs**  
Volkshochschulen



Die Volkshochschulen  
im Kreis Herzogtum  
Lauenburg

**Programmheft**

**Herbst 2011**

**Wissen und mehr**

## Kontaktadressen

**VHS Aumühle-Wohltorf e.V.**  
Bergstr. 9, 21521 Aumühle  
Tel. und Fax: 04104 / 80360  
www.vhs-aumuehle-wohltorf.de  
VHS.AU-WO@gmx.de

**VHS Berkenthin e.V.**  
Schützenstraße 3,  
23919 Berkenthin  
Tel.: 04544/413  
Fax: 04544/614  
www.vhs-berkenthin.de  
info@vhs-berkenthin.de

**VHS Breitenfelde e.V.**  
Schulstraße 17,  
23881 Breitenfelde  
Tel.: 04542/853690  
Fax: 04542/89828  
www.vhs-breitenfelde.de  
leitung@vhs-breitenfelde.de

**VHS Büchen - Gudow e.V.**  
Postfach 1150, 21510 Büchen  
Tel.: 04155/3551  
Fax: 04155/3550  
www.vhs-buechen.de  
info@vhs-buechen-gudow.de

**VHS Dassendorf e.V.**  
Am Wendel 2a,  
21521 Dassendorf  
Tel.: 04104/699146  
Fax: 04104/699181  
www.vhs-dassendorf.de  
service@vhs-dassendorf.de

**VHS Lauenburg e.V.**  
Postfach 15 51,  
21474 Lauenburg/Elbe  
Tel.: 04153/5713009  
Fax: 04153/5719023  
www.vhs-lauenburg.de  
info@vhs-lauenburg.de

**VHS Mölln**  
Postfach 1330, 23879 Mölln  
Tel.: 04542/89660  
Fax: 04542/5986  
www.vhs-moelln.de  
post@vhs-moelln.de

**VHS Ratzeburg**  
Unter den Linden 1,  
23909 Ratzeburg  
Tel.: 04541/8000-146  
Fax: 04541/8000-9999  
www.vhs-ratzeburg.de  
volkshochschule@ratzeburg.de

**VHS Sandesneben-Nusse e.V.**  
Nelkenweg 16,  
23898 Sandesneben  
Tel.: 04536/808262  
Fax: 04536/808263  
www.VHS-Sandesneben.de  
vhs.sandesneben-nusse@gmx.de

**VHS Schwarzenbek e.V.**  
Berliner Straße 1-5,  
21493 Schwarzenbek  
Tel.: 04151/5388  
Fax: 04151/894522  
VHS.Schwarzenbek@t-online.de  
www.VHS-Schwarzenbek.de

## Liebe Hörerinnen und Hörer der Volkshochschulen im Kreisgebiet von Herzogtum Lauenburg,

der Herbst steht schon vor der Tür, nun wird es Zeit Ihnen unsere neuen Kurse für das Herbstprogramm vorzustellen. In diesem Programmheft finden alle erdenklichen Weiterbildungs- und Auffrischkurse, sowie umfangreiche Angebote für Ihre Gesundheit, Entspannung und die Kreativität.

Liebe Hörerinnen und Hörer ich möchte mich auf diesem Wege für Ihre vielen Kursbesuche und Ihre Treue recht herzlich bedanken. Sie haben in den letzten Jahren dafür gesorgt, dass die Kreisvolkshochschule die 3. größte VHS im Land Schleswig Holstein geworden ist. Dank Ihrer Mithilfe können wir, die Leiter der Volkshochschulen in Kreis, im Flächenland Herzogtum Lauenburg wohnungsnah unsere Kurse anbieten. Sie sind auch ein Garant dafür, dass die Volkshochschulen mit ihren Weiterbildungsangeboten immer zukunftsorientiert sind und auch bleiben werden. Um weitere Kurse anzubieten fehlten oftmals Dozentinnen/en die besondere Fähigkeiten haben, falls Sie schon immer mal Ihren Kurs an der VHS anbieten möchten, dann ist es jetzt an der Zeit sich mit einer Volkshochschule im Kreis in Verbindung zu setzen.

Suchen Sie sich aus unserem reichhaltigen Angebot nicht nur Weiterbildungskurse, sondern auch Kurse zur Stärkung der Gesundheit und Entspannungskurse, Tanz-, Musik- oder kreative Kurse aus. So stärken Sie ihre Lebensfreude, Körper und Geist. Ich wünsche ein gutes Gelingen und viel Freude.

*Ihr Herbert Hoffmann*

(Leiter der Kreisvolkshochschule)

Verfügbar für:  
T-Mobile, Vodafone, O<sub>2</sub>,  
eplus, Congstar, blau.de

**Handy-Guthaben aufladen:  
gebührenfrei an allen  
Geldautomaten der Kreissparkasse.**

Tel. 0 18 01 22 33 11\*  
www.ksk-ratzeburg.de/prepaid

 **Kreissparkasse  
Herzogtum Lauenburg**

Handy-Guthaben aufgebraucht? Probieren Sie doch einmal die clevere Lösung: Laden Sie Ihr Handy-Guthaben an den Geldautomaten der Kreissparkasse auf. Mit Ihrer SparkassenCard - schnell und einfach. Wo sich in Ihrer Nähe der nächste Geldautomat der Kreissparkasse befindet, erfahren Sie im Internet oder in der Telefonfiliale.

\* 3,9 Cent/Min. aus dem dt. Festnetz der T-Com, Mobilfunkpreis max. 42 Cent/Min.

## Volkshochschule der Sachsenwaldgemeinden Aumühle/Wohltorf e.V.

**1. Vorsitzende und Leiterin:** Brigitta Frfr. v. Richthofen, Tel. 04104/80360  
**2. Vorsitzende:** Dr. Pauline Puppel, Tel. 04104/908769, **Schatzmeisterin:** Ingeburg Röhreke, Tel. 04104/2938  
**Schriftführer:** Prof. Dr. Hans-Eckart Scharrer, Tel. 04104/5752  
**Geschäftsstelle:** Bergstr. 9, 21521 Aumühle, Tel. und Fax 04104/80360, www.vhs-aumuehle-wohltorf.de, e-mail: VHS.AU-WO@gmx.de  
**Öffnungszeiten:** montags, 14.00 bis 16.00 Uhr donnerstags, 9.00 bis 11.00 Uhr  
**Anmeldung:** Bei den entsprechenden Kursleiter(inne)n, wenn nicht anders angegeben.  
**Zahlungen:** Überweisung auf Kto.-Nr. 109 104 108, Kreissparkasse Aumühle, BLZ 230 527 50.

## Volkshochschule Berkenthin e.V.

**Leiterin:** Ute v. Keiser-Pytlík  
**Geschäftsstelle:** Schützenstraße 3, 23919 Berkenthin, Tel. 04544/413, Fax: 04544/614, e-mail: info@vhs-berkenthin.de, Internet: www.vhs-berkenthin.de  
**Ansprechpartnerin:** Ute v. Keiser-Pytlík  
**Bankverbindung:** KSK Berkenthin, BLZ 230 527 50, Konto-Nr. 600 50 20  
**Anmeldung:** Verbindlich telefonisch, verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr. Kurse kommen bei mindestens 8 voll zahlenden Teilnehmern zustande.  
**Zahlungen:** am ersten Abend beim jeweiligen Kursleiter in bar.  
**Ermäßigung:** auf Anfrage, für Mitglieder Euro 2,-  
**Abmeldung:** spätestens eine Woche vor Kursbeginn.

## Volkshochschule Breitenfelde e.V.

**Leiter:** Bernd-Dieter Hönicke  
**Geschäftsstelle:** Schulstraße 17, 23881 Breitenfelde, Tel. 04542/853 690, Fax: 04542/8 98 28, www.vhs-breitenfelde.de, e-mail: leitung@vhs-breitenfelde.de  
**Ansprechpartner:** B.-D. Hönicke, Karin Basau  
**Sprechzeiten:** montags bis freitags von 9.00 bis 12.00 Uhr (während der Schultage)  
**Bankverbindung:** Kreissparkasse Herzogtum Lauenburg, Kto.-Nr. 5 302 250, BLZ 230 527 50  
**Anmeldungen:** Telefonische, verbindliche Anmeldung montags bis freitags  
**Ermäßigung:** 25 % für Mitglieder, 50 % für Arbeitslose

## Volkshochschule Büchen - Gudow e.V.

**Leiterin:** Christine Uhde  
**Geschäftsstelle:** Schulzentrum Büchen, Schulweg 1 Eingang B 1, Raum B 125 (Parterre rechts), 21514 Büchen  
**Postanschrift:** Postfach 1150, 21510 Büchen  
**Ansprechpartner:** Christine Uhde (Leitung), Tel. 04155/816203, Ute Kruckow (Anmeldung Büchen und Gudow und Kursbetreuung Büchen), Tel. 04155/3551, Elma Sommerfeld (Kursbetreuung Gudow), Tel. 04547/1239, E-mail: info@vhs-buechen-gudow.de, Internet: www.vhs-buechen-gudow.de  
**Sprechzeiten:** mittwochs von 18.15 bis 19.45 Uhr (außer in den Ferien), Tel. und Fax 04155/3550  
**Bankverbindung:** Kreissparkasse Büchen (BLZ 230 527 50), Kto.-Nr. 200 22 56

**Anmeldung:** Durch Eintrag in die Kursliste am ersten Kursabend bzw. während der Vorbesprechung. Bei Wochenendveranstaltungen verbindliche schriftliche Anmeldung. Bezahlung der Kursgebühr im voraus.  
**Zahlung:** bis spätestens zum zweiten Kursabend in bar oder per Einzugsermächtigung.  
**Ermäßigung:** 20 % für Mitglieder und Ehepaare, die den Kurs gemeinsam besuchen, 50 % auf Antrag für Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger sowie für Inhaber einer Juleika. (Familienmitgliedschaften möglich!)  
**Abmeldungen:** In der Geschäftsstelle bis zur 2. Unterrichtsstunde kostenfrei. Bei späteren Abmeldungen müssen die Gebühren voll entricht-

et werden. Für schriftliche Mahnungen werden Euro 2,50 Gebühren erhoben. Bei Wochenendveranstaltungen bis spätestens 7 Tage vor Kursbeginn bei der VHS-Geschäftsstelle.

## Volkshochschule Dassendorf e.V.

**Leitung:** Andreas Hartung  
**Geschäftsführung:** Solveig Rohde  
**Büro:** Am Wendel 2a, 21521 Dassendorf  
 Tel. 04104/ 699 146, Fax: 04104/ 699 181  
 e-mail: service@vhs-dassendorf.de, Internet: www.vhs-dassendorf.de  
**Sprechzeiten:** Montag 17.00-18.00 Uhr, Dienstag 10.00-11.00 Uhr und Donnerstag 19.00-20.00 Uhr (außer in den Schulferien S.-H.)  
**Bankverbindung:** KSK Herzogtum Lauenburg, Konto-Nr. 109 548 960, BLZ 230 527 50  
**Anmeldung:** persönlich im Büro der VHS, telefonisch, per Fax, per E-mail oder schriftlich an o. g. Adresse  
 Wenn Sie sich zu einem Kurs per E-mail anmelden, erhalten Sie frühzeitig als Service das Kursangebot (Kurzprogramm) des nächsten Semesters per E-mail.  
**Zahlung:** bis spätestens zum zweiten Kurstag auf das o. g. Bankkonto.  
 Bei Wochenendveranstaltungen ist die gesamte Kursgebühr bis zu einer Woche vor Kursbeginn auf unser o. g. Konto zu überweisen.  
 Sollte die Mindestteilnehmerzahl (8 Teilnehmer) unterschritten werden, kann es zu einer Änderung der Kursgebühr kommen. Teilnahmebestätigungen sind als Service inklusive. Eine teilweise Rückerstattung der Kursgebühren ist in der Regel nicht möglich.  
**Abmeldungen:** bis eine Woche vor Kursbeginn, sonst ist die volle Kursgebühr zu entrichten  
**Ermäßigung:** 20 % von der Kursgebühr für Studenten, Schüler, Sozialhilfeempfänger, Arbeitslose und Auszubildende gegen Vorlage eines schriftlichen Nachweises. Für Kinder- und Jugendkurse gibt es keine Ermäßigung.

**Abmeldung:** bis eine Woche vor Kursbeginn, sonst ist die volle Kursgebühr zu entrichten  
**Ermäßigung:** 20 % von der Kursgebühr für Studenten, Schüler, Sozialhilfeempfänger, Arbeitslose und Auszubildende gegen Vorlage eines schriftlichen Nachweises. Für Kinder- und Jugendkurse gibt es keine Ermäßigung.

## Volkshochschule Lauenburg/Elbe e.V.

**Leitung:** Gan Tiong Lok  
**Postanschrift:** Postfach 15 51, 21474 Lauenburg/Elbe, Tel. 04153/5713009, Fax: 04153/5719023, Internet: www.vhs-lauenburg.de, e-mail: info@vhs-lauenburg.de  
**Anmeldung:** Ab Erscheinen des Programmheftes telefonisch unter der im Programmheft für den jeweiligen Kurs angegebenen Telefonnummer. Die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung.  
**Zahlung:** Am ersten Abend bei dem jeweiligen Kursleiter bar oder gemäß dem Wunsch der/der Dozentin/Dozenten.  
**Ermäßigung:** 10% für Mitglieder, 50 % für Schüler, Studenten, Auszubildende und Arbeitslose bei Vorlage einer entsprechenden Bescheinigung am ersten Kurstag, keine Ermäßigung bei Studienfahrten, Studienreisen.

## Volkshochschule Mölln

**Leiter:** Gerhard Kohrt, Tel.: 04542/89660, Fax: 04542/5986, e-Mail: post@vhs-moelln.de, Internet: http://www.vhs-moelln.de  
**Postanschrift:** VHS Mölln, Stadthaus, Wasserkrügerweg 16, Postfach 1330, 23879 Mölln  
**Bankverbindung:** Kreissparkasse, BLZ 230 527 50, Konto 100 53 20 778  
**Anmeldungen:** unter der Telefonnummer, die bei dem jew. Kurs angegeben ist. Die schriftliche Anmeldung erfolgt am ersten und zweiten Abend bei den Dozenten durch Eintrag in eine Liste.  
**Zahlung:** nach Rechnungserhalt auf das o. a. Konto; Sonderkurse werden direkt mit den Dozenten abgerechnet.  
**Ermäßigung** ist nur für Schüler, Studenten, Auszubildende, Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger nach Vorlage einer entspr. Bescheinigung möglich. Rentner und Schwerbehinderte stellen einen schriftlichen Antrag an den VHS-Leiter. Eine Ermäßigung kann nur gewährt werden, wenn eine Überprüfung des Einkommens und Vermögens nach §§ 76 - 79 Bundessozialhilfegesetzes ergibt, dass eine Zahlung des vollen Betrages unzumut-

bar ist. Bei Sonderkursen keine Ermäßigung.  
**Abmeldung:** nur schriftlich gegenüber dem VHS-Leiter. (Bis zur 2. Unterrichtsstunde kostenfrei, später müssen die Gebühren voll entrichtet werden.) Mündliche Absprachen im Kurs oder am Telefon sind ungültig.

## Volkshochschule Ratzeburg

**Leiter:** Holger Martens  
**Geschäftsführung:** Silvia Tessmer  
**Geschäftsstelle:** Unter den Linden 1, 23909 Ratzeburg, Tel. 04541/8000-146, Telefax: 04541/8000-9999  
 Email: volkshochschule@ratzeburg.de, Internet: www.ratzeburg.de  
**Ansprechpartner:** Herr Martens, Telefon: 0171/1020985  
**Bankverbindung:** Kreissparkasse Konto-Nr. 116 300, BLZ 230 527 50  
**Anmeldungen:** Bei den Dozenten oder bei den Kursen, für die keine Voranmeldung erforderlich ist, am ersten Abend bei der zuständigen Lehrkraft. Der Nachweis über die Gebührenzahlung ist am ersten Veranstaltungstag bei den Dozentinnen/Dozenten zu erbringen. Ein Bankabruf der Gebühren ist nicht möglich.  
**Ermäßigungen:** 50 % für Schüler, Erwachsene bei nachgewiesener Bedürftigkeit 25% Ermäßigung. Bitte erkundigen Sie sich bei der VHS.  
**Abmeldungen:** In der Geschäftsstelle bis zur 2. Unterrichtsstunde kostenfrei. Bei späteren Abmeldungen müssen die Gebühren voll entrichtet werden. Für schriftliche Mahnungen werden Euro 2,50 Gebühren erhoben.

## Volkshochschule Sandesneben - Nusse e.V.

**Leiter:** Herbert Hoffmann  
**Geschäftsstelle:** Nelkenweg 16, 23898 Sandesneben, Tel. 04536/808262, Fax 04536/808263  
 E-mail: vhs-sandesneben-nusse@gmx.de, Internet: www.VHS-Sandesneben.de  
**Bankverbindung:** KSK Sandesneben, Konto Nr. 8002 231, BLZ 230 527 50  
**Anmeldung:** unter der jeweiligen Telefonnummer des Kurses.  
**Zahlung:** am ersten Abend bei der Kassiererin in bar.  
**Materialkosten:** Anfallende Materialkosten müssen in dem Kurs zusätzlich bezahlt werden.  
**Mitgliedsbeiträge:** Einzelpersonen Euro 5,-, Ehepaare Euro 8,-  
**Ermäßigung:** 50 % für Arbeitslose, für Mitglieder jeweils Euro 4,- pro Kurs.  
 Diese Teilnahmebedingungen gelten auch für Nusse.

## Volkshochschule Schwarzenbek e.V.

**Leiterin:** Kathrin Krüger  
**Geschäftsstelle:** VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude, 21493 Schwarzenbek, Tel. 04151/5388, Fax: 04151/894522  
 e-mail: VHS.Schwarzenbek@t-online.de, Internet: www.vhs-Schwarzenbek.de  
**Ansprechpartner:** Frau Krüger, Frau Erdmann  
**Sprechzeiten:** montags, dienstags, freitags 9.00 bis 12.00 Uhr, donnerstags 14.30 bis 18.00 Uhr  
**Bankverbindung:** Hypo Vereinsbank, Schwarzenbek, BLZ 200 300 00, Konto-Nr. 8 490 730  
**Anmeldungen:** Schriftlich mit der im Programmheft beiliegenden Anmeldekarte.  
**Zahlung:** Durch Erteilung einer Einzugsermächtigung mit Unterschrift auf der Anmeldekarte oder durch Überweisung der Kursgebühr spätestens zu Kursbeginn auf o. g. Konto.  
 Für Mahnungen wird eine Gebühr von Euro 2,50 erhoben. Bei einer evtl. Rückbuchung der eingezogenen Kursgebühr trägt der Kursteilnehmer die uns in Rechnung gestellten Bankgebühren.  
**Ermäßigungen:** 25 % für SchülerInnen, Studentinnen, Auszubildende, 50 % für Empfänger von ALG II, Sozialhilfe oder Grundsicherung gegen Vorlage einer entsprechenden Bescheinigung. Mitglieder zahlen um 10 % geringere Kursgebühren.  
**Abmeldungen:** schriftlich bis spätestens 3 Werktage vor Kursbeginn bei der VHS-Geschäftsstelle vorliegend.

## Es gilt außerdem für die meisten Volkshochschulen:

## Teilnahmebedingungen

Es erfolgt seitens der VHS keine schriftliche oder telefonische Bestätigung! Sie werden in der Regel nur benachrichtigt, wenn aus Kurs ausfällt oder bereits belegt ist. Kurse können nur stattfinden bei mindestens 8 Teilnehmern, wird diese Mindestteilnehmerzahl unterschritten, erhöht sich die Kursgebühr entsprechend. Bei einigen Kursen entstehen Materialkosten, wie auch Kosten für die Benutzung von Maschinen. Diese Kosten werden zusätzlich zu den Hörgeldern erhoben. Eine evtl. Rückzahlung der Gebühr kann nur erfolgen, wenn Kurse von der VHS abgesetzt wurden.  
 Die VHS kann keinerlei Haftung übernehmen, namentlich auch nicht für Unfälle auf Wegen, Exkursionen, in Gebäuden und Hörsälen sowie für Gesundheitsschäden oder Verluste und Beschädigungen von Kleidungsstücken und Fahrzeugen. Die Teilnehmer der VHS-Veranstaltungen sind gegen Unfall- und Haftpflichtschäden seitens der VHS im allgemeinen nicht versichert. Vor dem Besuch bestimmter Kurse der Gesundheitsbildung klären Sie bitte mit Ihrem Hausarzt, ob eine Teilnahme für Sie in Frage kommt. In den schleswig-holsteinischen Schulferien findet in der Regel kein Unterricht statt.  
 Bitte beachten Sie, daß das Rauchen in den Schulen nicht gestattet ist.  
 Bei diesen Teilnahmebedingungen handelt es sich um eine vereinfachte und verkürzte Fassung. Für Detailfragen wenden Sie sich bitte an Ihre VHS.  
 Werden Sie Mitglied Ihrer Volkshochschule! Die Volkshochschulen gewähren ihren Mitgliedern in der Regel Ermäßigungen für die meisten Kurse. Bei Interesse erkundigen Sie sich bitte bei den VHS-Leiterinnen und VHS-Leitern.

## VHS-Programm-Zeitung

### Herzogtum Lauenburg Ausgabe Herbst 2011



Verteilung an alle erreichbaren Haushalte des Kreises Herzogtum Lauenburg (außer Geesthagen)

**Druckauflage:**  
78.200 Exemplare

**Verlag:**  
Prima Druck + Verlag GmbH & Co. KG, Ratzeburg, Tel. 04541 / 8809-0

**Kooperationspartner:**  
MARKT-Verlag  
Karl Heinz Bude GmbH & Co. KG, Ratzeburg  
KG DPV Direktpreservertrieb GmbH & Co., Ratzeburg  
Sonntags Kurier Verlags GmbH, Schwarzenbek

**Für den Inhalt außer für das Kursangebot verantwortlich:**  
Dipl.-Betriebswirt Klaus Flaschka

**Für das Kursangebot verantwortlich:**  
Kreisvolkshochschule  
Herzogtum Lauenburg e.V.,  
Herbert Hoffmann

**Satz:**  
Prima Rotationsdruck Nord GmbH & Co. KG, Wittenburg

**Druck:**  
Prima Rotationsdruck Nord GmbH & Co. KG, Wittenburg

**Vertrieb:**  
Prima Vertriebs- und Rotationsdruck GmbH & Co. KG, Parchim

**Titelfoto:**  
djd/fotolia.com

Konzept und Ausführung der Programmzeitung und Anzeigenentwürfe sind urheberrechtlich geschützt.

## Inhaltsverzeichnis

## Aumühle

Bismarckturm – Führungen.....	9
Deutsch als Fremdsprache .....	18
Digitalfotografie/Bildbearbeitung ...	16
EDV (Grundlagen und Word, auch für Senioren) .....	13
Englisch .....	19
Entspannung: Work-life-balance .....	9
Französisch .....	22
Französische Musik.....	48
Gitarre .....	49
Gymnastik.....	36
Kinderkurse (Töpfern, Hausaufgabenhilfe, Weihnachtsbäckerei) .....	
Konzert zur Semestereröffnung .....	48
Literaturkreis .....	47
Malen/Zeichnen .....	41
Patchwork und Quilting .....	46j
Philosophie (Schleiermacher-Kolleg) .	9
Pilates.....	34
Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen .....	31
Qigong .....	30
Rückenschule .....	36
Shiatsu - Schnupperkurs .....	34
Singkreis Aumühle.....	48
Spanisch .....	27
Töpfern .....	44
Vorträge.....	9
Yoga .....	28

## Berkenthin

Buchbinden.....	44
Dänisch.....	18
Englisch .....	20
Feldenkrais.....	36
Französisch .....	22
Gitarre .....	49
Gymnastik.....	35
Italienisch .....	25
Kalligraphie.....	41
Malen/Zeichnen .....	41
Nordic Walking.....	37
Patchwork.....	46
Qigong .....	30
Schüßlersalze - Mineralstofftherapie	39
Stricken.....	45

T'ai Chi Ch'uan .....	30
Töpfern .....	44
Vorträge (Demenz/Alzheimer, Energiesparen, Schimmel in Gebäuden).....	6
Yoga .....	29

## Breitenfelde

Bierbrauen .....	54
Entspannung.....	31
Gymnastik.....	35
Herbstdekoration.....	45
Kinderkurs (Autogenes Training) ....	33
Pilates.....	34
Plattdeutscher Vorleseabend.....	26
Reiki .....	40
Weihnachtsdekoration .....	45

## Büchen

Akkordeon .....	49
Autogenes Training.....	33
Chor .....	48
Computerschreiben .....	12
Deutsch als Fremdsprache .....	18
EDV (Einführung, Excel) .....	13
Englisch .....	20
Feldenkrais.....	36
Fitnessrends.....	35
Flötenkreis (Collegium Musicum Büchen) .....	49
Französisch .....	22
Gedächtnistraining .....	11
Gitarre .....	49
Gymnastik.....	35
Heilpraktiker (Infoabend) .....	40
Italienisch .....	25
Kinderkurse (Skater-Sicherheitstraining, Malen/Zeichnen, Nähen, Akkordeon, Gitarre, Trommeln) .....	
Klangmassage.....	31
Kochen für Männer.....	52
Kochen.....	52
Malen/Zeichnen .....	41
Nähen.....	46
Nia – Meditativer Tanz.....	33
Nordic Walking.....	37
Pilates.....	34
Pilze sammeln, bestimmen und zubereiten .....	10
Plattdeutsche Frühschoppen .....	26
Reiki .....	40
Rückengymnastik .....	36
Russisch.....	26

Säuglingsernährung - Vortrag .....	38
Skater-Sicherheitstraining .....	37
Spanisch .....	27
Stick-o-robic.....	35
Stimmbildung und Atemtraining ....	48
Tai Chi / Qi Gong.....	30
Tanz (Orientalisch).....	51
Theaterfahrten .....	55
Trommeln.....	50
Vorträge.....	6
Yoga .....	29

## Dassendorf

Buchführung (auch mit Lexware) ...	11
EDV (Einführung, Word, Powerpoint, Excel, Aufbaukurse) .....	13
Englisch, Wirtschaftsenglisch .....	19
Filzen .....	44
Filmbearbeitung .....	17
Gitarre .....	49
Gymnastik.....	36
Italienisch .....	25
JinShinJyutsu.....	33
Kinderkurse (Spielkreis, Vorschulkurs, Tastaturschreiben, EDV, Englisch, Selbstverteidigung, Filzen, Zeichnen, Literatur, orient. Partybuffet) .....	
Literatur.....	46
Kochen.....	52
Malen/Zeichnen .....	41
Selbstverteidigung/Kung Fu .....	37
Spanisch .....	27
Theaterfahrten .....	55
Videobearbeitung mit Pinnacle Studio.	17
Vortrag „Gefahren des Internets“ ....	7

## Gudow

Bildhauerei.....	45
Englisch (Wirtschaftsenglisch).....	22
Erste Hilfe .....	39
Flechten von Gartendeko aus Weide .	44
Kinderkurse (Weihnachtsbasteln, Handarbeiten) .....	45

Lehmbauseminar.....	10
Nähen.....	46
Pilze sammeln, bestimmen und zubereiten .....	10

## Lauenburg

Autogenes Training.....	33
Bachblüten.....	40
Bierbrauen .....	54
Buchhaltung (Xpert Business) .....	12
Computerschreiben .....	12
Demenzbetreuung.....	7
EDV (Einführung, Aufbaukurse, Word, Excel, Büroalltag mit Office).....	13
Englisch .....	19
Entspannung.....	31
Ernährung.....	38
Fasten.....	38
Filzen.....	44
Fotografieren.....	47
Französisch .....	24
Führungskräfteseminare .....	9
Gitarre .....	49
Golfspielen.....	38
Gymnastik.....	36
Homöopathische Taschenapotheke..	40
Italienisch .....	25
Kinderkurse (Computerschreiben, Reiki) ..	
Kinesiologie .....	40
Kochen.....	53
Literatur .....	46
Malen/Zeichnen (auch Bob Ross-Technik).....	43
Meditation .....	31
Mentaltraining .....	9
Pflegeversicherung (Vortrag).....	8
Pendeln.....	33
Polnisch .....	26
Raucher-Entwöhnung .....	41
Reiki .....	40
Rente (Vorträge).....	7
Schüssler-Salze.....	39
Schwerbehindertenrecht (Vortrag)....	8

Tradition die verbindet ...

## EDEKA Markus Böcker

Unser Service für Ihre Feste:

Catering für Familienfeiern,

**Getränke (im Kommissionskauf), Kalte Platten, Fingerfood, Grillfest-Service, Warm-/kalte Buffets, Lieferservice, Miet-Cocktailbar ...**

Büchener Weg 5 - 7 • 21481 Lauenburg  
04153 / 58310 • [www.boecker-lauenburg.de](http://www.boecker-lauenburg.de)





## Einzelveranstaltungen

**Info-Abend für Säuglingsernährung**  
**Was ist das Beste für mein Baby?**

Termin: nach Absprache  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesundheit - Ernährung“, Seite 38  
VHS Büchen - Gudow e.V., Tel. 04155/3551

**Semestereröffnungskonzert**

Montag, 05.09.2011, 19.30 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Kultur - Musik“, Seite 48  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

**Von Krankheit in Erwerbsminderungsrente!**  
**Was ist zu beachten?**

Dienstag, 06.09.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Wirtschaft“, Seite 7  
VHS Lauenburg

**Unser gutes Recht im Alltag**

**1. Abend: Mietrecht**  
Montag, 12.09.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Recht“, Seite 8  
VHS Mölln

**Rentenreformgesetz bringt viele Verschlechterungen (Rente ab 67)**

Dienstag, 13.09.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Wirtschaft“, Seite 7  
VHS Lauenburg

**Das Leben sitzt im Darm**

Donnerstag, 14.09.2011, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesundheit - Ernährung“, Seite 38  
VHS Büchen-Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/890409

**Plattdüütscher Fröhschoppen**  
**Inge vertellt wedder**

Sonntag, 18.09.2011, 11.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Sprachen - Plattdeutsch“, Seite 26  
VHS Büchen-Gudow e.V., Tel. 04155/3639 u. 3551

**Was macht eigentlich ein Heilpraktiker?**

Montag, 19.09.2011, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesundheit“, Seite 40  
VHS Büchen-Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/890409

**Unser gutes Recht im Alltag**

**2. Abend: Erbrecht**  
Montag, 19.09.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Recht“, Seite 8  
VHS Mölln

**„Das Schwerbehindertengesetz“**

Termin: Dienstag, 20.09.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Recht“, Seite 8  
VHS Lauenburg

**Aumühle aus der Vogelperspektive**

**Führung auf den Bismarckturm**  
Mittwoch, 21.09.2011, 15.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Heimatkunde“, Seite 9  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

**Unser gutes Recht im Alltag**  
**3. Abend: Straßenverkehrsrecht**

Montag, 26.09.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Recht“, Seite 8  
VHS Mölln

**Plattdüütscher Fröhschoppen**  
**Mal sööt, mal suer - jüst as dat Leven**

Sonntag, 09.10.2011, 11.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Sprachen - Plattdeutsch“, Seite 26  
VHS Büchen-Gudow e.V., Tel. 04155/3639 u. 3551

**Rente und Besonderheiten für DDR-Zeiten**

Dienstag, 11.10.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Wirtschaft“, Seite 7  
VHS Lauenburg

**Impressionen aus Kambodscha**

Donnerstag, 27.10.2011, 19.30 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Länder/Kulturen“, Seite 9  
VHS Aumühle und Wohltorf, Tel. 04104/80360

**Herausforderung Demenz/Alzheimer**

Donnerstag, 27.10.2011, 17.00 bis 19.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft“, Seite 7  
VHS Berkenthin

**Das Internet: Gefahren und Risiken für Kinder**  
**Ein Leitfadens für Eltern**

Termin: Donnerstag, 27.10.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft“, Seite 7  
VHS Dassendorf

**Feuchtigkeit und Schimmelpilz: entfernen und verhindern**

- Vortrag in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e.V.  
Termin: Dienstag, 01.11.2011, 19.30 bis 21.30 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Umwelt/Technik“, Seite 10  
VHS Berkenthin

**Achtung - richtige Rente**

Dienstag, 01.11.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Wirtschaft“, Seite 7  
VHS Lauenburg

**La musique française**

Termin: Freitag, 04.11.2011, 19.00 bis 21.15 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Sprachen - Französisch“, Seite 48  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

**Plattdüütscher Fröhschoppen**  
**Lach di gesund**

Sonntag, 06.11.2011, 11.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Sprachen - Plattdeutsch“, Seite 26  
VHS Büchen-Gudow e.V., Tel. 04155/3639 u. 3551

**Energiesparen - wie geht das?**

- Vortrag in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e.V.  
Termin: Dienstag, 08.11.2011, 19.00 bis 21.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Umwelt/Technik“, Seite 9  
VHS Berkenthin

**Pflegeversicherung**

Dienstag, 08.11.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Wirtschaft“, Seite 8  
VHS Lauenburg

**Silber - Seit der Bankenkrise ein Metall mit Zukunft?**

Donnerstag, 10.11.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Wirtschaft“, Seite 8  
VHS Lauenburg

**Plattdeutscher Vorleseabend**

Mittwoch, 16.11.2011  
Beschreibung siehe Rubrik „Sprachen - Plattdeutsch“, Seite 26  
VHS Breitenfelde, www.vhs-breitenfelde.de

**Denkshop**  
**Warum wählen?**

**- Es ändert sich eh nichts!**  
Donnerstag, 17.11.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Politik“, Seite 7  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

**Aumühle aus der Vogelperspektive**  
**Führung auf den Bismarckturm**

Mittwoch, 24.11.2010, 15.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Heimatkunde“, Seite 9  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

**Plattdüütscher Fröhschoppen**  
**Fröhliche Weihnachten**

Sonntag, 11.12.2011, 11.00 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Sprachen - Plattdeutsch“, Seite 26  
VHS Büchen-Gudow e.V., Tel. 04155/3639 u. 3551

**New York - Weltstadt der Gegensätze**

Montag, 12.12.2011, 19.30 Uhr  
Beschreibung siehe Rubrik „Gesellschaft - Länder/Kulturen“, Seite 9  
VHS Aumühle und Wohltorf, Tel. 04104/80360

**VHS-Büchen-Gudow feierte Geburtstag**

Von ihrer besten Seite zeigte sich die VHS-Büchen-Gudow e.V. am 9. April 2011 anlässlich des Empfangs zu ihrem 60. Geburtstag in der Priesterkate in Büchen -Dorf.

Farbenfroh und vielfältig präsentierte sich die VHS mit temperamentvollen orientalischen Tanzeinlagen, einer flotten Modenschau und fröhlichen Liedereinlagen des Chores „La musica“ unter der Leitung von Jens Uwe Kirsten. Einblicke in die Historie – und dies auch auf platt – gaben langjährige Mitglieder. Über die heutige Arbeit berichtete die Leiterin Frau Uhe und neben Reden geladener Honoratioren brachte es Büchens Bürgermeister Uwe Möller auf den Punkt:

„Die Volkshochschule Büchen-Gudow e.V. steht für Qualität im ländlichen Raum.“  
Eine rundum gelungene Veranstaltung!



**Gesellschaft**

**Das Internet: Gefahren und Risiken für Kinder**

DA

**Ein Leitfaden für Eltern**

Leitung: Polizeihauptkommissar Hr. Appel und Hr. Vering

Bereits im Grundschulalter lernen Kinder das Internet zu benutzen. Nicht immer werden die Eltern mit einbezogen. Dieser Leitfaden soll Eltern helfen Gefahren für Kinder zu erkennen und Risiken für ihre Kinder zu vermeiden.

Donnerstag, 27.10.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
Gebühr: Euro 4,50 **Kurs-Nr. U 100 00**

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 969 919

**Herausforderung Demenz/Alzheimer**

BE

Leitung: Barbara Kollenbrandt

An diesem Abend erfahren Sie Wissenswertes über die Erkrankung und erhalten Anleitungen und Anregungen zum Umgang mit erkrankten Menschen. Frau Barbara Kollenbrandt ist Diplomsozialarbeiterin und seit 10 Jahren für die Alzheimer Gesellschaft Ratzeburg tätig.

Donnerstag, 27.10.2011, 17.00 bis 19.00 Uhr

Ort: Schule in Berkenthin

Gebühr: keine

VHS Berkenthin

Anmeldung: Kollenbrandt Tel. 04544/1377,  
Internet: vhs-berkenthin.de

**Demenzbetreuung**

LA

Leitung: Christiane Hoyer,

Demenzbetreuerin u. Stressbewältigerin

In einem wertschätzenden und geschützten Rahmen schauen wir uns an, was es bedeutet, einen nahen Menschen mit einer Demenzerkrankung zu begleiten. Mit Achtsamkeit können wir uns selbst und dem Erkrankten begegnen lernen. Wir üben uns in Methoden um besser mit den Belastungen umzugehen.

Termine:

Dienstag, 08.11.2011, 19.00 bis 21.00 Uhr

Samstag, 12.11.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr

Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße

Gebühr: Euro 27,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: 04862 102633, 040 4327075

tagsüber,

E-Mail: Hoyer1957@web.de

**Zivilcourage - Wie geht das?**

SB

Leitung: Oliver Blöse

Gewalt gegen Ausländer, Mobbing, „Abziehen“, Stalking – fast jeden Tag gibt es solche und ähnliche Meldungen in der Presse. Und leider auch immer wieder Berichte über Menschen, die helfen wollten und dann selber in Gefahr gerieten.

Wie kann ich mich in einer solchen Lage verhalten? Ich möchte helfen, aber nicht selber zum Opfer werden! Was kann (und was muss) ich tun?

Im Kurs werden die Teilnehmer gemeinsam mit dem Dozenten Lösungswege erarbeiten, um gewaltfrei helfen zu können. Hierbei stehen Körpersprache und Deeskalation im Vordergrund, aber auch gesetzliche Bestimmungen, Einbeziehung von Umstehenden oder das Absetzen eines Notrufs werden behandelt.

Beginn: Bitte wenden Sie sich an die VHS

Schwarzenbek!

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**Politik**

**Denkshop**

SB

**Warum wählen?**

- **Es ändert sich eh nichts!**

Leitung: Dr. Helmut Brüggmann

Brauchen wir Wahlen? Sollten wir die Basisdemokratie bzw. die direkte Demokratie mit Volksentscheiden einführen? Welchen Einfluss haben die Medien auf die Meinungsbildung der BürgerInnen? Es werden die unterschiedlichen Demokratieformen und die Rolle der Medien in einer demokratischen Gesellschaft vorgestellt.

Demokratie lebt vom Kampf der Meinungen - anschließend wird die provokante Kursüberschrift diskutiert.

Donnerstag, 17.11.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

Gebühr: Euro 4,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**Geschichte**

**Die Geschichte Preußens II**

RZ

Leitung: Bernd Hartmann

Im Teil II der Geschichte Preußens behandeln wir die Zeit von der Mitte des 18. Jahrhunderts an, nachdem wir im letzten Semester bis zu Friedrich dem Großen gekommen waren.

Beginn: 04.10.2011

Termine: 20mal dienstags ab 10.30 Uhr

Ort: SWR in Ratzeburg

Gebühr: Euro 40,00

VHS Ratzeburg

**Wirtschaft**

**Achtung - richtige Rente??**

LA

Leitung: Doris Eschbacher/Ronny Pfeifer, unabhängige Rentenberater (gerichtl. zugelassen)

- Sind wirklich so viele Rentenbescheide falsch, wie Presse Rundfunk und Fernsehen immer wieder berichten?

- Welche Fehlerquellen gibt es überhaupt?

- Was kann ich im Vorwege tun, damit meine Rente richtig berechnet wird?

- Was mache ich, wenn mein Bescheid falsch ist?

Weitere Fragen der Teilnehmer sind erwünscht und werden nach Möglichkeit beantwortet.

Termin: Dienstag, 01.11.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 3,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04151 894222, E-Mail d.eschbacher-rente@t-online.de oder einfaches Erscheinen

**Rentenreformgesetz bringt viele Verschlechterungen**

LA

**(Rente ab 67)**

Leitung: Doris Eschbacher/Ronny Pfeifer, unabhängige Rentenberater (gerichtl. zugelassen)

- Auswirkungen dieses Gesetzes für künftige

Rentnerinnen und Rentner

- Verschiebungen des geplanten Renteneintritts  
- Abschlagsregelungen und damit Kürzungen der Renten

- Wegfall einiger Rentenarten für Rentnerjahrgänge ab 1952

- Welche Rentenart kann ich für mich nutzen

- Neue Rentenart für besonders langjährig Versicherte mit 45 Jahren Pflichtbeiträge

- Vertrauensschutz und damit keine Änderungen gegenüber dem bisherigen Recht

- Besonderheiten für DDR-Zeiten sowie Einblicke in die Rentenberechnung

- Strittige Entscheidungen, Widerspruchs- und Klagemöglichkeiten

Dienstag, 13.09.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 3,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04151 894222, E-Mail d.eschbacher-rente@t-online.de oder einfaches Erscheinen

**Von Krankheit in Erwerbsminderungsrente!**

LA

**Was ist zu beachten?**

Leitung: Doris Eschbacher/Ronny Pfeifer, unabhängige Rentenberater (gerichtl. zugelassen)

- Wann bin ich erwerbsgemindert und wie geht's dann weiter?

- Krankengeldleistungsdauer und Maßnahmen und Tricks der Krankenkassen

- Muss ich jeder Vorladung zum Gutachter folgen?

- Aufforderung zur Antragsstellung für eine Reha-Maßnahme

- Zwischenphase - Arbeitslosengeld und

Tücken der Agentur für Arbeit

- Voraussetzung für die Frührente (Erwerbsminderungsrente)

- Berechnung der Erwerbsminderungsrente in groben Zügen

- Erwerbsminderungsrente und Abschläge

- Widerspruchs- und Klageverfahren

- Rentenversicherung meint, ich kann noch 6 Stunden und mehr. Stimmt das?

- und weitere Fragen, die Ihnen Sorge bereiten sind erwünscht

Dienstag, 06.09.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 3,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04151 894222, E-Mail

d.eschbacher-rente@t-online.de oder einfaches Erscheinen

**Rente und Besonderheiten für DDR-Zeiten**

LA

**Was ist zu beachten?**

Leitung: Doris Eschbacher/Ronny Pfeifer, unabhängige Rentenberater (gerichtl. zugelassen)

- Wann bin ich erwerbsgemindert und wie geht's dann weiter?

- Krankengeldleistungsdauer und Maßnahmen und Tricks der Krankenkassen

- Muss ich jeder Vorladung zum Gutachter folgen?

- Aufforderung zur Antragsstellung für eine Reha-Maßnahme

- Zwischenphase - Arbeitslosengeld und Tücken der Agentur für Arbeit

**WILKE, KERBER & PARTNER**



Steuerberatungsgesellschaft

**LEISTUNGSSPEKTRUM**

**Steuerberatung**

- Finanz- und Lohnbuchhaltung
- Steuererklärungen
- Gewinnermittlungen
- Jahresabschlussstellung
- Gestaltungsberatung

**Wirtschaftsprüfung**

durch WKP Treuhand und Beratung GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft

- Jahresabschlussprüfung
- Sonderprüfungen
- Unternehmensbewertung
- Externes Controlling und Revision

**Betriebswirtschaftliche Beratung Unternehmensberatung**

Theaterplatz 2 • 23909 Ratzeburg

Telefon (04541) 80 40 • Fax (04541) 34 56

kontakt@wkp-ratzeburg.de • www.wkp-ratzeburg.de



- Voraussetzung für die Frührente (Erwerbsminderungsrente)  
- Berechnung der Erwerbsminderungsrente in groben Zügen

- Erwerbsminderungsrente und Abschläge  
- Widerspruchs- und Klageverfahren  
- Rentenversicherung meint, ich kann noch 6 Stunden und mehr. Stimmt das?  
- und weitere Fragen, die Ihnen Sorge bereiten sind erwünscht

Dienstag, 06.09.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
Gebühr: Euro 3,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04151 894222, E-Mail d.eschbacher-rente@t-online.de oder einfaches Erscheinen

## Pflegeversicherung

Leitung: Doris Eschbacher/Ronny Pfeifer, unabhängige Rentenberater (gerichtl. zugelassen)

- Mutter oder Vater kann sich nicht mehr allein versorgen. Sind sie pflegebedürftig?  
- Voraussetzungen für die einzelnen Pflegestufen, welche Bereiche werden beurteilt  
- Wie kann der Besuch des Medizinischen Dienstes vorbereitet werden?  
- Welche Leistungen stehen in welcher Höhe zur Verfügung?

- Wie ist eigentlich die Pflegeperson sozialrechtlich abgesichert?

- Ab wann gilt die Versicherungspflicht der Pflegeperson und wer ist eigentlich zuständig für die Feststellung der Versicherungspflicht?  
- Wie kann man sich gegen (vermutlich) falsche Bescheide wehren?

Diese und viele andere Fragen werden an diesem Abend besprochen. Fragen der Teilnehmer sind gewünscht und bereichern den Vortrag.

Dienstag, 08.11.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
Gebühr: Euro 3,00  
VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04151 894222, E-Mail d.eschbacher-rente@t-online.de oder einfaches Erscheinen

## Silber - seit der Bankenkrise ein Metall mit Zukunft?

Leitung: Dr. Hagen Rudolph, Sozialökonom  
Das Interesse an Edelmetallen ist neu erwacht. Die Finanz- und Bankenkrise seit 2008, bedenkliche Staatsverschuldungen, Inflationsängste sowie die Furcht vor einem möglichen Kollaps des globalen Finanzsystems lassen viele Anleger verstärkt Gold und Silber kaufen, um im Falle einer schweren Krise wenigstens einen Teil ihres Vermögens zu retten.  
Außerdem zeichnet sich bei Rohstoffen eine zunehmend schwierige Versorgungslage ab. Diese Problematik steigert das Interesse an Edelmetallen noch.

Zu erkennen ist dies an den Preisen für Gold und Silber, die ein Rekordhoch nach dem anderen erreichen.

Silber scheint bei Drucklegung dieses Programms das interessanteste Anlage-Edelmetall zu sein. Daher wird der Vortrag des Sozialökonom Dr. Hagen Rudolph sich vorrangig dem Silber und seinen zukünftigen Chancen und Risiken widmen. Sollte es jedoch bis zum Vortrag zu dramatischen, neuen Entwicklungen

kommen, dann können auch diese aufgegriffen werden.

Termin: Donnerstag, 10.11.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Schulbücherei, Vortragsraum, Weingarten 10  
Gebühr: Euro 5,00 (Mitglieder Euro 4,00)  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04139 798810 oder info@hagenrudolph.de

## Einführung ins Wertpapiergeschäft (Sonderkurs)

Leitung: Niklas Kohrt, Diplomkaufmann  
Inflation, Deflation, Konfusion?! Die Wirtschafts- und Finanzkrise ist gerade ausgestanden, gibt es für mich als Sparer momentan überhaupt eine Möglichkeit, mein Geld sicher anzulegen? Wie kann momentan eine Rendite erzielt werden? Was verbirgt sich hinter Fonds und den viel gescholtenen diskutierten Zertifikaten? Und welche Kosten sind mit einer Geldanlage überhaupt verbunden? Diese Themen und Fragen sollen im Rahmen dieses Tagesseminars besprochen werden.

Samstag, 08.10.2011 von 10.00 bis 15.00 Uhr  
Telefonische Anmeldung bis 01.10.2011 nötig.

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 25,00 -keine Ermäßigung-VHS Mölln  
Auskünfte und Anmeldung: Tel. 04542 / 896 60

## Rund um die Baufinanzierung

Leitung: Niklas Kohrt, Diplomkaufmann  
Vor- und Nachteile eines Alt- bzw. Neubaus  
Ermittlung der Eigenleistung, Nebenkosten, Gesamtkosten, des Eigenkapitals und des Finanzierungsbedarfes  
Staatliche Förderung

„Was kann ich mir leisten?“

Sonntag, 09.10.2011, 10.00 bis 12.00 Uhr  
Telefonische Anmeldung bis 01.10.2011 nötig

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 15,00 -keine Ermäßigung-VHS Mölln  
Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 896 60

## Recht

### „Das Schwerbehinderten-gesetz“

Leitung: Doris Eschbacher/Ronny Pfeifer, unabhängige Rentenberater (gerichtl. zugelassen)

- Ab 01.01.2009 löst die neue Versorgungsmedizin-Verordnung die bisherigen Anhaltspunkte ab

- Rentenbeginn nach neuem Altersgrenzenanpassungsgesetz ab Jahrgang 1952

- Habe ich als Schwerbehinderter Vorteile bei der Rente?

- Welche Gesundheitsstörung bewirkt welchen Grad der Behinderung (Durch Sodbrennen schwerbehindert?)

- Die Merkzeichen im Schwerbehindertenausweis und ihre Bedeutung

- Der Schwerbehinderten-Status

- Übersicht der Nachteilsausgleiche

- Rechtsmittel-Möglichkeiten (Widerspruchs-Klageverfahren)

- Schwerbehinderung im Zusammenhang mit Renten- und Steuerrecht

Dienstag, 20.09.2011, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauen-

burg, Schulstraße  
Gebühr: Euro 3,00

VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04151 894222, E-Mail d.eschbacher-rente@t-online.de oder einfaches Erscheinen

## Unser gutes Recht im Alltag (Sonderkurs)

Der Rechtsanwalt Horst-Peter Bullmann gibt an 3 Abenden Tipps und Hinweise für häufige Rechtsfälle im Alltag:

Die Veranstaltungen dienen der Einführung in die Rechtsbereiche und der Erläuterung wiederkehrender Rechtsfragen

1. Abend: **Mietrecht**  
Vertragsabschluß - Kündigung - Nebenkosten.

Montag, 12.09.2011 in der Gemeinschaftsschule Mölln

2. Abend: **Erbrecht**  
Testament - Betreuungsverfügung - Patientenverfügung

Montag, 19.09.2011 in der Gemeinschaftsschule Mölln

3. Abend: **Straßenverkehrsrecht**  
Bußgeld - Punkte

Montag, 26.09.2011 in der Gemeinschaftsschule Mölln

Im Anschluss an die Referate ist Gelegenheit, Fragen zu klären und Fälle zu diskutieren.

3mal montags 19.30 bis 21.00 Uhr  
Jeder Abend ist in sich abgeschlossen

Bitte, geben Sie bei der Anmeldung unter Tel. 04542/7727 an, an welchem Vortrag Sie interessiert sind. Die Kursgebühr beträgt pro Abend Euro 10,00 - keine Ermäßigung - VHS Mölln

Voranmeldung unter Tel. 04542/7727 ist unbedingt notwendig!

## Pädagogik

### Eltern-Kind (ab 1 Jahr) - Spielgruppe

Leitung: Gisela Kiehne

Im freien Spiel lernen die Kinder miteinander zu spielen und so Freunde zu finden. Die Mütter haben die Gelegenheit sich kennenzulernen, zu klönen und mitzumachen beim Basteln, Malen, Kneten und dem Sing- und Bewegungskreis.

Beginn: 06.09.2011

Termine: 16mal dienstags, 9.00 bis 11.00 Uhr  
Ort: Multifunktionssaal Dassendorf, Christa-Höppner-Platz 1

Gebühr: Euro 68,30 Kurs-Nr. U 710 61  
VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 969 919

## Vorschulkurs

Leitung: Julia Krage

Die Lernwerkstatt „Wackelzahn“ ist ein ganzheitlicher zum Kindergarten ergänzender Schulvorbereitungskurs. Ziel ist es, die Kinder optimal und ganzheitlich auf die Anforderungen der Schulzeit vorzubereiten. Eine Lernwerkstatt bietet eine Umgebung, die Kinder zum ausprobieren anregt. Die Kinder werden zum experimentellen Forschen angeregt und können Ihren Fantasien freien Lauf lassen. Dies erlaubt jedem Kind Fehler und Irrtümer zu machen, sich zu korrigieren und Umwege zu gehen. Wichtig ist uns eine spielerische und stressfreie Vermittlung aller Fertigkeiten. Hauptbestandteile der Lernwerkstatt sind:

- das Zahlenland (mathematische Fertigkeiten)

- der Ohrendetektiv (phonologisches Be-

wusstsein, sprachliche Fertigkeiten)  
- „Forschen mit Fred“ (naturwissenschaftliche Frühförderung)

Alle Hauptbestandteile fördern die Konzentration, dienen der Fein-/Grobmotorik und fördern die Selbstständigkeit sowie die sozialen Kompetenzen. Bitte mitbringen: Frühstück mit Getränk für die Pause und eine Federtasche mit Buntstiften, Bleistift und Schere

Materialkosten: ca. Euro 8,00 (direkt an die Dozentin zu zahlen)

Beginn: 05.09.2011 Kurs-Nr. U 710 66

Termine: 15mal montags, 9.00 bis 11.00 Uhr  
Gebühr: Euro 76,80

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152 / 934 655

## Wahrnehmungs- und Konzentrationstraining für Kinder (Klasse 1 - 4 / Klasse 5 - 7)

Leitung: Karin Janicki (Lerntherapeutin)

Dieses Angebot richtet sich an Kinder, die Probleme im Lernen haben, weil

- sie sich nicht genügend zutrauen,

- sie Angst haben zu versagen,

- sie sich nicht ausdauernd genug auf eine Aufgabe konzentrieren können,

- sie im Unterricht oft abgelenkt sind.

Anhand von verschiedenen Trainingsmodellen wird in einer kleinen Gruppe von 5 Kindern die Aufmerksamkeit gefördert.

Klasse 1 – 4: Beginn: 01.09.2011  
Klasse 5 – 7: Beginn: 24.10.2011

Termine: 5mal montags u. 5mal donnerstag, jeweils von 16.30 bis 17.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Ratzeburg  
Gebühr: Euro 42,00  
VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 038873 / 33547 (Dozentin)

## Rhetorik für Schüler

Leitung: Dr. Wolfgang Schäfer

Hier bekommt Ihr Tipps, wie Ihr einen Vortrag ohne Lampenfieber über die Bühne bringt.

Ziel des Kurses ist es, einen Vortrag gut zu strukturieren, eine klare Sprache zu benutzen, mit Einwänden und Angriffen gut umgehen zu können und das Selbstvertrauen für ein sichereres Auftreten zu steigern. Das Halten von Referaten wird intensiv geübt.

Bitte Verpflegung für die Pausen mitbringen!

Freitag, 11.11.2011, 16.00 bis 19.15 Uhr  
Samstag, 12.11.2011, 9.00 bis 12.15 Uhr  
Samstag, 19.11.2011, 9.00 bis 12.15 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas-sengebäude  
Gebühr: Euro 35,00 keine Ermäßigung!

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Lernen lernen! - Arbeitstechniken für 10- bis 13-jährige Schüler

Leitung: Dr. Wolfgang Schäfer

Schülern wird häufig nur gesagt, dass sie lernen sollen. Das „Wie“ wird in der Schule meistens nicht gelehrt.

Verschiedene Lern- und Arbeitstechniken, die in allen Fächern eingesetzt werden können, werden aufgezeigt. Schülerinnen und Schüler erhalten im Kurs Anleitungen zum stressfreien, selbständigen Lernen und zur Steigerung der Konzentrationsfähigkeit. Wir bitten darum, dass zum ersten Vormittag ein Elternteil mit kommt!

Beginn: 17.09.2011  
 Termine: 3mal sonnabends, 9.30 bis 11.45 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas-  
 sengebäude  
 Gebühr: Euro 25,00; keine Ermäßigung möglich  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

**Psychologie**

**Wellness für die Seele:  
 Work-life balance**

AÜ

Leitung: Renate Kubentz, Hamburg  
 Menschen müssen sich oft vielfältigen He-  
 rausforderungen stellen, kommen an ihre  
 persönlichen Grenzen und geraten aus dem  
 Gleichgewicht. Die Referentin möchte in die-  
 sem Workshop zeigen, wie man trotz Belas-  
 tungen am Arbeitsplatz, in der Familie und in  
 der Gesundheit einen positiven Einfluss auf  
 die gesamte Lebenssituation nehmen kann,  
 um mehr Zufriedenheit im Alltag zu erleben.  
 Die Teilnehmer erkennen in ihrem Lebensfeld,  
 wo sie gerade stehen und finden für sich he-  
 raus, was sie verändern möchten und wie sie  
 sich ihre Zukunft vorstellen. Sie beschäftigen  
 sich mit Energieräubern und Energiequellen,  
 formulieren ihre Ziele und entwickeln kon-  
 krete Schritte dorthin. Sie entdecken ihre  
 Ressourcen wieder und entwickeln sie, damit  
 kraftvolle Motivation entsteht, die ihre Vorha-  
 ben Realität werden lassen.  
 Termin: wird noch bekanntgegeben  
 Ort: Thies'sches Haus, Alte Allee 1, 21521  
 Wohltorf  
 Gebühr: Euro 50,00  
 VHS Aumühle und Wohltorf, Tel. 04104/80360

**Das Power-Seminar  
 für Frauen - Teil 1**

LA

Leitung: Susanne McAlister, Beratung - Trai-  
 ning - Coaching  
 Die Medien vermitteln den Eindruck, dass  
 Frauen in der Berufswelt immer noch im  
 Schatten der Männer stehen. - Mit unse-  
 rem Power-Seminar „NLP-Mentaltraining“  
 wird die Denkungsweise und das Selbstbe-  
 wusstsein der Frauen gestärkt. Sie gewinnen  
 Selbstvertrauen, meistern schwierige Situa-  
 tionen, Gespräche, Bewerbungen. Einfach  
 Ihre „Frau“ stehen! Es werden Mittel und  
 Methoden vorgestellt, damit ein überzeu-  
 gender, authentischer Auftritt gelingt.  
 Mittwoch, 31.08.2011, 18.00 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Schulbücherei, Seminarraum, Weingar-  
 ten 10  
 Gebühr: Euro 25,00  
 VHS Lauenburg  
 Anm.: Tel. 04133 223832, E-Mail Bruce.  
 McAlister@t-online.de

**Das Power-Seminar  
 für Frauen - Teil 2  
 - Fortsetzung**

LA

Leitung: Susanne McAlister, Beratung - Trai-  
 ning - Coaching  
 Kursbeschreibung siehe oben, Teil 1  
 Mittwoch, 07.09.2011, 18.00 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Schulbücherei, Seminarraum, Weingar-  
 ten 10  
 Gebühr: Euro 25,00  
 VHS Lauenburg  
 Anm.: Tel. 04133 223832, E-Mail Bruce.  
 McAlister@t-online.de

**„Das Power-Seminar  
 für Firmenmitarbeiter“  
 Mentaltraining - Teil 1**

LA

Leitung: Susanne McAlister, Beratung - Trai-  
 ning - Coaching  
 Mit dem Status Quo gibt sich eine aufstrebende  
 Firma nicht zufrieden. - Die Erfolgsstrategie für  
 erfolgreiche Unternehmen lautet: Umso stärker  
 die Persönlichkeit jedes einzelnen Mitarbeiters,  
 umso stärker das Unternehmen. - Mit unserem  
 Power-Seminar, dem gezielten Mentaltraining  
 stärken wir die Teamarbeit, die Denkweise je-  
 des einzelnen, das Selbstbewusstsein und das  
 Selbstvertrauen der Mitarbeiter. Sie erlernen  
 Erfolgsstrategien, Problembewältigung, Um-  
 gang mit Konflikten und erfolgreicher zu kom-  
 munizieren. Es werden Mittel und Methoden  
 vorgestellt, um privat und beruflich im Leben  
 seine Ziele zu erreichen. Holen Sie sich das  
 Know-how, um durchzustarten!  
 Freitag, 09.09.2011, 18.00 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Schulbücherei, Seminarraum, Weingar-  
 ten 10  
 Gebühr: Euro 35,00  
 VHS Lauenburg  
 Anm.: Tel. 04133 223832, E-Mail Bruce.  
 McAlister@t-online.de

**„Das Power-Seminar  
 für Firmenmitarbeiter“  
 Mentaltraining - Fortsetzung - Teil 2**

LA

Leitung: Susanne McAlister  
 Kursbeschreibung siehe oben, Teil 1  
 Termin: Freitag, 16.09.2011, 18.00 bis  
 20.00 Uhr  
 Ort: Schulbücherei, Seminarraum, Weingar-  
 ten 10  
 Gebühr: Euro 35,00  
 VHS Lauenburg  
 Anm.: Tel. 04133 223832, E-Mail Bruce.  
 McAlister@t-online.de

**Keine Angst vor Referaten /  
 Vorträgen**

LA

Leitung: Angelika Kühl, Dipl.-Psychologin  
 Die Angstüberwindung und das Stärken des

Selbstbewusstseins sind Inhalt dieses Kurses.  
 Es handelt sich nicht um einen Rhetorik-  
 Kurs. Stattdessen soll im Rahmen einer ge-  
 schützten Gruppe das Vortragen geübt und  
 vertieft werden.  
 Beginn: 10.11.2011  
 Termine: 5mal donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 30,00  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: 04155 823051 oder 0157  
 88208171  
 E-mail: kuehl.parlow@gmx.de

**Selbsterkenntnis**

RZ

Leitung: Jürgen Jacobsen  
 Ein Workshop über 10 Abende. Mit Über-  
 raschungen und Schocks zum Aufwachen.  
 Einzelarbeit, Gruppenarbeit, Kleingruppen.  
 Mit Hausaufgaben. Von der Teilnahme wird  
 abgeraten.  
 Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule, Ernst-Barlach-  
 Schule, Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 56,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541 / 857985 o. tuglas@  
 aol.com (Dozent)

**Philosophie/Theologie**

**Philosophisch-theologisches  
 Kolleg**

AU

**„Großzügigkeit“ zu einer unauffälligen  
 Haltung**

Leitung: Pastor Wolfgang Teichert  
 Zwischen Geist und Verschwendung gelegen,  
 gehört Großzügigkeit (Generosität) nicht zu  
 den Tugenden einer leistungsorientierten,  
 durchrationalisierten bürgerlichen Gesellschaft.  
 Also spielt sie auch in den zwischenmenschli-  
 chen Bezügen eine eher unauffällige Rolle.  
 Das wird sich der Spur der Generosität an-  
 vertrauen und aus ihrer Perspektive unser  
 tägliches Verhalten, Denken und Tun kontem-  
 plativ betrachten und besprechen. Dabei  
 nehmen wir uns Zeit, einer Kultur der Groß-  
 zügigkeit zu folgen.  
 Termine: 7mal donnerstags, jeweils 18.00  
 bis 19.30 Uhr  
 Beginn: 25.08.2011 - Großzügigkeit, was  
 ist das?  
 Weitere Termine:  
 Do. 08.09.2011 Großzügigkeit zwischen  
 Verschwendung und Knäusererei  
 Do. 22.09.2011 Großzügigkeit als Gnade  
 Do. 10.11.2011 Großzügigkeit und Macht  
 („Man verliert nie, weil man zu großzügig war.“)  
 Do. 17.11.2011 Großzügigkeit in der Musik  
 Do. 01.12.2011 Großzügigkeit in der Lyrik  
 Do. 15.12.2011 Großzügigkeit in der Malerei  
 Ort: Augustinum Aumühle, Andachtsraum  
 Gebühr: Euro 35,00  
 VHS Aumühle und Wohltorf  
 Anmeldung bei der ersten Veranstaltung

**Länder und Kulturen/  
 Heimatkunde**

**Aumühle aus der  
 Vogelperspektive**

AU

**Führung auf den Bismarckturm**  
 Mit Gerd Möller  
 Bei dieser Führung erhält man viele interessante  
 Informationen über den Turm und seinen Er-

bauer Emil Specht. Der Aus-  
 stellungsraum im 3. Stock.  
 wurde neu gestaltet und  
 bietet einen Einblick in die  
 Geschichte der Gemeinde  
 Aumühle.  
 Termine:

1. Mittwoch, 21.09.2011, 15.00 Uhr und  
 2. Mittwoch, 24.11.2011, 15.00 Uhr  
 Ort: Bismarckturm, Berliner Platz, 21521  
 Aumühle  
 Eintritt: Die Führung ist kostenlos und dauert ca.  
 1 Stunde. Über eine Spende zur Erhaltung des  
 Emil-Specht-Denkmal würdigen wir uns freuen.  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
 Anmeldung erforderlich wegen begrenzter Teil-  
 nehmerzahl unter 04104/2282 bei Gerd Möller

**Impressionen  
 aus Kambodscha**

AU

Referent: Nils Bussert, Reinbek  
 Reisebericht mit Bildern aus Kambodscha -  
 Eindrücke aus dem Land des rätselhaften  
 Achelns:  
 Angkor Wat, Battambang und die Südküste.  
 Die Einnahmen aus diesem Vortrag gehen an  
 den gemein-nützigen Verein SOMNANG zur  
 Unterstützung von Aidsweisen in Kambodscha.  
 Termin: Donnerstag, 27.10.2011, 19.30 Uhr  
 Ort: Theatersaal des Augustinums, Mühlen-  
 weg 1, Aumühle  
 Gebühr: Euro 4,00  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

**New York -  
 Weltstadt der Gegensätze**

AU

**Konfrontation mit neuen Wirklichkeiten**  
 Referent: Prof. Dr. Ulrich Jürgens, Universität Kiel  
 In Zusammenarbeit mit der Schleswig-Hol-  
 steinischen Universitäts-Gesellschaft  
 New York ist und bleibt eine einzigartige Metro-  
 pole der wirtschaftlichen und politischen Macht  
 sowie globaler kultureller Trends. Diese Stadt erfin-  
 det sich immer wieder neu, unter anderem nach  
 dem 11. September und nach den schweren Kri-  
 sen an der Wall Street im Jahr 2008. Gleichwohl  
 prägen die Stadt nicht nur Erfolgsgeschichten  
 sondern auch ethnische Enklaven und baulicher  
 Verfall, sofern diese nicht vom Finanzkapital „ent-  
 deckt“ und lifestyle mäßig umgestaltet werden.  
 Termin: Montag, 12.12.2011, 19.30 Uhr  
 Ort: Theatersaal des Augustinums, Mühlen-  
 weg 1, Aumühle  
 Gebühr: Euro 4,00  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
 Termin: Donnerstag, 27.10.2011, 19.30 Uhr  
 Ort: Theatersaal des Augustinums, Mühlen-  
 weg 1, Aumühle  
 Gebühr: Euro 4,00  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

**Neue Ausgrabungen  
 im Vorderen Orient**

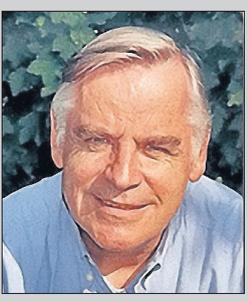
RZ

Leitung: Dr. Gerd Gropp  
 In den letzten 20 Jahren sind in Iran, Afghanis-  
 tan und Usbekistan viele archäologische For-  
 schungen durchgeführt worden. Dabei wurden  
 mehrere unbekannte bronzezeitliche Kulturen  
 aufgedeckt. Man konnte ganze Städte freilegen  
 mit großen Tempeln und Palästen. Erstaunlich  
 ist der intensive Fernhandel mit Babylonien und  
 Ägypten. Schriftfunde aus der Zeit um 3000 v.  
 Chr. Bereiten noch große Probleme, da die Ent-  
 zifferung noch in den Anfängen steckt. Es gibt  
 einen heftigen Streit zwischen den führenden  
 Gelehrten um die Frage, ob in den neuentdeck-  
 ten Städten Vorgänger der indogermanischen

**„Großzügigkeit“  
 zu einer unauffälligen Haltung**

Leitung: Pastor Wolfgang Teichert  
 Zwischen Geist und Ver-  
 schwendung gelegen, gehört  
 Großzügigkeit (Generosität)  
 nicht zu den Tugenden einer  
 leistungsorientierten, durch-  
 rationalisierten bürgerlichen  
 Gesellschaft. Also spielt sie  
 auch in den zwischen-  
 menschlichen Bezügen eine

eher unauffällige Rolle.  
 Das philosophisch-theologi-  
 sche Kolleg wird sich der  
 Spur der Generosität anver-  
 trauen und aus ihrer Perspek-  
 tive unser tägliches Verhal-  
 ten, Denken und Tun kontem-  
 plativ betrachten und bespre-  
 chen. Dabei nehmen wir uns  
 Zeit, einer Kultur der Großzü-  
 gigkeit zu folgen.



**Beruf**

Völker gelebt haben.  
 Beginn: 09.09.2011  
 Termine: 10mal freitags,  
 19.00 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule  
 Ratzburg  
 Gebühr: Euro 55,00  
 VHS Ratzburg  
 Anmeldung Tel. 04155 / 4322 (Dozent)  
 Email: gerd-gropp@freenet.de

**Natur/Umwelt und Technik**

**Energiesparen - wie geht das?**

**BE**

Leitung: Dipl.-Ing. Christian Scholz  
 - Vortrag in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e.V.  
 Das Thema Energiesparen betrifft jeden!  
 Gerade angesichts der gestiegenen - und voraussichtlich weiter steigenden - Energiepreise ist es notwendig, die energetische Verbesserung unserer Gebäude noch intensiver anzugehen. Und ein niedriger Energieverbrauch ist bei steigenden Preisen ein wichtiges Kriterium; denn gerade in den privaten Haushalten stellen die Heizkosten den größten Anteil der Betriebskosten dar. Grundlagen zum Stromsparen, zum richtigen Heizen und Lüften, sowie die Möglichkeiten einer effektiven Sanierung in Bausubstanz und Heizungsanlage.  
 Dienstag, 08.11.2011, 19.00 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Schule in Berkenthin  
 Gebühr: gebührenfrei  
 VHS Berkenthin  
 Anmeldung: VHS Berkenthin Tel. 04544/413, Internet: vhs-berkenthin.de

**Feuchtigkeit und Schimmelpilz: entfernen und verhindern**

**BE**

Leitung: Dipl.-Ing. Christian Scholz  
 - Vortrag in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e.V.  
 Schimmelpilze ärgern Mieter und Vermieter, sind schlecht fürs Raumklima und können die Gesundheit belasten. Falsche Gewohnheiten beim Heizen und Lüften sowie eine schlechte Isolierung des Hauses sind die meisten Gründe. Schimmel ist nicht nur unansehnlich sondern birgt auch erhebliche gesundheitliche Folgen; so können verschiedene allergische Reaktionen und Hauterkrankungen auftreten. Zusätzlich kann eine Schädigung des Mauerwerkes durch Schimmelbildung verursacht werden. Was Sie tun können, damit sie erst gar nicht entstehen und mit welchen Mitteln Sie ihnen im Falle des Falles den Garaus machen können, erfahren Sie in diesem Vortrag.  
 Dienstag, 01.11.2011, 19.30 bis 21.30 Uhr  
 Ort: Schule in Berkenthin  
 Gebühr: gebührenfrei  
 VHS Berkenthin  
 Anmeldung: VHS Berkenthin Tel. 04544/413, Internet: vhs-berkenthin.de

**Pilze sicher erkennen und genießen**

**GU BÜ**

Leitung: Alexander Glomb, Pilzsachverständiger DGfM  
 Sind sie sich häufig unsicher oder kennen sich auf dem Gebiet der Pilze gar nicht aus? Dann wird dieser Wochenendkurs genau das Richtige für Sie sein. Hier werden Speise- und

Giftpilze durch Vorträge und gemeinsame Lehrwanderungen in unseren heimischen Wäldern anschaulich erklärt. Beim gemeinsamen Zubereiten können auch gleich kulinarische Unterschiede ausprobiert werden.  
 Freitag, 23.09.2011, 18.00 bis 20.00 Uhr  
 Samstag, 24.09.2011, 9.00 bis 18.00 Uhr  
 Sonntag, 25.09.2011, 8.00 bis 17.00 Uhr  
 Ort: Bürgerhaus Gudow, Kaiserberg 15  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung beim Kursleiter, Handy 0173 8676511, E-Mail pilzverein-glomb@gmx.de

**Lehmbauseminar**

**GU**

Leitung: Renata Wendt, Lehmbauerin  
 Gemeinsam Lehmmischungen herstellen und verarbeiten. Die Wandheizung verputzen, Lehmdecken reparieren, Stampflehmwand. Für die praktische Mitarbeit zum Anfassen und Ausprobieren bitte Arbeitskleidung (Gummistiefel und Gummihandschuhe) mitbringen.  
 Termin: Samstag nach Absprache  
 Ort: Lauenburgische Lehmwerkstatt KG, Alte Salzstr. 30, Lütau  
 Gebühr: Euro 30,00  
 VHS Büchen-Gudow e. V.  
 Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04153/55348 oder Fax 04153/55358

**Mein Garten wird zum Paradies**

**NU**

Leitung: Jürgen Klingenberg, Dipl. Gartenbauingenieur  
 Kursbeschreibung siehe unten (Sandesneben).  
 Beginn: 15.09.2011  
 Termine: 3mal donnerstags, 19.00 bis 21.00 Uhr und einen Samstag ab 14.00 Uhr nach Absprache Praxis in einem Garten.  
 Ort: Grund- und Hauptschule Nusse  
 Gebühr: Euro 38,00  
 VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
 Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

**Basiswissen Natur**

**RZ**

Leitung: Markus Kuske  
 Wer traut sich heute noch in die Natur? Gibt es dort draußen tatsächlich nur unbekanntes Wildnis oder haben wir einfach nur vergessen, was uns umgibt. In diesem Workshop wird das Grundwissen aufgefrischt. Neues wird entdeckt und die Natur aktiv erlebt. Kleine Tier- und Pflanzenkunde. Ebenso das Wissen über mögliche Gefahren. Auch interessant für Erzieher/innen in Waldkindergärten oder Menschen, die einen Tag im Wald planen.  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 5mal montags, 17.00 bis 19.00 Uhr  
 Ort: Alte Dorfschule in Brunsmark  
 Gebühr: Euro 45,00  
 VHS Ratzburg  
 Anmeldung Tel. 04542 / 8225276 oder mobil 0172 / 1698943 (Dozent)

**Mein Garten wird zum Paradies**

**SN**

Leitung: Jürgen Klingenberg, Dipl. Gartenbauingenieur  
 Besuchen Sie diesen Kurs und Sie bekommen reichhaltige Anregungen, Vorschläge sowie wertvolle Tipps wie Sie ihren Garten gestalten oder umgestalten können.  
 Wir machen unseren Garten zum Paradies! Es werden Ihnen die wichtigsten Eckpfeiler der Gartenplanung und Gestaltung vermittelt. Vor allen wird es hier um die fachgerechte Verwen-

dung von Stauden und Gehölzen gehen.  
 Durch einen pflegeleichten- zu jeder Jahreszeit schönen Garten - werden Sie mehr Zeit, Muse und Genuss in Ihrem selbst geschaffenen Paradies finden.  
 Nach dem Kurs können Sie sofort mit der Gartengestaltung anfangen.  
 Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 3mal montags, 19.00 bis 21.00 Uhr und einen Samstag ab 14.00 Uhr nach Absprache Praxis in einem Garten.  
 Ort: Schulzentrum Sandesneben  
 Gebühr: Euro 38,00  
 VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
 Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

**Aufbau einer Mineraliensammlung Für Kinder ab 10 Jahren**

**SB**

Leitung: Lutz Mittenzwei  
 Ihr sammelt Steine und möchtet Euch eine richtige Mineraliensammlung aufbauen? Am Anfang wird oft alles gesammelt was man findet und die Sammlung hat kein eindeutiges Ziel. Hier erfahrt Ihr, welche Mineralien es überhaupt gibt und wir besprechen, in welche Richtung Eure Sammlung gehen soll. Wir überlegen, wo Ihr Mineralien sammeln könnt, was Ihr für eine Ausrüstung braucht und wie Ihr die Mineralien aufbewahren könnt. Bitte bringt zum ersten Treffen Eure gesammelten Steine und Mineralien mit.  
 Beginn: 14.09.2011  
 Termine: 3mal mittwochs, 16.00 bis 17.30 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 16,00 keine Ermäßigung möglich!  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Mineralien - eine kleine Einführung**

**SB**

Leitung: Lutz Mittenzwei  
 Was ist ein Mineral? Welche Minerale gibt es und wie entstehen sie? Welche Eigenschaften haben Minerale? Welche Minerale finden als Schmuck Verwendung? Welche Minerale braucht unser Körper zum Leben? Sie erhalten einen Einblick in die Welt der Mineralien.  
 Donnerstag, 22.09.2011, 19.15 bis 21.45 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 8,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Bestimmung von Mineralien mit geologischer Exkursion**

**SB**

Leitung: Lutz Mittenzwei  
 Nur für TeilnehmerInnen, die den Einführungsabend besucht haben.  
 Besuch der Kiesgrube Groß Pampau  
 - Welche Steine kann man in Kiesgruben finden?  
 - Fundmöglichkeiten von Mineralien/Fossilien  
 - Vor-Ort-Bestimmung mit einfachen Methoden und wenigen Hilfsmitteln  
 - Tipps zum Sammeln von Mineralien und Gesteinen  
 Sonnabend, 24.09.2011, 9.30 bis 12.30 Uhr  
 Ort: Kiesgrube Groß Pampau  
 Gebühr: Euro 11,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Auf den Spuren der Seele der Tiere**

**LA**

**Seminar „Tierkommunikation“**  
 Leitung: Hannelore Kiecksee, Tierheilpraktikerin  
 Die Tierkommunikation gibt uns einen Einblick in die Seele unserer Tiere, z.B. bei einschneidenden Erlebnissen, die wir gar nicht wahrgenommen haben. Sie senden uns Botschaften auf nonverbaler Ebene und teilen uns ihre Wünsche und Probleme mit. Wir können oft bei Ängsten der Tiere, anderen Ursachen oder Verhaltensstörungen Informationen erhalten.  
 In diesem Seminar erfahren Sie die Grundtechniken der telepathischen Tierkommunikation. An Hand von praktischen Übungen fördern wir die Fähigkeit der Intuition und Sie lernen, sich für das Bewusstsein der Tiere zu öffnen. So bekommen Sie Einblicke in die Wünsche, Gefühle und Botschaften unserer Tiere und erleben eine innige Verbindung zu unseren Mitgeschöpfen. Aufgrund dessen werden Sie Ihr Tier besser verstehen und können damit Missverständnisse beseitigen. Bitte bringen Sie ein Bild eines Tieres mit.  
 1 Wochenende:  
 Samstag, 05.11.2011, 12.00 bis 16.00 Uhr und  
 Sonntag, 06.11.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 04131 7993914, E-Mail: hannelore@kiecksee.de

**Rhetorik/ Kommunikation**

**Persönliche Reden zu jedem Anlass**

**MÖ**

Leitung: Gerhild Meier  
 Möchten auch Sie einmal gerne eine kleine persönliche Rede auf Familienfeiern oder im Freundeskreis halten und haben sich nicht getraut? Langweilen Sie die Reden aus dem Internet, die man immer 34 wieder hört? Dann ist dieser Kurs für Sie gemacht. In entspannter Runde erarbeiten wir für Ihren Anlass die passende Rede für Konfirmation, Hochzeit, Jubiläum, Geburtstag etc.  
 Beginn: 08.09.2011  
 10mal donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: Euro 52,00 (bei 8 Teiln.)  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

**Personal Training - Entwicklung der Persönlichkeit (Sonderkurs)**

**MÖ**

Leitung: Raymond van Bronswijk  
 Wie komme ich weiter? Wie wirke ich auf Andere? Wie soll ich sein als idealer Partner, als Chef, als Mitarbeiter?  
 Kann man diese Fragen beantworten? Man kann etwas tun: zur Entwicklung der eigenen Persönlichkeit:  
 Soziale und kommunikative Fähigkeiten werden zunehmend für den beruflichen und privaten Aufstieg gefordert. In vielen Branchen wird in komplizierten Verfahren die Persönlichkeit geprüft, wie z.B. durch so genannte assessment-center. Auf welche Faktoren der Persönlichkeit kommt es an und wie kann ich meine Persönlichkeit trainieren?  
 - Sichere Kommunikation, im persönlichen Auftritt

- der persönliche Stil in Form- und Redeverhalten  
 - Arbeit am Lampenfieber  
 - Schulung der Wahrnehmung  
 - Techniken der Moderation und Gruppenführung  
 - Stressimmunisierungstraining  
 Die Rückmeldung auf die Trainingseinheiten erfolgt individuell und entwicklungsorientiert. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.  
 Wochenendkurs

Freitag, 23.09.2011, 18.00 bis 21.30 Uhr  
 Samstag, 24.09.2011, 9.00 bis 20.00 Uhr  
 Die Kursgebühren sind bis 20.09.2011 auf das Konto 1005320778 bei der Kreissparkasse (BLZ 230 527 50) einzuzahlen. Die Einzahlung gilt als verbindliche Anmeldung. Telefonische Anmeldung bis 15.09.2011 nötig.  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: Euro 85,00  
 VHS Mölln  
 Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Personal Training - Entwicklung der Persönlichkeit (Sonderkurs)

MO

Leitung: Raymond van Bronswijk  
 Jeder Teilnehmer bekommt ein persönliches Coaching um seinen eigenen Stil festigen zu können.  
 - Vitalität und Gesundheit durch Übung und Einstellung zu Vitalität im Auftritt  
 Die Kunst des Zuhörens vor dem Reden  
 Der flüssige, freie Vortrags- bzw. Präsentationsstil

Techniken der Konfliktbearbeitung  
 Die eigene Meinung ins Spiel bringen  
 Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.  
 Wochenendkurs  
 Freitag, 28.10.2011, 18.00 bis 21.30 Uhr  
 Samstag, 29.10.2011, 9.00 bis 20.00 Uhr  
 Die Kursgebühren sind bis 11.10.2011 auf das Konto 1005320778 bei der Kreissparkasse (BLZ 230 527 50) einzuzahlen. Die Einzahlung gilt als verbindliche Anmeldung. Telefonische Anmeldung bis 11.10.2011 nötig.  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: Euro 85,00  
 VHS Mölln  
 Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Personal Training - Entwicklung der Persönlichkeit (Sonderkurs)

MO

Leitung: Raymond van Bronswijk  
 Zur Festigung und Erweiterung der erworbenen Kenntnisse bekommt jeder Teilnehmer ein eigenes Coaching.  
 Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.  
 Wochenendkurs  
 Freitag, 02.12.2011, 18.00 bis 21.30 Uhr  
 Samstag, 03.12.2011, 9.00 bis 20.00 Uhr  
 Die Kursgebühren sind bis 25.11.2011 auf das Konto 1005320778 bei der Kreissparkasse (BLZ 230 527 50) einzuzahlen. Die Einzahlung gilt als verbindliche Anmeldung. Telefonische Anmeldung bis 25.11.2011 nötig.  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: Euro 85,00  
 VHS Mölln  
 Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Rhetorik: Erfolgreich kommunizieren

SB

Leitung: Dr. Wolfgang Schäfer

Das Seminar richtet sich an alle, die beruflich oder privat (im Ehrenamt) Reden und Vorträge halten, an Besprechungen teilnehmen und Sachverhalte und Meinung verständlich und überzeugend darstellen müssen.  
 Es werden typische (Berufs-) Situationen durchgespielt, mit Video aufgezeichnet und gemeinsam ausgewertet.  
 Freitag, 13.01.2012, 17.00 bis 21.00 Uhr und Sonnabend, 14.01.2012, 09.00 bis 18.00 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
 Gebühr: Euro 49,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Rhetorik: Wirkungsvoll und erfolgreich präsentieren

SB

Leitung: Dr. Wolfgang Schäfer  
 Ob im Beruf oder im Ehrenamt, präsentieren Sie ihre Ideen wirkungsvoll und erfolgreich.  
 Kursinhalte:  
 - Aufbau einer Präsentation  
 - Regeln für die Visualisierung  
 - Präsentationstechniken (auch Power Point)  
 - Formulierungen, Körpersprache  
 - Umgang mit Einwänden/Zwischenfragen  
 Freitag, 27.01.2012, 18.00 bis 21.00 Uhr und Sonnabend, 28.01.2011, 9.00 bis 13.00 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
 Gebühr: Euro 31,50  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

## Gedächtnistraining Gesundheitsvorsorge beginnt im Kopf

BÜ

Leitung: Dr. Hiltrud Weluda  
 Wer rastet, der rostet. Dieser Satz gilt nicht nur für unseren Körper, sondern ganz besonders für das Gehirn. Was nicht benutzt wird, geht verloren. Bringen Sie ihre grauen Zellen in Schwung und wirken so einem geistigen Abbau entgegen.  
 Bitte Schreibzeug mitbringen. Eine Umlage für Arbeitspapiere in Höhe von Euro 4,00 ist an die Dozentin zu zahlen.  
 Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 17.00 bis 18.00 Uhr  
 Ort: Büchen, AWO - Treff, Friedegart - Belusa - Str. 14  
 Gebühr: Euro 35,00 (bei 10 Teilnehmern)  
 VHS Büchen - Gudow e.V. Tel. 04155/3551  
 Anmeldung bei der VHS-Büchen-Gudow.

## Gedächtnistraining

RZ

Leitung: Dr. Hiltrud Weluda (Fachtherapeutin für kognitives Training)  
 Geistig fit bleiben durch Gedächtnistraining ist heute eine wichtige Gesundheitsvorsorge. In heiterer und spielerischer Atmosphäre werden alle Gedächtnisfunktionen und das gesamte Spektrum des Denkens wie z.B. Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung, Formulierung und Reproduktion trainiert.  
 Bitte Schreibzeug mitbringen. Maximal 12 Teilnehmer.  
 Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 15mal dienstags, 17.30 bis 18.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 35,00 sowie Euro 5,00 für Kopien  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 04541 / 8 45 25 (Dozentin)

## Gedächtnistraining für Senioren

RZ

Leitung: Dr. Hiltrud Weluda  
 Geistig fit bleiben bis ins hohe Alter.  
 Bitte Schreibzeug mitbringen. Maximal 12 Teilnehmer.  
 Beginn: 28.10.2011  
 Termine: 20mal freitags, 15.30 bis 16.30 Uhr  
 Ort: SWR; Hobbyraum II  
 Gebühr: Euro 45,00 sowie Euro 5,00 für Kopien  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 04541 / 8 45 25 (Dozentin)

## Qualifizierung zur Tagesmutter/-vater

SB

In Zusammenarbeit mit dem Fachdienst Kindertagespflege des Kreises Herzogtum Lauenburg Die Volkshochschule Schwarzenbek bietet in Kooperation mit dem Jugendamt des Kreises Herzogtum Lauenburg eine Qualifizierung zur Tagesmutter/ -vater an. Die Qualifizierung ist für die Tätigkeit als Tagesmutter/Tagesvater gesetzlich gefordert und für den Antrag auf Pflegeurlaubnis Voraussetzung.  
 Es handelt sich um eine Qualifizierung von 160 Unterrichtsstunden in den Bereichen Pädagogik/ Psychologie, Gesundheit/ Ernährung und Recht. Dazu kommen 40 Stunden Hospitation. Die VHS Schwarzenbek arbeitet nach dem Curriculum des Deutschen Jugendinstitutes. Den Teilnehmer/innen soll die Möglichkeit eröffnet werden, in den Vermittlungspool der Tagespflegepersonen des Kreises Herzogtum Lauenburg aufgenommen zu werden. Dazu erwerben Sie eine pädagogische Grundqualifikation, die sie befähigt, Kinder ganz- oder halbtags zu betreuen und mit den Eltern zum Wohle des Kindes zusammenzuarbeiten.  
 Zeitraum der Qualifizierung: August 2012 bis Januar 2013  
 Unterrichtszeiten: 9mal freitags 18.00 bis 20.30 Uhr und 9mal sonnabends 9.00 bis 15.30 Uhr, 16mal dienstags 19.00 bis 21.15 Uhr  
 Bei Interesse melden Sie sich bitte bei der VHS Schwarzenbek unter 04151/ 5388.  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
 Gebühr: Euro 228,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Bewerbung

### Bewerben auf Englisch

SB

Leitung: Orsolya Szikra  
 ab Stufe B1  
 Immer mehr Schüler und Studenten möchten im englischsprachigen Ausland studieren und für viele deutsche Arbeitnehmer ist ein Job in England, den USA oder Australien eine attraktive Alternative. Aber auch in Deutschland werden für entsprechende Stellen Bewerbungsgespräche auf Englisch geführt.  
 Wie bereiten sie sich darauf vor? Welche sprachlichen Besonderheiten gilt es bei einer Bewerbung zu beachten? Im Kurs erarbeiten sie das für eine Bewerbung notwendige Vokabular. Darauf basierend werden Lebensläufe und Bewerbungsschreiben verfasst und sprachlich, stilistisch und inhaltlich besprochen. Im Rollenspiel wird die Situation eines Vorstellungsgesprächs trainiert.  
 Beginn: 17.09.2011  
 Termine: 3mal samstags, 9.30 bis 12.00 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
 Gebühr: Euro 24,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!



## Betriebswirtschaft

### Betriebswirtschaftslehre und allgemeines kaufmännisches Wissen - Existenzgründung

MO

Leitung: Gerfried Baller  
 Die Schwerpunkte werden in Absprache mit den Teilnehmern gesetzt. Im Kursablauf werden den Teilnehmern entsprechend zusammengestellte Unterlagen als Arbeitsmaterial kostenlos zur Verfügung gestellt.  
 Kosten: 01.09.2011 um 18.00 Uhr  
 Termine: 8mal donnerstags, 18.00 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: Euro 83,20  
 VHS Mölln  
 Auskünfte und Anmeldung jeweils montags bis freitags von 10 bis 12 Uhr unter Tel. 04543/80 82 32

## Buchhaltung

### Buchführung für Anfänger

DA

Leitung: Lothar Klotz, Dipl. Betriebswirt  
 Alle Teilnehmer/-innen erhalten in einem Crashkurs die Grundkenntnisse, um richtig und korrekt buchen zu können. Inhalte:  
 - Gesetzliche Aufgaben an die Buchhaltung  
 - Bilanz mit aktiven und passiven Bestandskonten  
 - Einführung in die Erfolgsrechnung mit G-V-Rechnung  
 - Entwicklung des Eigenkapitals  
 - Konten der Warenbewegung einschließlich Bestandsveränderungen  
 - Buchen von privaten Geschäftsvorfällen  
 - Umsatzsteuer und Abschreibungen  
 Ziel: wir buchen von Bilanz zu Bilanz  
 Buchen Sie rechtzeitig den Kurs EDV Buchführung  
 Freitag, 13.01.2012, 18.00 bis 21.00 Uhr und Samstag, 14.01.2012, 9.00 bis 16.00 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 57,30 **Kurs-Nr. U 505 01**  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04153/ 526 83

## Xpert Business

### Finanzbuchführung I - Grundlagen

LA

Leitung: Gerfried Baller  
 - Stellung der Finanzbuchführung innerhalb des betrieblichen Rechnungswesens  
 - Aufgaben der Finanzbuchführung  
 - Gesetzliche Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten

## DRK-Bildungszentrum für Gesundheitsberufe



Deutsches Rotes Kreuz Mölln (04542) 808 150  
[www.drk-krankenhaus.de](http://www.drk-krankenhaus.de)



- Inventurverfahren
- Aufstellung des Inventars sowie der Bilanz
- Auflösung der Bilanz in Konten und Einrichtung

der Bestandskonten

- Einfache und zusammengesetzte Buchungssätze
- Abschluss der Bestandskonten
- Organisation der Finanzbuchführung
- Aufbewahrungspflichten
- Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung
- Kontenrahmen und Kontenplan
- Erfolgskonten - Warenkonten - Privatkonten
- Anschaffungsnebenkosten
- Anschaffungskostenminderung
- Kosten beim Warenverkauf
- Weiterberechnete Nebenkosten und Erlöschmälerung

Unterlagen werden kostenlos gestellt. Bücher für Finanzbuchhaltung beschafft der Dozent zum Preis von Euro 20,00.

Weitere Information erteilt Herr Baller.

Beginn: 26.08.2011

Termine: 15mal freitags, 16.00 bis 19.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 160,00 + Euro 20,00 für Lehrbuch VHS Lauenburg

Anmeldung und Vorabinformation: Mo.- Fr. 10.00 bis 12.00 Uhr Tel. 04543 80 82 32

**Xpert Business**  
**Finanzbuchführung I für Anfänger**

Leitung: Gerfred Baller

Kursinhalt siehe unten (Lauenburg) sowie steuerbare und nichtsteuerbare Umsätze, Umsatzsteuerschuld/Vorsteuerabzug

Aufzeichnung und umsatzsteuerrechtliche Formvorschriften, Umsatzsteuervoranmeldung

Dauerfristverlängerung, Buchen von Umsatzsteuer, Vorsteuer und Zahllast, Anzahlungen

Abschluss der Umsatzsteuerkonten, unentgeltliche Wertgaben, Eigenverbrauch

Geschenke, Bewirtung von Geschäftsfreunden, Reisekosten

Arbeitnehmer/Arbeitgeber, Strafen Spenden, Löhne und Gehälter, gesetzliche soziale Aufwendungen, freiwillige soziale Aufwendungen, Vorschüsse, Abschläge

Vermögenswirksame Leistungen, Geldwerter Vorteil, Sachbezüge, besondere Zuwendungen

Betriebliche Steuern, Privatsteuern, Stundungszinsen, Verspätungs- und Säumniszuschläge

Zwangsgelder

Prüfungsvorbereitungen

Lehrbuch Euro 22,00, Restmaterial und Ausarbeitungen werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

Begrenzte Teilnehmerzahl: 14

Beginn: 27.08.2011

Termine: 15mal samstags, 15.00 bis 18.00 Uhr

RZ

**„Die Zukunft beginnt jetzt“**

Das neue Licht!

LED Leuchtmittel,

bis 90% Energie sparen!

[www.diodor-led-shop.de](http://www.diodor-led-shop.de)

Ort: Katholisches Pfarramt, Fischerstr. 1, Ratzeburg

Gebühr: Euro 175,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 04543 / 808232 montags – freitags von 10.00 bis 12.00 Uhr (Dozent)

**Xpert Business**  
**Lohn und Gehalt I Teil 1 (Anfänger)**

LA

Leitung: Gerfred Baller

Lerninhalte:

Kursinhalt siehe unten (Ratzeburg)

Unterlagen werden kostenlos gestellt. Bücher für Finanzbuchhaltung beschafft der Dozent zum Preis von Euro 20,00.

Weitere Information erteilt Herr Baller.

Beginn: 26.08.2011

Termine: 15mal freitags, 19.00 bis 22.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 160,00

Das Lehrbuch zum Preis von Euro 20,00 stellt der Dozent zur Verfügung.

VHS Lauenburg

Anmeldung und Vorabinformation: Mo.- Fr. 10.00 bis 12.00 Uhr, Tel. 04543 808232

**Xpert Business**  
**Lohn und Gehalt I für Anfänger**

RZ

Leitung: Gerfred Baller

Jede/r Arbeitgeber/in hat für die Beschäftigten Lohnsteuer, Zuschlagsteuer und die gesetzlichen Sozialversicherungsbeiträge einzubehalten und an die entsprechenden Stellen abzuführen. Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Lohnsteuerklassen, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich.

Lehrgangsziel: Systematische und praxisbezogene Einführung in die Lohn- und Gehaltsrechnung

Inhalt: Grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung, Bruttoentgeltermittlung, manuelle Berechnung von gesetzlichen Abzugsbeträgen und Lohnkontenführung sowie das damit zusammenhängende Meldewesen. Material und Ausarbeitungen werden kostenlos zur Verfügung gestellt. Die Lehrbücher Lohn und Gehalt I und Übungen und Musterklausuren kosten je Euro 22,00.

Begrenzte Teilnehmerzahl: 14

Beginn: 27.08.2011

Termine: 15mal samstags, 10.00 bis 13.15 Uhr

Katholisches Pfarramt, Fischerstraße 1, Ratzeburg

Gebühr: Euro 175,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04543 / 808232 montags – freitags 10.00 – 12.00 Uhr (Dozent)

**EDV Buchhaltung**

**EDV - Buchhaltung mit Lexware für Anfänger**

DA

Leitung: Lothar Klotz, Dipl. Betriebswirt

Max. 7 TeilnehmerInnen, 1 TeilnehmerIn pro PC

Voraussetzung sind Kenntnisse der manuellen Buchhaltung

Die Themen aus der Buchführung für Anfänger werden nun EDV-mäßig mit dem Softwareprogramm Lexware Buchhalter umgesetzt.

Termin: nach Absprache mit den Teilnehmern des Grundlagenkurses

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

**Kurs-Nr. U 505 02**

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04153/ 526 83

**Maschinenschreiben**

Erlernen des 10-Finger-Tastschreibens. Buchstaben, Zahlen und Symbole werden erarbeitet, normgerechtes Erstellen von Briefen geübt, Geschwindigkeit und Schreibsicherheit trainiert. Auch für Textverarbeitung am Computer ist das 10-Finger-Tastschreiben unverzichtbar.

**Computerschreiben: 10 - Finger - blind**

BÜ

Leitung: Christa Gniech

Kursinhalt siehe Ankündigung Maschinenschreiben.

Beginn: 13.09.2011

Termine: 5mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang B 1, Raum B 214

(Begrenzte Teilnehmerzahl)

Gebühr: Euro 35,00

VHS Büchen-Gudow e.V.

Anmeldung bei der Kursleiterin: Tel. 04155/4350

**Tastaturschreiben für Kinder ab 8 Jahre**

DA

Leitung: Petra Berbüsse

asdfg – eine der wichtigsten Fertigkeiten des Computerzeitalters.

Heutzutage sitzt fast jeder Schüler vor dem PC, um E-Mails zu schreiben oder zu beantworten. Eine Hausarbeit zu tippen oder im Internet zu surfen. Warum erlernt heutzutage fast keiner früh genug das 10-Finger-System? Jetzt gibt es ein neuartiges Trainingsprogramm, das auf den neuesten Erkenntnissen aus Pädagogik, Hirnforschung, Visualisierungs- und Assoziations-techniken basiert. Dieses neue Trainingsprogramm bedeutet lernen mit viel Spaß und modernsten Lernmethoden für alle ab 8 Jahre. Die Kosten für die 4 Arbeitshefte sind in der Kursgebühr enthalten. Bitte Stift mitbringen.

Beginn Kurs 1: Montag 29.08.2011

weitere Termine: Do 01.09., Mo 05.09. und Do 08.09.2011

von 16.30 bis 18.00 **Kurs-Nr. U 750 02**

Beginn Kurs 2: Montag 16.01.2012

weitere Termine: Do 19.01., Mo 23.01. und Do 26.01.2012

von 16.30 bis 18.00 **Kurs-Nr. U 750 03**

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Gebühr: Euro 43,80 je Kurs inkl. Arbeitshefte u. Gebühr für PCs

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

**10 - Finger Computerschreiben in 3 Lektionen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Teil 1**

LA

Leitung: Anita Soetbeer-Hansen

Ob in der Schule, im Studium, im Beruf oder privat - ohne PC geht nichts mehr. Fast jeder arbeitet am PC, aber kaum jemand kann die Tastatur mit zehn Fingern blind bedienen. Mit unserer Methode ist es nun möglich, die Tastatur eines Computers in nur 4 Lektionen blind bedienen zu lernen. Klingt unglaublich, ist aber wahr. Durch den gezielten Einsatz

von Farben, Musik und erprobten Entspannungstechniken wird der Lernprozess unterstützt. Mit diesem Lernsystem gibt es kein stures Einhämmern auf die Tasten und keine frustrierenden Wiederholungen. Im Gegenteil: Mit diesem System macht es einfach Spaß, das Computerschreiben zu erlernen.

Beginn: 10.09.2011

Termine: 4mal samstags, 10.00 bis 13.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße

Gebühr: Euro 48,00 plus Euro 10,00 für Lehrmaterial

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel: 04131 / 85 47 52 ab 18.00 Uhr, E-Mail: Jens.Soetbeer@gmx.net

**Aufbaukurs zum 10-Finger Computerschreiben in 3 Lektionen für Fortgeschrittene**

LA

Leitung: Anita Soetbeer-Hansen

Nach Besuch unseres I.-Teil-Seminars können Sie nun blind mit 10 Fingern schreiben. - Nun aber nicht auf halber Strecke aufgeben, denn zum Tastenfeld gehören die Ziffern und Zeichen, die Sie im II.-Teil-Seminar auch mit viel Spaß erlernen werden. Einbezogen ist das Schreiben von Geschäfts- und Privatbriefen mit den dazugehörigen Regeln nach DIN 5008 sowie der Lebenslauf und die ansprechende Bewerbung.

Weiter wird aus dem I.-Teil gründlich wiederholt, das Erlernte gefestigt, die Schreibfertigkeit gesteigert, um durch 10-Minuten-Zeitschreiben eine Leistungsbescheinigung zu erreichen.

Alles natürlich mit ganz viel Spaß, Freude und Entspannung.

Beginn: 05.11.2011

Termine: 3mal samstags, 10.00 bis 13.00 Uhr

Gebühr: Euro 36,00 plus Euro 5,00 für Lehrmaterial

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel: 04131 854752 ab 18.00 Uhr

E-Mail: Jens.Soetbeer@gmx.net

**Maschinenschreiben für Anfänger als Vorbereitung auf die EDV-Arbeit**

MÖ

Leitung: Martha Ruhland

Einführung in das Tastschreiben; Vorkenntnisse werden nicht erwartet. Lehrbuch: Hans Lambrich „So lerne ich Maschinenschreiben“, Winklers Verlag, Darmstadt.

Der Kurs kann beginnen, sobald sich genügend Teilnehmer gemeldet haben.

Termine: 20mal di. und do., 17.30 bis 19.00 Uhr

Ort: Landwirtschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 70,00 zzgl. Euro 12,00 Benutzungsgebühren für die elektrischen Maschinen.

Die ermäßigten Kosten betragen insgesamt Euro 62,00 (einschl. Benutzungsgebühren).

VHS Mölln

Auskünfte und Anmeldung: Tel. 04542/1877

**Tippen lernen am PC (für Kinder ab 10 J.)**

RZ

Leitung: Elena Balfanz-Fattakhova

Schnell und sicher mit 10 Fingern schreiben.

Beginn: 12.09.2011

Termine: 10mal montags, 16.40 bis 18.10 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst Barlach Schule), Ratzeburg

Gebühr: Euro 45,00 zzgl. Euro 5,00 Materialkosten

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 04541 / 84 01 02 (Dozentin)

## Computerschreiben - in 4 Tagen erlernen

Leitung: Barbara Meißner, math.-techn. Assistentin

Lernen Sie in 4 Unterrichtstagen die Tastatur eines Computers blind zu bedienen. Durch anschließendes Training gelingt das 10 Fingerschreiben dann schnell und sicher. Durch den Einsatz von Farben, Musik und Entspannungstechniken wird der Lernprozess unterstützt.

Beginn: 05.11.2011

Termine: 4mal sonnabends, 8.30 bis 11.45 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

Gebühr: Euro 74,50 (inkl. Lernhefte) keine Ermäßigung möglich!

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

SB

alles selbständig aus. Jedem Teilnehmer steht ein PC mit Internetanschluss zur Verfügung.

Kursinhalt:

Erklärung aller Geräte, der Arbeitsbereich, die wichtigsten Programme und Funktionen, Internet und E-Mails

Beginn: 13.09.2011

Termine: 8mal dienstags, 19.45 bis 21.15 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang B1, Raum B214

Gebühr: Euro 40,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/4350

## Computer - Grundkurs für Senioren

DA

Leitung: Klaus-Peter Jürgens

Max. 7 TeilnehmerInnen, 1 TeilnehmerIn pro PC  
- Erklärung der Bildschirmmaske, der Hardware u. der Schnittstellen

- Arbeiten mit dem Windows Explorer  
- Erklärung der Bildschirmleisten sowie Aufrufen der Hilfefunktionen  
- Bedeutung der Maustasten  
- Anschließen des Druckers, Kameras, USB-Sticks u. Speicherkarten  
- Installieren und Löschen von Programmen  
Beginn: 07.11.2011

Termine: 5mal montags, 15.30 bis 17.30 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
Kurs-Nr. U 501 05

Gebühr: Euro 64,00 inkl. Benutzungsgebühr für PCs

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 736 04

## Frauen-Computerkurs für Einsteigerinnen

LA

Leitung: Anita Soetbeer-Hansen

Der Computer gehört heute zum Leben und ist ein Stück Selbstverständlichkeit und Freiheit. Durch ihn haben Sie bessere Chancen im Beruf, können Ihren privaten Schriftverkehr professionell verwalten und bekommen via Internet Kontakt mit der ganzen Welt.

Durch praktische Übungen erwerben Sie in diesem Kurs die erforderlichen Grundkenntnisse in Windows, Ordnerstruktur, Dateiablage und den Einstieg in Word. Sie gestalten Texte, erstellen Briefe und Einladungen mit Word und machen Ihre ersten Erfahrungen mit dem Internet.

Zahlreiche - speziell für Sie vorbereitete - Übungen werden Ihnen helfen, mit viel Freude und Spaß Ihre Ziele zu erreichen.

Beginn: 14.09.2011

Termine: 4mal mittwochs und donnerstags, 18.30 bis 20.45 Uhr

14./15.09. und 21./22.09.2011

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 36,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04131 / 85 47 52 ab 18.00 Uhr,  
E-Mail: Jens.Soetbeer@gmx.net

## EDV für Senioren

LA

Leitung: Jens Soetbeer

Immer noch haben viele Menschen Vorbehalte gegenüber dem Computer und können sich nicht vorstellen, mit der Computerwelt zurecht zu kommen.

Hier wird Abhilfe geschaffen! Wir fangen ohne Fachchinesisch ganz vorne an und hören mit selbstgeschriebenen Briefen wieder auf. Ohne Hektik und Stress.

Inhalte:

- Wichtige Begriffe rund um den Computer  
- Programme starten und beenden  
- Text schreiben und drucken  
- Text ablegen und wiederfinden  
- uvm.

1 Wochenende, Termine:

Freitag, 21.10.2011, 18.00 bis 20.15 Uhr

Samstag/Sonntag, 22./23.10.2011, 10.00 bis 14.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße

Gebühr: Euro 41,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel: 04131 854752 ab 18.00 Uhr

E-Mail: Jens.Soetbeer@gmx.net

## EDV für Seniorinnen

LA

Leitung: Anita Soetbeer-Hansen

Textbeschreibung siehe oben.

1 Wochenende, Termine:

Freitag, 25.11.2011, 18.00 bis 20.15 Uhr

Samstag/Sonntag, 26./27.11.2011, 10.00 bis 14.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße

Gebühr: Euro 41,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel: 04131 854752 ab 18.00 Uhr

E-Mail: Jens.Soetbeer@gmx.net

## Computer für Anfänger (AG)

MÖ

Leitung: Alexander Gutsche

Unabhängig von Alter und Geschlecht, der Computer ist ein wichtiges Werkzeug für jeden.

In diesem Kurs erfolgt eine Einführung in das Betriebssystem Windows: Verwalten von Ordnern und Dateien. Außerdem lernen die Teilnehmer den Umgang mit einer Textverarbeitung: Briefe schreiben, Einladungen, Protokolle u.ä. fertigen und unternehmen erste Schritte im Internet.

Es werden keine Kenntnisse vorausgesetzt. Jedem Teilnehmer wird ein eigener PC mit Internetzugang zur Verfügung gestellt. Daher erhöht sich die Höregebühr um eine Benutzungsgebühr von Euro 25,00.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 8mal montags, 18.00 bis 20.00 Uhr  
Ort: Computerraum der Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg.

Gebühr: Euro 57,20 (bei 8 Teiln.) zzgl. Euro 25,00 PC-Benutzung

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Allgemeine Grundkenntnisse am PC erlernen

NU

Leitung: Wolfgang Milbredt

Das Kursziel ist, dass Sie mit der Oberfläche von Windows umgehen und wichtige Aufgaben, wie Starten von Programmen und Datenorganisation, bewältigen.

Voraussetzungen: Keine.

Es steht für jeden Teilnehmer ein PC zur Verfügung.

Es werden folgende Themen behandelt:

Die ersten Schritte in Windows, Einrichten des Arbeitsplatzes, Der Arbeitsplatz in Detail, Arbeiten mit Programmen, Den Desktop einrichten, Windows Hilfe/Suchen, Der Explorer, Datenaustausch.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 5mal montags, 18.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nusse

Gebühr: Euro 52,00

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann,  
Tel. 04536/808262

## PC - Anwendungen für Senioren

NU



Leitung: Wolfgang Milbredt

Lernziel: Den PC zu verstehen, es werden Grundlagen der Textverarbeitung vermittelt.

Internet: wie gehe ich mit dem Internet um. Information über interessante Themen wie über betreute Urlaubsreisen, Ihre nächsten Ausflugsfahrten oder was ich schon immer mal wissen wollte.

E-Mails versenden und empfangen.

Es steht für jeden Teilnehmer ein PC zur Verfügung.

Dieser Kurs ist für Jeden ab einem Alter von 60 Jahren gedacht.

Teilnahmevoraussetzung: Wenig PC- und Windows-Grundkenntnisse.

Beginn: 07.09.2011

Termine: 5mal mittwochs, 18.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nusse

Gebühr: Euro 52,00

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel.

04536/808262

## Computerkurs für Senioren, Anfänger

RZ

Leitung: Elena Balfanz-Fattakhova

Es werden Grundlagen der Textverarbeitung vermittelt.

- Texte schreiben, korrigieren, speichern

- Formatierungen

- Aufzählungszeichen und Nummerierung

- Tabellen erstellen, füllen, formatieren, sortieren

- Einfügen von Grafiken (aus Datei oder ClipArt)

- Visitenkarten, Adressetiketten

- Überblick im Internet, Outlook, Excel und Powerpoint.

Beginn 1. Kurs: 19.09.2011

Termine: 12mal: montags 6mal, 15.00 bis 16.30 Uhr und freitags 6mal (2mal pro Woche)

von 16.10 bis 17.40 Uhr

Beginn 2. Kurs: 20.09.2011

Termine: 12mal: dienstags 6mal und donnerstags 6mal (2mal pro Woche) jeweils von

16.40 bis 18.10 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg

Gebühr: Euro 70,00 zzgl. 5,00 Euro Materialkosten

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 04541 / 84 01 02 (Dozentin)

## PC und Internet für Anfänger

RZ

Leitung: Jürgen Jacobsen

Ich arbeite nach dem neuen von mir entwickelten Kreislauf-Modell. Am Ende des Unterrichts steht das Ziel, dass jeder mit dem PC Schriftstücke aller Art erstellen bearbeiten, speichern und ausdrucken oder als E-Mail versenden kann. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

**DRK-Bildungszentrum**  
für Gesundheitsberufe



Mölln (04542) 808 150  
www.drk-krankenhaus.de

## EDV

Die Volkshochschulen arbeiten mit verschiedenen Softwareversionen. In der Regel unterscheiden diese sich — zumal die neueren Versionen — nur graduell.

Wenn Sie Näheres wissen möchten, informiert Sie gerne Ihr(e) VHS-Leiter(in).

## Kinder- und Jugendkurse

### PC-Kurs für Teens ab 14 Jahre

DA

Leitung: Andreas Hartung

Immer mehr Schüler müssen Referate schreiben, Tabellen erstellen oder Projekte präsentieren. Mit den Office-Programmen Word, Excel und Powerpoint kann man viele dieser Aufgaben lösen. Die Vhs Dassendorf bietet deshalb einen Kompaktkurs an 3 Vormittagen in den Herbstferien an. Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche ab 14 Jahren und vermittelt Hilfen und Praxistipps für das Arbeiten im schulischen Bereich.

Termine: Mo., 10.10. - Mi., 12.10.2011 von 9.00 bis 12.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Kurs-Nr. U 750 01

Gebühr: Euro 43,20 inkl. Benutzungsgebühr für PCs

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 969 315

## Einführungskurse

### Grundlagen der PC-Anwendungen

AU

Seniorenkurs 50+

Leitung: Axel Irgang, Tel. 04104/1487

Beginn: 27.10.2011

Termine: 10mal jeweils 18.00 bis 21.00 Uhr  
Do. 27.10., Mo. 31.10., Do. 03.11., Mo. 07.11., Do. 10.11., Mo. 14.11., Do. 17.11., Mo. 21.11., Do. 24.11. und Mo. 28.11.2011

Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule, Aumühle

Gebühr: Euro 120,00

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte schriftlich bei der VHS

## PC - Einführung

BÜ

Leitung: Christa Gniech

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierte, die gar nicht oder nur wenig am Computer gearbeitet haben. Wir beginnen beim Einschalten und enden mit dem Ausschalten des Rechners. Sie probieren



Beruf

Extra für diese Kurse entwickelte Unterrichtsmaterialien können beim Dozenten für 3,00 Euro erworben werden.

Senioren sind willkommen. Wer möchte, kann seinen Laptop mitbringen.

Beginn: 14.09.2011

Termine:

1. Kurs: 10mal mittwochs, 15.00 bis 16.30 Uhr

2. Kurs: 10mal mittwochs, 16.45 bis 18.15 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst Barlach Schule), Ratzeburg

Gebühr: je Kurs Euro 56,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 04541 / 857985 o. tuglas@aol.com (Dozent)

### Alles auf Anfang – Grundkurs Einführung in die Benutzung eines PC

SB

Leitung: Barbara Meißner, mathem.-techn. Assistentin

Ein Kursangebot für Teilnehmer ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

Schritt für Schritt erlernen sie die Benutzung eines PCs.

Wie verwende ich Maus und Tastatur richtig? Was sind Programme, Dateien und Ordner und was mache ich damit? Wie benutze ich das Internet? Wie und womit kann ich Briefe schreiben, Tabellen und Listen anlegen, Folienpräsentationen erstellen?

Beginn: Montag 05.09.2011

Termine: 05.09., 07.09., 12.09., 14.09., 26.09., 28.09., 05. und 06.10.2011, jeweils 9.00 bis 11.30 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

Gebühr: Euro 64,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Aufbaukurse

#### Computer - Aufbaukurs für Senioren

DA

Leitung: Klaus-Peter Jürgens

Max. 7 TeilnehmerInnen, 1 TeilnehmerIn pro PC  
Die TeilnehmerInnen sollen die wesentlichen Funktionen von Word kennenlernen und in der Lage sein, im Internet zu surfen, Auskünfte einzuholen und mit E-Mails zu arbeiten.

Kursinhalte sind:

- Abrufen von mitgelieferten Windows-Programmen

- Schreiben von Briefen, Vorlagen, Einfügen von Grafik

- E-Mails einrichten, senden und empfangen

- Verbindungen ins Internet und Surfen im Internet

Beginn: 08.11.2011

Termine: 5mal dienstags, 15.30 bis 17.30 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Kurs-Nr. U 501 06

Gebühr: Euro 64,00 inkl. Benutzungsgebühr für PCs

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 736 04

#### Frauen-Computerkurs für Fortgeschrittene

LA

Leitung: Anita Soetbeer-Hansen.

Sie haben schon zwei VHS - Kurse besucht oder bringen ähnliche Basiskenntnisse in

Windows/Word mit. - Darauf baut dieser Kurs auf und intensiviert vor allem das Textverarbeitungsprogramm mit den vielen Möglichkeiten Briefe und Texte zu gestalten.

Beginn: 02.11.2011

Termine: 2mal mittwochs, 02./09.11.2011 und

2mal donnerstags, 03./10.11.2011

jeweils 18.30 bis 20.45 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße

Gebühr: Euro 36,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel: 04131 854752 ab 18.00 Uhr,

E-Mail: Jens.Soetbeer@gmx.net

#### Der Office Büroalltag: Word, Excel, PowerPoint u. Internet Explorer

LA

Leitung: Jens Soetbeer - Hansen

In diesem Kurs wird das Zusammenspiel der MS-Office-Programme Word, Excel und PowerPoint an einem typischen Beispiel aus dem Büroalltag erprobt und geübt.

Für ein neues Produkt wird mit Excel eine Kalkulation erstellt, anschließend mit Word ein Serienbrief geschrieben, um den Kunden dieses Produkt anzubieten. Die Anschriften der Kunden wiederum stammen aus einer Excel-Tabelle. Mit PowerPoint wird eine kleine Präsentation vorbereitet, um Mitarbeitern, Kunden und der Presse das neue Produkt vorzustellen. Die Mitarbeiter werden mit einem Serienbrief über den Umsatz und ihre erzielte Provision unterrichtet. Alle Termine und Aufgaben werden im Kalender von Outlook gespeichert.

Voraussetzung: Windows- und Word-Grundlagen

Termine: 2mal freitags, 14./21.10.2011, 18.00 bis 21.00 Uhr

2mal samstags, 15./22.10.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 72,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel: 04131 / 85 47 52 ab 18.00 Uhr,

E-Mail: Jens.Soetbeer@gmx.net

#### Computer für Senioren - Fortgeschrittene

RZ

Leitung: Elena Balfanz-Fattakhova

Das Erlernte wird weiter vertieft:

Vermittelt wird: Internet, Outlook, Digitalkamera, Bearbeitungsprogramme, USB-Stick, CD-ROM, DVD, Media Player (CD mit Musik kopieren und brennen)

Beginn: **1. Kurs** 20.09.2011

Termine: 12mal; 6mal dienstags und 6mal donnerstags (2mal pro Woche) jeweils von 15.00 bis 16.30 Uhr

Beginn: **2. Kurs** 31.10.2011

Termine: 12mal; 6mal montags von 15.00 bis 16.30 Uhr und 6mal freitags (2mal pro Woche) jeweils 16.10 bis 17.40 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg

Gebühr: je Euro 70,00 zzgl. Euro 5,00 Materialkosten

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04541 / 840102 (Dozentin)

#### Alles auf Anfang - Aufbaukurs II

SB

Einführung in die Benutzung eines PC

Leitung: Barbara Meißner, mathem.-techn. Assistentin

Fortsetzungskurs aus dem Frühjahrssemester 2011

Neue TeilnehmerInnen sind herzlich willkommen! Es werden Computer-Grundkenntnisse vorausgesetzt.

Sie erweitern und intensivieren Ihre Kenntnisse aus dem PC-Aufbaukurs I. Die Inhalte des Kurses werden mit den TeilnehmerInnen besprochen.

Beginn: Donnerstag, 08.09.2011

Termine: 08./09.09., 15./16.09.,

29./30.09.2011, 9.00 bis 11.30 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

Gebühr: Euro 48,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Textverarbeitung

#### WORD Textverarbeitung für Anfänger

AU

Seniorenkurs 50+

Leitung: Axel Irgang, Tel. 04104/1487

Termine: 6mal jeweils 18.00 bis 21.00 Uhr

Do. 01.12., Mo. 05.12., Do. 08.12., Mo.

12.12., Do. 15.12. und

Mo. 19.12.2011

Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule, Aumühle

Gebühr: Euro 75,00

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte schriftlich bei der VHS

#### Einstieg in die Arbeit am PC mit Word 2007

DA

Leitung: Andreas Hartung

Max 7 TeilnehmerInnen ab 16 Jahren, 1 TeilnehmerIn pro PC

Der Kurs vermittelt die Grundlagen für die Arbeit mit dem PC. Der Einstieg in die praktische Arbeit erfolgt mit der Textverarbeitung WORD. Inhalt:

- Grundlegende Aufgaben, Arbeitstechniken und Funktionen des Betriebssystems (Markieren, Kopieren, Ordner anlegen)

- Text eingeben, speichern, öffnen und drucken

- Textformatierung (Absatz-, Zeichen- u. Bereichsformatierungen)

- Erstellen einfacher Tabellen

Beginn: 28.10.2011

Termine: 4mal freitags, 17.00 bis 19.15 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Gebühr: Euro 57,60 inkl. Benutzungsgebühr für PCs

VHS Dassendorf Kurs-Nr. U 501 25

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 969 315

#### Einführung in die Textverarbeitung WORD 2007 (AG)

MÖ

Leitung: Martha Ruhland

Für Teilnehmer, die es langsam angehen lassen.

Der Kurs ist geeignet u. a. für Senioren und Seniorinnen und für alle, die schon immer mal in die EDV einsteigen wollten.

Inhalt:

Texte und Grafiken eingeben und gestalten  
Laden, Bearbeiten, Sichern und Drucken von Dateien

Teilnehmerwünsche und -fragen werden berücksichtigt.

Interessenten können sich melden; der Termin wird abgesprochen.

Der Unterricht findet nachmittags statt.

VHS Mölln

Auskunft und Anmeldung: Tel. 04542/1877

### Grundlagen der Textverarbeitung mit WORD 2000 von 2007 (AG)

MÖ

Lehrgang zur beruflichen Fortbildung

Leitung: Martha Ruhland

Ziel des Lehrganges ist die Einführung in die rationelle Erledigung des kaufmännischen Schriftverkehrs mit Hilfe des PCs.

Inhalt:

- Ordner und Dateien

- Einführung in Texteingabe und Textgestaltung

- Laden, Bearbeiten, Sichern und Drucken von Texten

- Silbentrennung/Rechtschreibung

- Kopieren und Verschieben

- Suchen und Ersetzen

- Nummerierung, Gliederung und Aufzählungen

- mit Tabellen arbeiten

- Kopf- und Fußzeilen

- Erstellen von Dokumentvorlagen

- Briefe gestalten

- Sonderzeichen und Objekte mit WordArt

und Grafiken

12 Doppelstunden, verteilt auf 8 Abende

Jeder Hörer erhält seinen eigenen PC

Beginn: nach Absprache

Termine: 10mal, 19.00 bis 21.15 Uhr

Ort: Landwirtschaftsschule

Gebühr: Euro 62,50 zuzügl. PC-Benutzungsgebühr

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 04542/1877

#### PC-Anwendungen WORD und EXCEL

NU

Leitung: Wolfgang Milbredt

Lernziel: Erwerb von Grundkenntnissen zur

Anwendung der Programme Word und Excel.

Kursinhalt siehe unten (Sandesneben).

Es steht für jeden Teilnehmer ein PC zur Verfügung.

Teilnahmevoraussetzung: Windows - Grundkenntnisse.

Beginn: 31.10.2011

Termine: 5mal montags, 18.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nusse

Gebühr: Euro 52,00

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter Hoffmann, Tel. 04536/808262

#### Einführung in Word (Groß Grönau)

RZ

Leitung: Dr. Herwig Nöthel

Eine Einführung in die Handhabung der wichtigsten Funktionen des Textverarbeitungsprogramms Word.

Folgende Themen werden behandelt:

- Texterfassung und entsprechende Gestaltung

- Seitengestaltung

- Erstellung einfacher Tabellen

- Einfügen von Grafiken, ClipArt und Word-

Art-Objekten

- Serienbriefe / Adressetiketten

Die Teilnehmer sollten Vorkenntnisse im Umgang mit dem Betriebssystem Windows haben.

Begrenzte Teilnehmerzahl (10)

Für jeden Teilnehmer steht ein eigener PC zur Verfügung.

Beginn: 27.10.2011

Termine: 4mal donnerstags, 17.15 bis 19.15 Uhr

Ort: Waldschule Groß Grönau

Gebühr: Euro 28,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 04544 / 1619 (Dozent) ab 19 Uhr

**EDV - Einstieg in Word und Excel**

Leitung: Wolfgang Milbredt  
Lernziel: Erwerb von Grundkenntnissen zur Anwendung der Programme Word und Excel.  
Inhalte:

Word: Bildschirmaufbau; Texte erfassen; gestalten und formatieren; Texte öffnen, speichern und drucken; Rechtschreibkontrolle; Einbinden von Grafiken.

Excel: Aufbau, Arbeits- und Funktionsweise von Kalkulationsprogrammen, Tabellen entwerfen, erstellen, formatieren und ausdrucken, Anwendung von einfachen Formeln und Funktionen, Erstellen von Diagrammen. Zusätzlich wird auf das Zusammenspiel der beiden Programme eingegangen, es werden Exceltabellen in Word eingefügt und Excel-Daten über Serienbriefe gedruckt.

Teilnahmevoraussetzung: Windows - Grundkenntnisse.

Beginn: 06.09.2011

Termine: 5mal dienstags, 18.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben

Gebühr: Euro 52,00

VHS Sandesneben - Nüsse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536 / 808262

**Wunschkarten und Flyer mit Word entwerfen**

Leitung: Jens Soetbeer - Hansen

Hier fängt der Spaß mit Word richtig an.

Wunschkarten für jeden Anlass, Familienkarten mit eigenen Fotos, individuelle Einladungskarten und Falblätter (Flyer) - das sind die weiteren Möglichkeiten die Ihnen mit WORD und dem Internet zur Verfügung stehen. Alles super einfach und mit viel Freude.

Voraussetzung: Word - Grundkenntnisse

Termin: Samstag, 03.09.2011, 10.00 bis 15.00 Uhr

Gebühr: Euro 20,00 zzgl. Euro 5,00 für Fotokopien

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel: 04131 / 85 47 52 ab 18.00 Uhr,

E-Mail: Jens.Soetbeer@gmx.net

**EXCEL / Tabellenkalkulation**

EXCEL ist ein Tabellenkalkulationsprogramm, mit dessen Hilfe umfangreiche Rechenoperationen, wie z.B. Kostenanalysen, Statistiken durchgeführt und grafisch dargestellt werden können.

Lehrgangsinhalt:

Aufbau, Arbeits- und Funktionsweise des Programmes

Tabellen erstellen, formatieren, drucken

Formeln und Funktionen anwenden

Tabellen und Kalkulationen grafisch darstellen

Autofunktionen

**EXCEL Grundkurs**

Leitung: Liselotte Heß

Kursinhalt siehe Sondertext EXCEL

Samstag, 05.11.2011, 9.00 bis 13.00 Uhr und

Samstag, 12.11.2011, 9.00 bis 13.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang B 1, Raum B 214

Gebühr: Euro 30,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Information bei der Kursleiterin, Tel. 04155/3278

Schriftliche Anmeldung bei der VHS Büchen-Gudow e.V.

SN

**EXCEL 2007 - Grundlagen**

Leitung: Andreas Hartung

Max. 7 TeilnehmerInnen, 1 TeilnehmerIn pro PC

In diesem Workshop wird der Umgang mit einfachen Formeln und Funktionen, das Erstellen von Diagrammen, das Arbeiten mit relativen und absoluten Bezügen und das Layout von Tabellen anhand praktischer Beispiele gezeigt.

Beginn: 09.09.2011

Termine: 4mal freitags 17.00 bis 19.15 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Gebühr: Euro 57,60 je Kurs inkl. Benutzungsgebühr für PCs

VHS Dassendorf **Kurs-Nr. U 501 18**

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 969 315

**Excel 2007 für Einsteiger**

Leitung: Rudolf Bansen

Max. 7 TeilnehmerInnen, 1 TeilnehmerIn pro PC

Voraussetzung: Grundkenntnisse von Windows. Kursinhalt:

- Kennenlernen der Arbeitsmappe und der Tabellenfunktion

- Rechnen mit Formeln und Funktionen

- Formatieren von Tabellen

- Tabellen für den Ausdruck vorbereiten

- Individuelle Einrichtung von Excel

- Automatisierung und Vereinfachung der Arbeit mit Excel

Beginn: Mittwoch, 26.10.2011

weitere Termine: Do 27.10., Mi 02.11. und

Do 03.11.2011 von 18.00 bis 20.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

**Kurs-Nr. U 501 21**

Gebühr: Euro 51,20 je Kurs inkl. Benutzungsgebühr für PCs

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 71 907

**EXCEL am Vormittag - für Anfänger mit eigenem PC**

Leitung: Detlef Lähndorf, selbstständiger Programmierer

Es werden Ihnen die Grundfunktionen von EXCEL anhand von Beispielen erklärt. Die Grundrechenarten und deren Anwendung werden Ihnen vermittelt. Auch wie Sie Spalten und Zeilen aus- und einblenden können, um die Übersicht zu behalten.

Die Anwendung von Tastaturkürzeln erleichtert das Arbeiten... und wir können auch gern noch tiefer in die Abgründe von Excel gehen!

- Bitte bringen Sie Ihren eigenen Laptop/PC mit!! -

Beginn: 06.09.2011

Termine: 5mal dienstags/donnerstags, 10.00 bis 12.00 Uhr,

06.09./ 08.09./ 13.09./ 15.09./ 20.09.2011

Gebühr: Euro 40,00

Ort: „Kunstvoll am Zug“, Am Lütten Markt

(ehemals Neetzke)

VHS Lauenburg

Anmeldung: 04153 53891 oder 0152

2716244

**EXCEL am Abend - für Anfänger mit eigenem PC**

Leitung: Detlef Lähndorf, selbstständiger Programmierer

Kursbeschreibung siehe oben.

DA

- Bitte bringen Sie Ihren eigenen Laptop/PC mit!! -

Beginn: 06.09.2011

Termine: 5mal dienstags/donnerstags, 18.00 bis 20.00 Uhr

06.09./ 08.09./ 13.09./ 15.09./ 20.09.2011

Gebühr: Euro 40,00

Ort: „Kunstvoll am Zug“, Am Lütten Markt

(ehemals Neetzke)

VHS Lauenburg

Anmeldung: 04153 53891 oder 0152 2716244

**Einführung in die Tabellenkalkulation EXCEL 2007**

Leitung: Martha Ruhland

Kursinhalt siehe Sondertext EXCEL.

Interessierte Teilnehmer können sich melden. Der Termin wird abgesprochen und rechtzeitig bekannt gegeben.

Abgerechnet werden 12 Doppelstunden

Ort: Landwirtschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 62,50 zuzügl. PC-Benutzungsgebühr

VHS Mölln

Anmeldung und Auskünfte: Tel. 04542/1877

**Einführung in EXCEL (Groß Grönau)**

Leitung: Dr. Herwig Nöthel

Eine Einführung in die Handhabung der wichtigsten Funktionen des Tabellenkalkulationsprogramms EXCEL.

Folgende Themen werden behandelt:

- Aufbau, Arbeits- und Funktionsweise des Programms

- Tabellen erstellen, formatieren und drucken

- Formeln und Funktionen anwenden

- Tabellen und Kalkulationen grafisch darstellen

- Autofunktionen

Die Teilnehmer sollten Vorkenntnisse im Betriebssystem Windows haben. Für jeden Teilnehmer steht ein eigener PC zur Verfügung. Begrenzte Teilnehmerzahl (10).

Beginn: 27.10.2011

Termine: 5mal donnerstags, 19.30 bis 21.30 Uhr

Ort: Waldschule Groß Grönau

Gebühr: Euro 35,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung, Tel. 04544 / 1619 (Dozent) ab

19 Uhr

**EXCEL für Fortgeschrittene**

Leitung: Liselotte Heß

Kursinhalt siehe Sondertext EXCEL

Samstag, 19.11.2011, 9.00 bis 12.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang B 1, Raum B 214

Gebühr: Euro 15,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Information bei der Kursleiterin, Tel.

04155/3278

Schriftliche Anmeldung bei der VHS Büchen-Gudow e.V.

**EXCEL 2007 - Vertiefung**

Leitung: Andreas Hartung

Max. 7 TeilnehmerInnen, 1 TeilnehmerIn pro PC

In diesem Workshop werden vorhandene Grundkenntnisse aus dem ersten Workshop vertieft und erweitert. Dabei wird der Umgang mit weitergehenden Funktionen aus verschiedenen Bereichen, der Einsatz des

Funktionsassistenten, die Nutzung einfacher Datenbankfunktionalitäten sowie das

Arbeiten mit verknüpften Tabellen und Ar-

beitsblättern anhand praktischer Beispiele gezeigt.

Beginn Kurs 1: 25.11.2011

Beginn Kurs 2: 13.01.2012

Termine: je Kurs 3mal freitags, 17.00 bis 19.15 Uhr

Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Gebühr: je Kurs Euro 43,20 inkl. Benutzungsgebühr für PCs

**Kurs-Nr. U 501 19/20**

VHS Dassendorf

Verbindliche Anmeldung unter Tel. 04104/

699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 969 315

**EXCEL 2007 Aufbaukurs**

Leitung: Rudolf Bansen

Max. 7 TeilnehmerInnen, 1 TeilnehmerIn pro PC

Inhalte: Voraussetzung: gute Kenntnisse Excel. Kursinhalt:

- Arbeit mit den Datenbankfunktionen

- Datenerfassung

- Datenauswertung durch Sortierung und Filterung

- Pivot-Tabellen

- Darstellung von Tabellen mit Diagrammen

Beginn: Mittwoch, 09.11.2011

weitere Termine: Do 10.11., Mi 16.11. und Do 17.11.2011

von 18.00 bis 20.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Gebühr: Euro 51,20 inkl. Benutzungsgebühr für PCs **Kurs-Nr. U 501 22**

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 71 907

**EXCEL 2007 - Arbeiten mit Pivot und Co**

Leitung: Rudolf Bansen

Max. 7 Teilnehmer/-innen, 1 Teilnehmer/-in pro PC

Excel 2007 stellt Funktionen zur Verfügung, mit der Sie große Datenbestände schnell und sicher auswerten können:

- Sortieren und Filtern

- Gruppieren und Zwischensummen bilden

- Pivot -Tabellen

Sie lernen an Hand von Praxisbeispielen die Nutzung dieser Funktionen kennen.

Beginn: Mittwoch, 23.11.2011

weitere Termine: Do 24.11., Mi 30.11. und Do 01.12.2011

von 18.00 bis 20.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Gebühr: Euro 51, 20 inkl. Benutzungsgebühr für PCs

**Kurs-Nr. U 501 23**

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 71 907

**DRK-Bildungszentrum**  
für Gesundheitsberufe



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

Mölln (04542) 808 150  
www.drk-krankenhaus.de



## EXCEL am Vormittag - für Anfänger mit eigenem PC - Folgekurs

LA

Leitung: Detlef Lähndorf,  
selbstständiger Programmierer

Teilnehmer/Innen, die das Gelernte aus dem vorherigen Kurs festigen und Neues dazulernen möchten oder Kenntnisse mitbringen, sind herzlich willkommen.

- Bitte bringen Sie Ihren eigenen Laptop/PC mit!!

Beginn: 25.10.2011

Termine: 5mal dienstags/donnerstags, 10.00 bis 12.00 Uhr

25.10./ 27.10./ 01.11./ 03.11./ 08.11.2011  
Ort: „Kunstvoll am Zug“, Am Lütten Markt (ehemals Neetzke)

Gebühr: Euro 40,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: 04153 53891 oder 0152 2716244

## EXCEL am Abend - für Anfänger mit eigenem PC - Folgekurs

LA

Leitung: Detlef Lähndorf, selbstständiger Programmierer

Kursbeschreibung siehe oben.

- Bitte bringen Sie Ihren eigenen Laptop/PC mit!!

Beginn: 25.10.2011

Termine: 5mal dienstags/donnerstags, 18.00 bis 20.00 Uhr

25.10./ 27.10./ 01.11./ 03.11./ 08.11.2011  
Ort: „Kunstvoll am Zug“, Am Lütten Markt (ehemals Neetzke)

Gebühr: Euro 40,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: 04153 53891 oder 0152 2716244

## Grafik

### Präsentation mit Powerpoint 2007

DA

Leitung: Andreas Hartung

Max. 7 TeilnehmerInnen ab 16 Jahren, 1 TeilnehmerIn pro PC

Ziel diese Workshops ist es, anhand der Erstellung einer eigenen Präsentation den Umgang mit einer zeitgemäßen Präsentationstechnik zu erlernen. Dabei werden Folien grafisch aufbereitet, erhalten Hyperlinks und werden abschließend in einer Gruppe präsentiert.

Termin 1:

Samstag, 24.09.2011 von 8.30 bis 13.00 Uhr

Termin 2:

Samstag, 26.11.2011 von 8.30 bis 13.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

**Kurs-Nr. U 501 10/11**

Gebühr: Euro 28,80 je Kurs inkl. Benutzungsgebühr für PCs

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 969 315

### Präsentationen erstellen mit Powerpoint 2007

DA

Leitung: Rudolf Bansen

Max. 7 TeilnehmerInnen ab 16 Jahren, 1 TeilnehmerIn pro PC

Inhalte: An Hand mehrerer Projekte (z. B. Einladung, Präsentation von Urlaubseindrücken) werden die Möglichkeiten von Powerpoint angewandt und durch pfiffige Animationen ansprechend dargestellt. Die Projekte

werden im Rahmen des Kurses vorgeführt und besprochen. Grundkenntnisse über die Arbeit mit Powerpoint sind sinnvoll aber nicht unbedingt Voraussetzung.

Beginn: Mittwoch, 18.01.2012

weitere Termine: Do 19.01., Mi 25.01. und Do 26.01.2012

von 18.00 bis 20.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

**Kurs-Nr. U 501 12**

Gebühr: Euro 51,20 inkl. Benutzungsgebühr für PCs

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 71 907

### Einführung in Powerpoint (Groß Grönau)

RZ

Leitung: Dr. Herwig Nöthel

Eine Einführung in die Handhabung der wichtigsten Funktionen des Präsentationsprogramms Power Point.

Folgende Themen werden behandelt:

- Aufbau, Arbeits- und Funktionsweise des Programms

- Erzeugen von Texten, Grafiken und Diagrammen

- Optische Gestaltung der Elemente

- Bildschirm- und Folienpräsentation

Die Teilnehmer sollten Vorkenntnisse im Umgang mit dem Betriebssystem Windows haben. Für jeden Teilnehmer steht ein eigener PC zur Verfügung.

Begrenzte Teilnehmerzahl (10).

Beginn: 22.09.2011

Termine: 2mal donnerstags, 19.30 bis 21.30 Uhr

Ort: Waldschule Groß Grönau

Gebühr: Euro 15,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung, Tel. 04544 / 1619 (Dozent) ab 19 Uhr

## Digitalfotografie! Bildbearbeitung! Videoschnitt

### Digitale Fotografie - Gute Fotos machen

NU

...ist lernbar

Leitung: Andreas Überscher

Kursbeschreibung siehe unten (Sandesneben).

Beginn: 06.09.2011

Termine: 4mal dienstags, 18.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nusse

Gebühr: Euro 48,00

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536 / 808262

### Digitale Fotografie - Gute Fotos machen

SN

...ist lernbar

Leitung: Andreas Überscher

Digitale Kameras werden immer beliebter und revolutionieren die Fotografie. Dieser Einführungskurs erläutert technische Grundlagen, Fachbegriffe und gibt praktische Tipps für den Umgang mit digitalen Kameras sowie für die Nachbearbeitung am PC. Für alle, die schon eine Digitalkamera besitzen und für Neueinsteiger gibt es in diesem Kurs nützliche Information. Wie z. B. die Wahl der richtigen Kamera, der Weg zum perfekten Foto durch Bildbearbeitung am PC, die verschiedenen Ausgabemöglichkeiten auf Druckern oder anderen Medien. Aber nicht nur technische Fragen, son-

dern auch Probleme der Bildgestaltung bei der Aufnahme und am PC werden behandelt.

Gleichzeitig soll der Kurs zum Experimentieren anregen und zum Ideenaustausch unter den Teilnehmern dienen.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 4mal montags, 18.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben

Gebühr: Euro 48,00

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536 / 808262

### Digitale Fotobearbeitung

AU

Leitung: Axel Irgang, Tel. 04104/1487

Wie kommt das Foto von der Kamera in den PC? Speichermöglichkeiten, einfache Fotobearbeitung

Wie komme ich günstig zu einem Papierbild? Brennen auf CD, Versenden als E-Mail, Erstellen einer Diashow, Installation

Beginn: 19.09.2011

Termine: 4mal jeweils 18.00 bis 21.00 Uhr

Mo. 19.09., Do. 22.09., Mo. 26.09. und Do. 29.09.2011

Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule Aumühle

Gebühr: Euro 50,00

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte schriftlich bei der VHS

### Fotobucherstellung am PC

SN

Leitung: Alina Schmidt

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

Sie haben sehr schöne Fotos geschossen und nun liegen diese im Schuhkarton oder befinden sich immer noch auf ihrer Speicherkarte der Kamera?

In diesem Kurs erfahren Sie, wie ihre Fotos mit Hilfe frei zugänglicher Software in einem eigens erstellten Fotobuch präsentieren können.

Bitte bringen Sie ihre Fotos auf USB-Stick oder CD sowie einen leeren USB-Stick mit einer Mindestkapazität von 1GB mit. Falls vorhanden können Sie auch ihren Laptop mitbringen.

Beginn: 08.09.2011

Termine: 3mal donnerstags, 18.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben

Gebühr: 40,00 Euro

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536 / 808262

### Einführung in das Arbeiten mit Photoshop

MÖ

Kursleitung: Martin Linke, Diplom-Designer / Illustrator

Sie besitzen einen PC und eine digitale Kamera / einen Scanner, verfügen aber erst über Grundkenntnisse in der EDV und möchten dennoch den Einstieg in die faszinierende Welt der digitalen Bildverarbeitung und gleichzeitig in Adobe Photoshop wagen.

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse. Lerntempo und Schwerpunkte zielgruppengemäß.

Bitte bringen Sie einen USB-Speicherstick mit.

Schwerpunktt Themen sind:

- Wichtige Werkzeuge in Photoshop und deren Handhabung

- Bildmotive freistellen

- kleine Fotomontagen erstellen

- Einführung in die Ebenentechnik

- Bildmotive transformieren

- eigene Bilder optimieren

- Bildretuschen

- Einsatz von Effektfilttern

- digitale Farbe

- Grafik-Dateiformate und Speichertechniken.

Termin: Samstag, 24.09.2011 und Sonntag, 25.09.2011,

jeweils von 10.00 bis 17.00 Uhr (1 Std. Mittagspause)

Anmeldung bis 15.09.2011 nötig.

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 80,00 -keine Ermäßigung-

VHS Mölln

Anmeldung und Auskünfte: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

### Übungen und Vertiefung in das Arbeiten mit Photoshop

MÖ

Kursleitung: Martin Linke, Diplom-Designer / Illustrator

Kursinhalt: Dieser Kurs bietet die Möglichkeit durch weitere Übungen und individuelle Korrekturen die erworbenen Kenntnisse aus dem Kurs »Einführung in das Arbeiten mit Photoshop« zu wiederholen, zu vertiefen und ggf. zu erweitern.

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse und der Besuch des Kurses »Einführung in das Arbeiten mit Photoshop«. Auch neue Teilnehmer mit vergleichbaren Kenntnissen sind willkommen. Lerntempo und Schwerpunkte zielgruppengemäß. Bitte bringen Sie einen USB-Speicherstick mit.

Schwerpunktt Themen sind:

- wichtige Werkzeuge in Photoshop und deren Handhabung

- Ebenentechnik

- Fotomontagen erstellen

- Bildmotive transformieren

- eigene Bilder optimieren und retuschieren (Bilder eigener Wahl mitbringen)

- Einsatz von Effektfilttern

- digitale Farbe (Illustration mit Photoshop)

Termin: Samstag, 29.10.2011 und Sonntag, 30.10.2011,

jeweils von 10.00 bis 17.00 Uhr (1 Std. Mittagspause)

Anmeldung bis 15.10.2011 nötig.

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Kursgebühren: Euro 80,00 -keine Ermäßigung- VHS Mölln

Auskünfte und Anmeldung: VHS-Mölln; Tel. 0 45 42 / 8 96 60

### Projektgestaltung mit Photoshop (Fortgeschrittene)

MÖ

Kursleitung: Martin Linke, Diplom-Designer / Illustrator

Kursinhalt: Sie wissen nicht, was Sie ihren Lieben zu Weihnachten schenken sollen oder wollen sich selber mit etwas Besonderem belohnen? Mit Adobe Photoshop können sie gut umgehen und wollen kreativ aktiv werden. Durch die individuelle Betreuung (Absprachen, Hilfestellungen und Korrekturen) gestalten Sie ein einzigartiges Projekt und lernen dabei Grundkenntnisse der Bildkomposition (Farbe, Form und Struktur).

Hinweis: Die Projekte müssen zu Hause oder bei einem Fotodienstleister ausgedruckt werden. Es fallen zusätzliche Kosten an.

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse und gute Kenntnisse in Adobe Photoshop. Lerntempo und Schwerpunkte zielgruppengemäß. Bitte bringen Sie einen USB-Speicherstick und eigene Fotos / Illustrationen auf CD mit.

Mögliche Projekte sind z.B.:

- Bildkollage im Posterformat

- Bildkarte

- auch andere Ideen sind willkommen

Termin: Der Kurs findet an einem Wochenende, Samstag und Sonntag jeweils von 10.00 bis 17.00 Uhr (1 Std. Mittagspause),

statt. Interessenten können sich melden; der Termin wird abgesprochen. Anmeldung bis 15.10.2011 nötig  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Kursgebühren: Euro 80,00 -keine Ermäßigung- VHS Mölln  
 Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42/ 8 96 60

**Digitale Fotos - Fotoalbum Und weitere Ideen für Ihre schönsten Bilder** SB

Leitung: Barbara Meißner  
 Voraussetzungen: möglichst EDV-Grundkenntnisse  
 Sie haben viele schöne Fotos gemacht. Hier erfahren Sie, wie Sie sich und anderen damit weiter Freude machen können. Wie wäre es mit einem Fotoalbum im eigenen Design? Oder sogar einem richtigen Buch? Mit Hilfe frei zugänglicher Software lassen sich viele Ideen rund um Ihre schönsten Bilder verwirklichen.  
 Bitte bringen Sie Ihre Digitalkamera und das USB-Kabel mit.  
 Montag, 21.11. /Mittwoch, 23.11./Freitag, 25.11.2011, jeweils 17.30 bis 20.30 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 32,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**Wie rette ich meine alten Filme?** DA

Leitung: Klaus-Peter Jürgens  
 Max. 7 TeilnehmerInnen ab 16 Jahren, 1 TeilnehmerIn pro PC  
 Hardware zur Überspielung von Super-8 Schmalfilmen (Demo)  
 Hardware zur Überspielung von Video-8, Hi-8 oder VHS-Videofilmen (Demo)  
 Hardware zur Überspielung von DV-Videofilmen (Demo)  
 Einfache Videonachbereitung mit der Schnittsoftware Windows „Movie Maker“ und „Pinnacle Studio“ (je ein Beispielfilm wird auf den PC eingespielt):  
 - Erstellen von Titeln  
 - Schneiden (Markieren auf der „timeline“)  
 - Einfügen von Überblendungen und Fotos  
 - Nachvertonung einiger Szenen, Aufsprechen von Kommentaren  
 Termine: Montag, 07.11., Dienstag, 12.11. sowie Montag, 14.11. u. Dienstag, 15.11.2011 von 18.00 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
**Kurs-Nr. U 503 00**  
 Gebühr: Euro 76,80 inkl. Benutzungsgebühr für PCs  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 736 04

**Workshop Videobearbeitung mit Pinnacle Studio** DA

Leitung: Klaus-Peter Jürgens  
 Max. 7 TeilnehmerInnen ab 16 Jahren, 1 TeilnehmerIn pro PC  
 Kursteilnehmer, die meinen Kurs „Wie rette ich meine alten Filme?“ besucht haben, erhalten hier die Gelegenheit, Fragen zum Schneiden von Videos mit Pinnacle Studio zu stellen. Dabei steht nicht die strukturierte Schulung im Vordergrund, sondern der Erfahrungsaustausch und Lernen von anderen Kursteilnehmern. Ich bin dabei der Moderator des Kurses. Teilnehmer, die gute Erfahrungen mit Pinnacle Studio haben, sind herzlich willkommen.

Termine: Montag/Dienstag 21./22.11.2011 von 18.00 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 38,40 inkl. Benutzungsgebühr für PCs **Kurs-Nr. U 503 01**  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 736 04

**Office-Komponenten** SB

**Outlook**  
 Leitung: Barbara Meißner, mathem.-techn. Assistentin  
 Outlook gehört zum Microsoft Office Paket. Es ist eine Zentrale, von der aus Nachrichten verschickt, Termine geplant, Adressen, Kontakte und Aufgaben effizient verwaltet werden.  
 Beginn: 09.01.2012  
 Termine: montags und mittwochs, 18.00 bis 20.15 Uhr, 2 Wochen  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 32,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**Internet - Einführung und Sonderkurse** RZ

**Internet**  
 Leitung: Jürgen Jacobsen  
 Es gibt sehr wirksame Hilfen, sich in den unendlichen Weiten, plötzlich aufpoppenden Fenstern, merkwürdigen Werbeeindrücken und mysteriösen Updatemeldungen zu recht zu finden. Ferner lernen wir, gezielt und effektiv mit Suchmaschinen umzugehen.  
 Beginn: 14.09.2011  
 Termine: 10mal mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 56,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541 / 857985 o. tuglas@aol.com (Dozent)

**Internet für Anfänger (Groß Grönau)** RZ

Leitung: Dr. Herwig Nöthel  
 Eine Einführung in die Nutzung des Internets. Es werden Tipps und Hilfestellungen gegeben, sich den verschiedenen Diensten des Internets (WWW, E-Mail, Newsgroups etc.) zu bedienen.  
 Die Teilnehmer/innen sollten Vorkenntnisse im Umgang mit dem Betriebssystem Windows haben.  
 Begrenzte Teilnehmerzahl (10)  
 Beginn: 22.09.2011  
 Termine: 3mal donnerstags, 17.15 bis 19.15 Uhr  
 Ort: Waldschule Groß Grönau  
 Gebühr: Euro 21,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung, Tel. 04544 / 1619 (Dozent) ab 19 Uhr

**Ebay - kaufen und verkaufen** RZ

Leitung: Jürgen Jacobsen  
 Diese inzwischen sehr bekannte Seite im Internet bietet für jedermann eine leicht zu erlernende Möglichkeit, fast alles zu finden, was man sucht und fast alles zu verkaufen, was man im Keller, auf dem Dachboden und sonst wo gefunden hat. Man kann gerne solche Artikel mitbringen. Praktische Übungen gehören zum Unterricht wie auch

entsprechende Tipps, wie man effektiv und zeitsparend mit eBay umgeht.  
 Mindestteilnehmerzahl: 8  
 Beginn: 15.09.2011  
 Termine: 6mal donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Realschule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 34,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 04541 / 857985 o. tuglas@aol.com (Dozent)

**Telekommunikation Internet und E-Mails** SN

Leitung: Wolfgang Milbredt  
 Kursziel: Sie lernen die Grundlagen des Internet kennen und können mit dem Internet-Explorer Informationen in World Wide Web (WWW) abrufen und suchen. Ebenfalls erlernen Sie den Umgang mit E-Mails. Zusätzliche Informationen zur Datenfernübertragung (DFÜ) sowie zur Technologie von Netzwerken runden das Seminar ab.  
 Inhalte:  
 Welcher Anbieter ist für mich der Richtige. Was muss ich bei dem Surfen im Internet besonders beachten. Welche Vorteile bietet das Internet für mich? usw.  
 Welche Hardware wird benötigt? Welche Arten von Modems gibt es? Was wird benötigt um E-Mails zu bearbeiten? usw.  
 Es steht für jeden Teilnehmer ein PC-Platz zur Verfügung.  
 Beginn: 01.11.2011  
 Termine: 3mal dienstags, 18.00 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Sandesneben  
 Gebühr: Euro 38,00  
 VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
 Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536 / 808262

**Kaufmännische Kurse** DA

**EDV - Buchhaltung mit Lexware für Anfänger**  
 Leitung: Lothar Klotz, Dipl. Betriebswirt  
 Max. 7 TeilnehmerInnen, 1 TeilnehmerIn pro PC  
 Voraussetzung sind Kenntnisse der manuellen Buchhaltung  
 Die Themen aus der Buchführung für Anfänger werden nun EDV-mäßig mit dem Softwareprogramm Lexware Buchhalter umgesetzt.  
 Termin: nach Absprache mit den Teilnehmern des Grundlagenkurses  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
**Kurs-Nr. U 505 02**  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104 / 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04153 / 526 83

**EDV-Firmen-Schulungen** LA

Sie möchten Ihre MitarbeiterInnen mit einer hausinternen EDV-Schulung auf den neuesten Stand der Technik bringen? Unser VHS-EDV-Team erstellt mit Ihnen zusammen ein Schulungskonzept, maßgeschneidert für Ihre Arbeitsbedürfnisse. Die professionellen Dozenten der VHS verfügen über das „Know How“ und über alle gängigen Office-Programme mit der neuesten Technik wie Videoprojektor und Notebook, um in Ihren Räumen zu unterrichten. Nennen Sie uns Ihre Vorstellungen zu Inhalten, Zeiten und organisatorischen Vorgehensweisen oder vereinbaren Sie mit uns einen Gesprächstermin, Sie erhalten dann umgehend ein Angebot.

Unser Leistungsspektrum: MS Office 2000 & XP (Word, Excel, PowerPoint, Access, Outlook), Betriebssysteme, z. B. Windows Vista, Administration von Windows NT und 2000  
 Selbstverständlich schulen wir aber auch Ihre MitarbeiterInnen innerhalb unseres EDV-Programms. Bei Anfragen wenden Sie sich bitte an die Leitung der VHS Lauenburg e.V., Herrn Gan  
 VHS Lauenburg  
 Info unter Tel. 04153/5713009, Fax 04153/5719023



**Berufsorientiertes Sprachenlernen**

**Wirtschaftsenglisch siehe Sprachen**  
 in Dassendorf, Gudow und Schwarzenbek

**Sprachen**

**Arabisch - für Anfänger ohne Vorkenntnisse** SB

Leitung: Ibrahim Farag  
 Stufe A1.1  
 Lehrbuch: Salam!, Klett Verlag, ab Lektion 1  
 Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-schule, Breslauer Str. 2  
 Gebühr: Euro 50,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Arabisch - für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen** SB

Leitung: Ibrahim Farag  
 Stufe A1.2  
 Lehrbuch: Salam!, Klett Verlag, ab Lektion 9  
 Fortsetzungskurs - neue TeilnehmerInnen mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 19.45 bis 21.15 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 50,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Chinesisch**

**Chinesisch für Schnupperfreudige** MÖ

Leitung: Prof. Thomas Gemmecke  
 Chinesisch wir von etwa 1,4 Mrd. Menschen gesprochen. Auch Sie können dazu gehören. Vermittelt in diesem Kurs wird das Manda-

**DRK-Bildungszentrum für Gesundheitsberufe**





Sprachen

rin, die chinesische Hochsprache. Sie lernen in entspannter Atmosphäre erste chinesische Worte, Sätze und chinesische Zeichen. Dieser Kurs ist auch für Schüler geeignet. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt!  
Termin: 12.11.2011 von 9.00 bis 13.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Die Kursgebühren sind bis 01.11.2011 auf das Konto der VHS 1005320778 bei der Kreissparkasse (BLZ 230 527 50) einzuzahlen. Die Einzahlung gilt als verbindliche Anmeldung. Telefonische Anmeldung erforderlich.  
Gebühr: Euro 15,00 Die Materialkosten von Euro 5,00 sind am Kurstag zu zahlen.  
VHS Mölln  
Anmeldung unter Tel. 0 45 42 / 8 96 60 erforderlich

### Chinesisch - Schnupperkurs am Wochenende SB

Leitung: Thomas Gemmecke  
Stufe A1.1  
Im Vordergrund stehen die mündliche Verständigung und Informationen über die Kultur des heutigen Chinas.  
Beginn: 29.10.2011  
Termine: 2mal sonabends, 9.00 bis 13.00 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
Gebühr: Euro 25,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

## Dänisch

### Dänisch - Kochen und Sprechen SB

Leitung: Maja Dahl Raddatz  
ab Stufe A1.2  
Sie bereiten zusammen mit unserer Dänischlehrerin Frau Raddatz typisch dänische Gerichte zu und werden dabei neue Vokabeln, hauptsächlich aus dem Reich der Küche, kennen lernen. In dieser Kombination von Koch- und Sprachkurs steht die Anwendung der Sprache im Vordergrund. Sie sollten daher schon etwas Dänisch sprechen.  
Beginn: 28.09.2011  
Termine: 3mal mittwochs und 1mal samstags, 2. Termin: 26.10.2011, 3. Termin: 30.11.2011, 18.30 bis 21.30 Uhr 4. Termin: Samstag, 03.12.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Realschulküche, Berliner Str. 12  
Gebühr: Euro 40,00 + Kochumlage  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Dänisch für Anfänger BE

Leitung: Irene Dörpinghaus  
Lehrbuch „Dansk for dig“ Klett Verlag ab Lekt. 4  
Beginn: 22.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule in Berkenthin  
Gebühr: Euro 35,00 (33,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: Dörpinghaus Tel. 04543/891225  
Internet: vhs-berkenthin.de

### Dänisch - für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen SB

Leitung: Maja Dahl Raddatz  
Stufe A1.1  
Fortsetzungskurs aus dem Frühjahrssemes-

ter 2011. Neue Teilnehmer/Innen sind herzlich willkommen!  
Lehrbuch: Dansk for dig, Klett Verlag, ab Lektion 3  
Beginn: 08.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-schule, Breslauer Str. 2  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Dänisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen MÖ

Leitung: Irene Dörpinghaus  
Geringe Vorkenntnisse werden erwartet.  
Lehrbuch: Annegret Jöhnk „Dänisch NEU“ ab Lekt. 13  
Vorbesprechung: Dienstag, 13.09.2011 um 18.30 Uhr  
Beginn: 20.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teiln.)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 43 / 89 12 25

### Dänisch mit Vorkenntnissen BE

Leitung: Irene Dörpinghaus  
Lehrbuch „Dänisch neu“ ab Lektion 15  
Beginn: 21.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule in Berkenthin  
Gebühr: Euro 35,00 (33,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: Dörpinghaus Tel. 04543/891225,  
Internet: vhs-berkenthin.de

### Dänisch - für Fortgeschrittene am Montag SB

Leitung: Maja Dahl Raddatz  
Stufe A2.1  
Lehrbuch: Dansk for dig, Klett Verlag, ab Lektion 20  
Fortsetzungskurs – neue Teilnehmer/Innen sind herzlich willkommen!  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 10mal montags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-schule, Breslauer Str. 2  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Dänisch Konversation BE

Leitung: Anne Marie Ohff  
Texte von H. C. Andersen  
Beginn: 20.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule in Berkenthin  
Gebühr: Euro 35,00 (33,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: Ohff Tel. 04542/854 354  
Internet: vhs-berkenthin.de

## Deutsch für Deutsche

Siehe Rubrik „Spezial - Grundbildung“, Seite 52

## Deutsch als Fremdsprache

### Deutsch I Deutsch als Zweitsprache AU

Leitung: Jutta Crüsemann, Tel. 04104/80281  
Wir sprechen deutsch mit den Nachbarn,

beim Einkaufen, bei Behörden, im Beruf.  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Treffpunkt Aumühle  
Gebühr: Euro 40,00  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung und nähere Auskünfte bei der Dozentin

### Deutsch für Ausländer für Anfänger und Fortgeschrittene BÜ

Leitung: Elvira Altergott  
Dieser Kurs orientiert sich an dem Wissensstand der Teilnehmer/innen und vermittelt Basiswissen.  
Vorbesprechung: 05.09.2011, 18.00 Uhr  
Beginn: Tag und Zeit nach Absprache 10 Doppelstunden  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, 1. Stock, Raum A216  
Gebühr: Euro 35,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/5389

### Deutsch als Fremdsprache (AG) Anfänger MÖ

Leitung: Gerhild Meier  
Im Mittelpunkt des Unterrichts steht neben dem Erwerb der Grundkenntnisse der deutschen Sprache die Fähigkeit, sich in alltäglichen Situationen zurechtzufinden.  
Vorbesprechung: 08.09.2011 um 18.00 Uhr  
Beginn: 08.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 52,00 (bei 8 Teiln.)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 04542 / 8 96 60

### Deutsch als Fremdsprache (AG) Fortgeschrittene MÖ

Leitung: Gerhild Meier  
Im Mittelpunkt des Unterrichts steht neben dem Erwerb der Grundkenntnisse der deutschen Sprache die Fähigkeit, sich in alltäglichen Situationen zurechtzufinden.  
Vorbesprechung: 08.09.2011, 18.00 Uhr  
Beginn: 08.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 52,00 (bei 8 Teiln.)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 04542 / 8 96 60

### Deutsch für Ausländer - Anfänger RZ

Leitung: Karin Janicki  
Sie sind Ausländer und können noch kein Deutsch? Dann kommen Sie in die VHS. Wir vermitteln Ihnen die deutsche Sprache. Wir beginnen mit den Grundregeln der Grammatik und den wichtigsten Themen des Alltags.  
Arbeitsbuch: Schritte (Teil 1, Hueber Verlag)  
Beginn: 01.09.2011  
Termine: 20mal montags und donnerstags, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
Gebühr: Euro 78,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 038873 / 33547 (Dozentin)

### Deutsch für Ausländer - Fortgeschrittene SB

Leitung: Karin Janicki  
Sie möchten Ihre Deutschkenntnisse erweitern und festigen? In diesem Kurs lernen Sie weitere grammatische Regeln, um sich im Alltag verständigen zu können.  
Der Inhalt des Kurses orientiert sich am bereits vorhandenen Lernniveau bzw. Kenntnisstand der Teilnehmer.  
Beginn: 01.09.2011  
Termine: 20mal montags und donnerstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
Gebühr: Euro 78,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 038873 / 33547 (Dozentin)

### Deutsch als Fremdsprache - für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen SB

Leitung: Barbara Hummel-Göring  
Stufe A1.2  
Wenn Sie jemanden kennen, der Deutsch lernen möchte, weisen Sie ihn bitte auf dieses Angebot hin.  
Sie lernen in alltäglichen Situationen einfache Fragen und Mitteilungen zu verstehen, die wichtigsten Informationen aus schriftlichen Kurzmittellungen, Briefen und einfachen Zeitungsartikeln zu entnehmen, eine kurze persönliche Mitteilung zu schreiben und sich im Gespräch vorzustellen und Fragen zu ihrer Person zu beantworten.  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 18.00 bis 19.00 Uhr  
Der Kurs kann auf Wunsch der Teilnehmer/Innen verlängert werden.  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-schule, Breslauer Str. 2  
Gebühr: Euro 25,40  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Deutsch als Fremdsprache - besser sprechen DA

Leitung: Helga Kaul-Petrasch-Dietz  
Sie verstehen und sprechen recht gut deutsch, haben evtl. schon ein Sprachenzertifikat, möchten aber gern viel mehr Deutsch reden? Dann ist dieser Kurs genau richtig! In lockerer Atmosphäre werden Gespräche geführt, dabei die Grammatik gefestigt und schwer auszusprechende Wörter geübt.  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: fortlaufend donnerstags, 17.00 Uhr bis 18.30 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
Gebühr: Euro 25,40 für 10 Termine, Ermäßigung möglich  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Englisch

### Englisch - Grammar - 7./8. Klasse DA

die Zeitformen leicht verständlich  
Leitung: Andrea Stendel  
Wie man die verschiedenen Zeiten bildet, ist gar nicht so schwierig, aber wann und wieso sie angewendet werden, sollte man besser



auch wissen! Wann sagt man „I work“ und wieso nicht „I'm working“? Was ist der Unterschied von „I live“ und „I have lived“? Und wie viele Zukunftsformen gibt es eigentlich? Anhand von gründlichen Erklärungen, praktischen Übungen und werden wir die Zeiten genauer kennenlernen und verstehen.

Beginn: 28.10.2011  
Termine: 7mal freitags, 15.30 bis 16.30 Uhr  
Ort: Gemeindehaus Kröppelshagen, Schulweg 1  
Gebühr: Euro 37,50 **Kurs-Nr. U 740 62**  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104 / 962 395

## Englisch - Grammar - 9./10. Klasse DA

**die Zeitformen leicht verständlich**  
Leitung: Andrea Stendel  
Wir werden die grammatikalischen Strukturen und Zeitformen komplett wiederholen und die Teilnehmer auf eine evtl. Prüfung gründlich vorbereiten.

Beginn: 28.10.2011  
Termine: 7mal freitags, 16.30 bis 17.30 Uhr  
Ort: Gemeindehaus Kröppelshagen, Schulweg 1  
Gebühr: Euro 37,50 **Kurs-Nr. U 740 63**  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104 / 962 395

## Englische Grammatik kompakt MÖ

Leitung: Prof. Thomas Gemmecke  
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die die englische Grammatik wiederholen und vertiefen möchten. Der Kurs ist auch für Schülerinnen und Schüler aller Schultypen geeignet. After a brief review of the present, past, present perfect and past perfect tenses (simple and progressive), we will examine the future I and II, the passive, reported speech, conditional sentences and relative clauses.

Termin: Samstag, 19.11.2011 9.00 bis 15.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 15,60 (bei 8 Teilnehmern) -keine Ermäßigung-  
Die Kursgebühren sind bis 30.10.2011 auf das Konto der VHS 1005320778 bei der Kreissparkasse (BLZ 230 527 50) einzuzahlen. Die Einzahlung gilt als verbindliche Anmeldung. Telefonische Anmeldung erforderlich. Die Materialkosten von Euro 5,00 sind am Kurstag zu zahlen.

VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60 erforderlich

## English day MÖ

Leitung: Elizabeth Fuhrhop  
Chatten, talken, Spaß haben und ganz nebenbei Englisch auffrischen! Enjoy speaking English in a relaxed, easy-going way.  
Termin: Samstag, 29.10.2011, 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 20,00 (bei 8 Teilnehmern.)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Englisch für Anfänger I MÖ

Leitung: Susanne Clasen  
Es werden keine Vorkenntnisse erwartet.  
Lehrbuch: wird bekannt gegeben  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Englisch für Anfänger (auch für Migranten) MÖ

Leitung: Prof. Thomas Gemmecke  
Dieser Kurs richtet sich auch an unsere ausländischen Mitbürger, die in ihrer Heimat kein Englisch gelernt haben. Ein besonderes langsames Arbeitstempo führt zum Erfolg.  
Lehrbuch: key 1  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Augustinum Mölln, Sterleyer Straße 44  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung unter Tel. 0 45 42 / 8 96 60 erforderlich

## Englisch für Anfänger MÖ

Leitung: Prof. Thomas Gemmecke  
Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die leichte Vorkenntnisse in der englischen Sprache besitzen und diese gerne auffrischen und ergänzen möchten. Auch Teilnehmer ohne Vorkenntnisse sind herzlich eingeladen.  
Lehrbuch: key 1  
Beginn: 08.09.2011  
Termine: 14mal donnerstags, 8.30 bis 10.00 Uhr  
Ort: Augustinum Mölln, Sterleyer Straße 44  
Gebühr: Euro 54,60 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung unter Tel. 0 45 42 / 8 96 60 erforderlich

## Englisch für Anfänger (AG) MÖ

Leitung: Gerhild Meier  
Es werden keine Vorkenntnisse erwartet. Neueinsteiger sind willkommen  
Lehrbuch: nach Absprache  
Beginn: 08.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 52,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 33 23

## Englisch - für Anfänger ohne Vorkenntnisse SB

Leitung: Veronica Ellingham-Becker  
Stufe A1.1  
Lehrbuch: Great, Klett Verlag, ab Lektion 1  
Beginn: 13.09.2011  
Termine: 10mal dienstags 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-schule, Breslauer Str. 2  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen am Vormittag BÜ

Leitung: Sabine Klaas  
Beginn: 12.09.2011  
Termine: 10mal montags, 9.15 bis 10.45 Uhr  
Veranstaltungsort nach Absprache  
Gebühr: Euro 35,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin Tel. 04155/5657

## English for Beginners A0-A1 ohne oder geringe Vorkenntnisse DA

Leitung: Ferdinand Hoser  
Englisch wird auf der ganzen Welt gesprochen. Daher ist es praktisch unerlässlich sich zumindest grundlegend verständigen bzw. einfache Texte verstehen zu können. Ziel dieses Kurses ist, Kenntnisse von Vokabular, einfache Gram-

matik zu bilden und zu vertiefen. Praktische Anwendungsmöglichkeiten stehen im Vordergrund, sei es bei Benutzung des Internets auf englischsprachigen Seiten oder auf Reisen. In kleinen Rollenspielen werden häufig vorkommende Situationen nachgespielt um Sicherheit für die Kommunikation zu erhalten. Besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf Verständigung im Urlaub: „Smalltalk“ (einfache Unterhaltungen) im öffentlichen Verkehr (Bus, Bahn, Flugzeug, Taxi), bei Restaurantbesuchen, bei Einkäufen und in Notsituationen. Aber keine Angst, allzu ernst wird es bei uns nicht zugehen, lernen soll schließlich auch Spaß machen!

Beginn: 15.09.2011 **Kurs-Nr. U 406 04**  
Termine: 8mal donnerstags, 17.45 bis 19.15 Uhr  
Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
Gebühr: Euro 40,80 (bei mind. 8 Teilnehmern)  
VHS Dassendorf  
Verbindliche Anmeldung unter Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 0173/ 93 84 839

## Englisch für Anfänger - Fortsetzung LA

Leitung: Ingrid Knoth  
Willkommen ist jeder, der Englisch von Anfang an erlernen will. Dieser Kurs ist auch gut geeignet für Senioren/Innen.  
Lehrbuch: New Headfirst  
Beginn: 22.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 14.00 bis 15.30 Uhr  
Ort: Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Dresdener Str. 15  
Gebühr: Euro 40,00  
50% Ermäßigung für Schüler/Rentner/Arbeitslose  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153 520810, E-Mail: jknoth@gmx.de

## Englisch am Nachmittag für Einsteiger mit geringen Kenntnissen LA

Leitung: Ingrid Knoth  
Willkommen ist jeder, der seine geringen Englischkenntnisse auffrischen und vervollkommen will. Dieser Kurs ist auch gut geeignet für Senioren/Innen sowie SchülerInnen. Ein Anschlusskurs ist vorgesehen.  
Lehrbuch: New Headway Elementary  
Beginn: 19.09.2011  
Termine: 10mal montags, 14.00 bis 15.30 Uhr  
Ort: Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Dresdener Str. 15  
Gebühr: Euro 40,00  
50% Ermäßigung für Schüler/Rentner/Arbeitslose  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153 520810, E-Mail: jknoth@gmx.de

## Englisch für Anfänger II MÖ

Leitung: Marc Nadzeika  
Geringe Vorkenntnisse werden erwartet  
Lehrbuch: wird bekannt gegeben  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Englisch für Anfänger NU

Leitung: Gabriele Hartler  
Kursbeschreibung siehe unten (Sandesneben). Es wird nach dem Lehrbuch „Bridge One“ unterrichtet.

Beginn: 06.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Grund- und Hauptschule Nusse  
Gebühr: Euro 48,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## Englisch für Anfänger SN

Leitung: Gabriele Hartler  
Es ist ein reiner Anfängerkurs für Teilnehmer, die über keine oder sehr geringe englische Sprachkenntnisse verfügen. Ziel in diesem Kurs ist es, die Grammatik und die Verständigung in der Sprache zu erlangen, damit Sie sich im fremden Land schon in dem Englisch verständigen können. Es wird nach dem Lehrbuch „Bridge One“ unterrichtet.  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Schulzentrum Sandesneben  
Gebühr: Euro 48,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## Englisch - für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen SB

Leitung: Angela Wilckens  
Stufe A1.2, Englisch im 2. Semester  
Fortsetzungskurs aus dem Frühjahrssemester 2011. Neue Teilnehmer/Innen sind herzlich willkommen!  
Lehrbuch: Network Now, Langenscheidt Verlag, ab Lektion 3  
Beginn: 20.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 9.30 bis 11.00 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Englisch Refresher Course AU

Leitung: Marie Kieckbusch, Tel. 04152/839 662  
Für Leute, die ihre Englischkenntnisse verbessern möchten.  
Grammatik von Anfang an und die Möglichkeit frei und ohne Druck zu sprechen.  
Beginn: 14.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 17.00 bis 18.30 Uhr  
Ort: Augustinum Aumühle  
Gebühr: Euro 50,00  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung und nähere Auskünfte bei der Dozentin

**DAS MÖLLNER  
SCHREIBWAREN-  
GESCHÄFT**

**B A G I S**

Bewerbungs-  
mappen  
in großer  
Auswahl!

PAPIER • BÜRO • SCHREIBWAREN  
Berliner Straße / Ecke Wasserkrüger Weg  
Telefon 04542 / 7177 / täglich ab 9.00 Uhr



## Englisch Anfänger mit Vorkenntnissen II

BE

Leitung: Torsten Hannappel  
Dieser Kurs richtet sich an EnglischlerInnen mit erweiterten Vorkenntnissen und WiedereinsteigerInnen und führt den Kurs vom Frühjahr 2011 fort. Neue EinsteigerInnen sind ebenfalls herzlich willkommen! Der Kursschwerpunkt liegt auf der Erarbeitung fremdsprachlicher Texte, der Aufarbeitung grammatischer Aspekte sowie englischer Konversation in entspannter Atmosphäre.  
Beginn: 21.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Schule in Berkenthin  
Gebühr: Euro 35,00 (33,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: VHS Berkenthin, Tel. 04544/413  
Fax: 04544/614, Internet: vhs-berkenthin.de

## Englisch am Vormittag: Anfänger mit geringen Kenntnissen

MÖ

Leitung: Wolfgang Fuhrhop  
Lehrbuch: First Choice A1  
Wenn Sie Ihre geringen Englischkenntnisse in lockerer Atmosphäre auffrischen wollen, dann sind Sie hier richtig.  
Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 12mal donnerstags, 9.00 bis 10.30 Uhr  
Ort: Stadthaus, Zimmer 207  
Gebühr: Euro 46,80 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 37 04

## Englisch am Vormittag: Einsteiger mit geringen Kenntnissen

MÖ

Leitung: Wolfgang Fuhrhop  
Lehrbuch: First Choice A1  
Wenn Sie Ihre geringen Englischkenntnisse in lockerer Atmosphäre auffrischen wollen, dann sind Sie hier richtig.  
Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 12mal donnerstags, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Stadthaus, Zimmer 207  
Gebühr: Euro 46,80 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 37 04

## Englischkurs mit geringen Vorkenntnissen

NU

Leitung: Gabriele Hartler  
Es ist der Fortführungskurs vom Frühjahrssemester 2011. In diesem Englischkurs wird nach dem Englischbuch „Bridge One“ gelehrt. Die einfache englische Konversation steht im Vordergrund, damit im Urlaub eine Verständigung in Englisch gut möglich wird. Es geht weiter mit der Lektion 8 aus dem Buch „Bridge One“.  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Grund- und Hauptschule Nusse  
Gebühr: Euro 48,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## Englisch - für Wiedereinsteiger I

SB

Leitung: Frauke Zinn  
Stufe A1.1  
Lehrbuch: Fairway 1, Klett Verlag ab Lektion 1  
TeilnehmerInnen, die vor längerer Zeit Eng-

lisch gelernt haben, haben hier die Möglichkeit ihre Englischkenntnisse zügig von Beginn an aufzufrischen, zu erweitern und zu vertiefen.  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 12mal dienstags, 19.15 bis 20.45 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-schule, Breslauer Str. 2  
Gebühr: Euro 45,60  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Englisch für Anfänger mit guten Vorkenntnissen am Vormittag

BÜ

Leitung: Sabine Klaas  
Ein Kurs für alle, die Spaß an der englischen Sprache haben und ihre Kenntnisse auffrischen möchten (Grundkenntnisse sollten vorhanden sein). Wir werden verschiedene Grammatik-Themen noch einmal aufarbeiten, eine Lektüre lesen in Verbindung mit einem Besuch im English Theatre of Hamburg. Ein weiterer Schwerpunkt soll die Konversation sein. Quereinsteiger willkommen!  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 09.15 bis 10.45 Uhr  
Veranstaltungsort nach Absprache  
Gebühr: Euro 35,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/5657

## Advanced english A1- A2

DA

Leitung: Ferdinand Hoser  
Fremdsprachenkenntnisse leben davon dass man sie mehr oder weniger regelmäßig anwendet. Im Alltag bietet sich jedoch leider selten die Gelegenheit dazu. Deshalb möchten wir zu diesem Kurs jeden einladen der gerne in entspannter Atmosphäre bereits bestehende Englischvorkenntnisse auffrischen bzw. vertiefen möchte. Um die Lektüre englischsprachiger Literatur oder Filme im Original zu verstehen, müssen selbstverständlich auch Grammatik und Vokabeln erweitert werden. Besonderes Augenmerk wird jedoch der freien Rede gelten, um eventuell bestehende Scheu zu sprechen abzubauen. Dazu werden wir kleine Rollenspiele mit Situationen des Alltags machen und uns über aktuelle sowie historische Ereignisse unterhalten. „We're happily looking forward to meet you!“  
Beginn: 15.09.2011 Kurs-Nr. U 406 05  
Termine: 8mal donnerstags, 19.20 bis 20.50 Uhr  
Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
Gebühr: Euro 40,80 (bei mind.8 Teilnehmern)  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 0173/ 93 84 839

## Englisch am Vormittag: Wiedereinsteiger mit geringen Kenntnissen

MÖ

Leitung: Elizabeth Fuhrhop  
Lehrbuch: „First Choice A1“  
In diesem Kurs wird die Sprache langsam und verständlich in einer lockern und entspannten Atmosphäre vermittelt.  
Beginn: 23.09.2011  
Termine: 11mal freitags, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Stadthaus, Zimmer 207  
Gebühr: Euro 42,90 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 37 04

## Englisch für Senioren

RZ

Leitung: Jutta Schmidt  
Wenn Sie ohne Stress und Hektik, in netter Atmosphäre Englisch lernen möchten, sind Sie in

unserem Kreis genau richtig. Voraussetzung für den Besuch des Kurses sind Kenntnisse aus ein bis zwei Jahren Englischunterricht.  
Beginn: 26.10.2011  
Termine: 20mal mittwochs, 15.00 bis 16.00 Uhr  
Ort: SWR in Ratzeburg, Grüner Salon  
Gebühr: Euro 48,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung bei der Dozentin im Kurs

## Englisch für Wiedereinsteiger I und II

RZ

Leitung: Barbara Körting  
Diese Kurse sind belegt.  
Beginn: 29.08.2011  
Termine: 12mal montags  
Kurs I: 9.00 bis 10.30 Uhr  
Kurs II: 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Ev. Familienbildungsstätte, Marienstr., Ratzeburg  
Gebühr: je Euro 58,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 04541 / 2437 (Dozentin - ab 18 Uhr)

## Englisch mit Vorkenntnissen

SN

Leitung: Gabriele Hartler  
Es ist der Fortführungskurs vom Frühjahrssemester 2011. In diesem Englischkurs wird nach dem Englischbuch „Bridge One“ gelehrt. Die einfache englische Konversation steht im Vordergrund, damit im Urlaub eine Verständigung in Englisch gut möglich wird. Es wird nach dem Lehrbuch „Bridge One“ unterrichtet.  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 10mal montags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Schulzentrum Sandesneben  
Gebühr: Euro 48,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

SB

Leitung: Angela Wilckens  
Stufe A1.3  
Lehrbuch: Sprachkurs Englisch, Langenscheidt, ab Lektion 22  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas-sengebäude  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Englisch - für Wiedereinsteiger II

SB

Leitung: Frauke Zinn  
Stufe A1.2  
Fortsetzungskurs aus dem Frühjahrssemester 2011  
Neue TeilnehmerInnen sind herzlich willkommen!  
Lehrbuch: Fairway 1, Klett Verlag ab Lektion 4  
TeilnehmerInnen, die vor längerer Zeit Englisch gelernt haben, haben hier die Möglichkeit ihre Englischkenntnisse zügig von Beginn an aufzufrischen, zu erweitern und zu vertiefen.  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 12mal mittwochs, 19.15 bis 20.45 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-schule, Breslauer Str. 2

Gebühr: Euro 45,60  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Englisch mit guten Vorkenntnissen

DA

Leitung: Andrea Stendel  
In this course we are going to discuss all kinds of topics, refresh forgotten grammar and in this way improve our spoken and English. And we'll have fun! Come in and join us.  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 12mal dienstags, 9.30 bis 11.00 Uhr  
Ort: Gemeindehaus Kröppelshagen, Schulweg 1  
Gebühr: Euro 74,40 Kurs-Nr. U 406 03  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 962 395

## Englisch am Vormittag Auffrischkurs mit Vorkenntnissen

MÖ

Leitung: Elizabeth Fuhrhop  
Lehrbuch: First Choice A2  
Für Teilnehmer, die ihre Kenntnisse in einer lockeren und entspannten Atmosphäre auffrischen wollen. Der Schwerpunkt liegt auf dem freien Sprechen und weniger auf der Grammatik.  
Beginn: 23.09.2011  
Termine: 11mal freitags, 9.00 bis 10.30 Uhr  
Ort: Stadthaus, Zimmer 207  
Gebühr: Euro 42,90 (bei 8 Teiln.)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 37 04

## Englisch am Vormittag: pre-intermediate - intermediate

MÖ

Leitung: Elizabeth Fuhrhop  
Für Teilnehmer, die ihren Wortschatz, ihre Grammatik und das freie Sprechen in einer lockeren und entspannten Atmosphäre üben und erweitern möchten. Neben dem Lehrbuch werden kleine Geschichten und Lernspiele eingesetzt. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.  
Beginn: 19.09.2011  
Termine: 10mal montags, 9.00 bis 10.30 Uhr  
Ort: Stadthaus Zimmer 207  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teiln.)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 37 04

## Englisch für Fortgeschrittene I

MÖ

Leitung: Marc Nadzeika  
Vorkenntnisse: Gute Vorkenntnisse werden erwartet  
Lehrbuch: wird bekannt gegeben  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Englisch mit Vorkenntnissen

LA

Leitung: Margaret Bartels  
Dieser Unterricht richtet sich an TeilnehmerInnen, die schon 9 VHS-Kurse besucht haben bzw. entsprechende Kenntnisse mitbringen. Hier können Sie Neues erlernen und/oder Erlerntes wieder auffrischen.  
Beginn: 14.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
Gebühr: Euro 40,00

VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04139 68151, Beginn:  
06.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr

## Let's talk English perfectly MÖ

Leitung: Prof. Thomas Gemmecke  
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die schon ein Basiswissen in der englischen Sprache besitzen. Wir diskutieren, lesen Texte und vertiefen die Grammatik.  
Lehrbuch: wird in der ersten Unterrichtsstunde genannt  
Beginn: 06.09.2011

Termin: 14mal dienstags, 8.30 Uhr bis 10.00 Uhr  
Ort: Augustinum Mölln, Sterleyer Straße 44  
Gebühr: Euro 54,60 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60 erforderlich

## Englisch am Vormittag: Wiedereinsteiger mit gefestigten Vorkenntnissen MÖ

Leitung: Elizabeth Fuhrhop  
Lehrbuch: wird bekannt gegeben  
In diesem Kurs wird die Sprache in einer lockeren und entspannten Atmosphäre aufgefrischt. Neben dem Lehrbuch werden kleine Geschichten und Lernspiele eingesetzt.  
Beginn: 19.09.2011

Termine: 10mal montags, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Stadthaus Zimmer 207  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 37 04

## Englisch am Vormittag: Für Fortgeschrittene MÖ

Leitung: N. N.  
In diesem Kurs werden bereits vorhandene Kenntnisse aufgefrischt und nach Bedarf Grammatik wiederholt, der Wortschatz aktiviert und erweitert und die Kommunikationsfähigkeit sowie Leseverständnis geübt.  
Beginn: 21.09.2011

Termine: 11mal mittwochs, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Stadthaus, Zimmer 207  
Gebühr: Euro 42,90 (bei 8 Teiln.)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 37 04

## Englisch für Fortgeschrittene RZ

Leitung: Barbara Körting  
Dieser Kurs ist belegt.  
Beginn: 07.09.2011

Termine: 12mal mittwochs, 9.00 bis 10.30 Uhr  
Ort: ev. Familienbildungsstätte, Marienstr., Ratzeburg  
Gebühr: Euro 58,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 04541 / 2437 (Dozentin - ab 18 Uhr)

## Conversation Course BE

Leitung: Torsten Hannappel  
Dieser Kurs wird besonders für Senioren angeboten, aber auch jüngere Teilnehmer/innen sind herzlich willkommen. Der Kursschwerpunkt liegt auf der Erarbeitung fremdsprachlicher Texte sowie englischer Konversation in entspannter Atmosphäre.  
Beginn: 20.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 16.00 bis 17.30 Uhr  
Ort: Schule in Krummesse  
Gebühr: Euro 35,00 (33,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: VHS Berkenthin, Tel. 04544/413  
Fax: 04544/614, Internet: vhs-berkenthin.de

## Englisch für Fortgeschrittene am Vormittag BÜ

Leitung: Sabine Klaas  
In diesem Kurs werden vorhandene Kenntnisse aufgefrischt und nach Bedarf wiederholt. Es wird eine Lektüre gelesen und auch ein Besuch im English Theatre of Hamburg ist geplant.  
Beginn: 14.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 9.15 bis 10.45 Uhr  
Ort: Veranstaltungsort nach Absprache  
Gebühr: Euro 35,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/5657

## Tell me more... in the morning DA

### Englisch zur Auffrischung

Leitung: Andrea Stendel  
Englische Grundkenntnisse auffrischen und erweitern: Ein Kurs für alle, die mehr Sicherheit im freien Sprechen erlangen und ihre Fähigkeiten verbessern möchten, sich in Alltagssituationen zu verständigen. In einer entspannten Lernatmosphäre können Sie Ihre Englischkenntnisse mit abwechslungsreichen Übungen systematisch auffrischen, erweitern, grammatische Strukturen situationsbezogen üben und Ihre Freude am Englischsprechen (wieder-)entdecken.  
Beginn: 09.09.2011 **Kurs-Nr. U 406 02**  
Termine: 12mal freitags, 9.45 bis 11.15 Uhr  
Ort: Gemeindehaus Kröppelshagen, Schulweg 1  
Gebühr: Euro 78,00 (bei mind. 8 Teilnehmern)  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 962 395

## Englisch am Vormittag: Basic conversation MÖ

Leitung: Elizabeth Fuhrhop  
Lehrbuch: wird bekannt gegeben  
In diesem Kurs erlangen Sie mehr Sicherheit im freien Sprechen Sie erweitern Ihren Wortschatz in einer lockeren und entspannten Atmosphäre. Kleine Geschichten und Spiele runden das Lernen ab. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.  
Beginn: 20.09.2011

Termine: 11mal dienstags, 9.00 bis 10.30 Uhr  
Ort: Stadthaus Zimmer 207  
Gebühr: Euro 42,90 (bei 8 Teiln.)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 37 04

## Englisch für Fortgeschrittene II MÖ

Leitung: Marc Nadzeika  
World events and human interest: discussion of articles in English from the international press. Das Lehrmaterial wird gestellt. Neueinsteiger sind willkommen.  
Beginn: 08.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Englisch - Basic Conversation SB

Leitung: Veronica Ellingham-Becker  
ab Stufe A2  
Lehrbuch: English Network Basic Conversation, Langenscheidt Verlag  
Sie haben schon Grundkenntnisse der engli-

schischen Sprache, aber Hemmungen oder Schwierigkeiten beim freien Sprechen. In diesem Kurs wird das freie Sprechen geübt. Es wird über Alltagsthemen wie z.B. Family, Travel, Hobbies gesprochen. Dabei werden die Grammatikkenntnisse vertieft und der Wortschatz erweitert. Das Lehrbuch wird durch Kurzgeschichten und aktuelle Themen aus der Presse ergänzt.  
Beginn: 14.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-schule, Breslauer Str. 2  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Englisch III,1 für Fortgeschrittene English conversation AU

Leitung: Adrienne N. Schiller  
Beginn: 13.09.2011  
Termine: 12mal dienstags, 9.00 bis 10.30 Uhr  
Ort: Augustinum Aumühle  
Gebühr: Euro 54,00  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung und nähere Auskünfte bei der Kursleiterin  
Tel. 04104/7580

## Englisch III, 2 für Fortgeschrittene English Conversation AU

Leitung: Adrienne N. Schiller  
Beginn: 13.09.2011  
Termine: 12mal dienstags, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Augustinum Aumühle  
Gebühr: Euro 54,00  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung und nähere Auskünfte bei der Kursleiterin  
Tel. 04104/7580

## Englisch für Fortgeschrittene „Discussion Group“ BÜ

Leitung: Uta Ehlers  
You want to keep up your English? Join our

discussion group and enjoy delightful evenings.  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A222  
Gebühr: Euro 35,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/2608



## Englisch am Vormittag: Conversation MÖ

Leitung: Elizabeth Fuhrhop  
Lehrbuch: wird bekannt gegeben  
Für Teilnehmer, die ihre bereits erworbenen Kenntnisse in einer lockeren und entspannten Atmosphäre erweitern und vertiefen wollen. Der Schwerpunkt liegt auf dem freien Sprechen und weniger auf der Grammatik.  
Beginn: 20.09.2011  
Termine: 11mal dienstags, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Stadthaus, Zimmer 207  
Gebühr: Euro 42,90 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 84 37 04

## Englisch - Conversation am Vormittag LA

Leitung: Ingrid Knoth  
Die Volkshochschule Lauenburg bietet Teilnehmer/Innen mit guten Kenntnissen der englischen Sprache einen neuen Kursus an. Die Teilnehmer/Innen unterhalten sich, lesen Geschichten, übersetzen, schreiben kurze Zusammenfassungen und machen grammatische Übungen. Die Auswahl des Programms richtet sich nach den Kenntnissen der Teilnehmer/Innen und wird mit spielerischen Elementen aufgelockert.  
Lehrbuch: New Headway Pre-Intermediate  
Beginn: 22.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 10.00 bis 11.30 Uhr  
Ort: Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Dresdener Str. 15  
Gebühr: Euro 40,00

**Versorgungsbetriebe**  
Elbe GmbH

Alles aus einer Hand!

Stromversorgung

Erdgasversorgung

Fernwärmeversorgung

Wasserversorgung

Freizeitbad

**Betriebsstätte Boizenburg/Elbe**  
Mühlenteich 5  
19258 Boizenburg/Elbe  
Tel.: 038847 / 602-0  
Fax: 038847 / 602-95

**Betriebsstätte Lauenburg/Elbe**  
Hamburger Straße 9-11  
21481 Lauenburg/Elbe  
Tel.: 04153 / 595-0  
Fax: 04153 / 595-105

**Internet:**  
[www.versorgungsbetriebe-elbe.de](http://www.versorgungsbetriebe-elbe.de)

**E-Mail:**  
[info@versorgungsbetriebe-elbe.de](mailto:info@versorgungsbetriebe-elbe.de)



VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153  
520810, E-Mail: jknoth@  
gmx.de

## Englisch - Conversation am Vormittag

LA

Leitung: Ingrid Knoth

Die Volkshochschule Lauenburg bietet TeilnehmerInnen mit guten Kenntnissen der englischen Sprache einen neuen Kursus an. Die TeilnehmerInnen unterhalten sich, lesen Geschichten, übersetzen, schreiben kurze Zusammenfassungen und machen grammatrische Übungen. Die Auswahl des Programms richtet sich nach den Kenntnissen der TeilnehmerInnen und wird mit spielerischen Elementen aufgelockert.

Lehrbuch: New Headway Pre-Intermediate  
Beginn: 22.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 10.00 bis 11.30 Uhr

Ort: Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Dresdener Str. 15  
Gebühr: Euro 40,00

VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153 520810, E-Mail:  
jknoth@gmx.de

## Englisch Gesprächskreis

SB

Leitung: Veronica Ellingham – Becker  
ab Stufe B1

If you have a reasonable working knowledge of English and are interested in reading and discussing short stories, talking about topics of general interest as well as current affairs. Come along and join us on Wednesday mornings. We will do some vocabulary building exercises and grammar mistakes will be corrected, but the main emphasis will be on spoken English.

Beginn: 14.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 9.30 bis 11.00 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas-  
sengebäude

Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Englisch im Beruf

### Englisch für den Beruf

DA

Leitung: Peter Eggers

Der VHS-Kurs „Englisch für den Beruf“ richtet sich an Interessierte mit mittleren Vorkenntnissen und bereitet die Teilnehmer auf diese Anforderungen vor. Die Teilnehmer sollten auf etwa 5 – 6 jährige Schulkenntnisse der engl. Sprache zurückgreifen können. Auch wenn diese längere Zeit zurückliegen und nicht praktiziert wurden, werden Hemmschwellen und Sprachbarrieren kurzfristig abgebaut. Im Unterricht wird betont an das freie Sprechen herangeführt. Das Lehrbuch „Working in English“ Klett Verlag – ISBN 3-12-502733-0) ist die Basis für den Unterricht, der mit einfacher Konversation, sowie mündlichen und schriftlichen Übungen abgehalten wird. Es

eignet sich speziell für Kursteilnehmer/innen, die bereits einen Beruf ausüben und auch für Lernende, die demnächst ins Berufsleben eintreten werden.

Kursinhalte im neuen Semester aus folgender Thematik:

We start each lesson with a conversation on a given subject.

Short stories will be read and checked on comprehension.

Receiving visitors, making business guests feel at home, giving and receiving gifts. Small talk, socializing and building professional relationships. Business dinners and table manners in different countries. Explaining routes and selecting free time activities. Arranging hotel accomodation and staying in a business hotel. Visit to the English Theatre Hamburg?

Bei Bedarf können auch fachliche Themen aus dem Teilnehmerkreis im Unterricht durchgesprochen werden.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 12mal montags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
Gebühr: Euro 70,80 **Kurs-Nr. U 406 09**  
VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 1398

## Englisch im Beruf

GU

Leitung: Dorit Meyer

Wir lesen und verfassen „typische“ Schreiben aus dem kaufmännischen Bereich und üben die sprachliche Gestaltung von Situationen des beruflichen Alltags. Gezielte Erweiterung des Wortschatzes und der Blick auf ausgewählte grammatische Themen gehören dazu.

Beginn: 12.09.2011  
Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Bürgerhaus Gudow, Kaiserberg 15  
Gebühr: Euro 40,00

VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel.  
04541/83233 (nach 20 Uhr)

## Bewerben auf Englisch

SB

Leitung: Orsolya Szikra  
ab Stufe B1

Immer mehr Schüler und Studenten möchten im englischsprachigen Ausland studieren und für viele deutsche Arbeitnehmer ist ein Job in England, den USA oder Australien eine attraktive Alternative. Aber auch in Deutschland werden für entsprechende Stellen Bewerbungsgespräche auf Englisch geführt. Wie bereiten sie sich darauf vor? Welche sprachlichen Besonderheiten gilt es bei einer Bewerbung zu beachten? Im Kurs erarbeiten sie das für eine Bewerbung notwendige Vokabular. Darauf basierend werden Lebensläufe und Bewerbungsschreiben verfasst und sprachlich, stilistisch und inhaltlich besprochen. Im Rollenspiel wird die Situation eines Vorstellungsgespräches trainiert.  
Beginn: 17.09.2011

Termine: 3mal samstags, 9.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas-  
sengebäude

Gebühr: Euro 24,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Office - Englisch I

SB

Leitung: Veronica Ellingham – Becker  
ab Stufe B1

Lehrbuch: English Network Office, Langenscheidt Verlag, ab Lektion 1

Es werden Kenntnisse vermittelt, um auch in englischer Sprache im Berufsleben zu bestehen wie z.B. Telefonieren, Mails und Briefe formulieren, Termine vereinbaren, Small Talk und vieles mehr. Es gibt praxisnahe Übungen, Auffrischung notwendiger Grammatik und Rollenspiele. Es wird ein allgemeiner und berufsspezifischer Basiswortschatz vermittelt. Dazu gibt es kulturelle Hintergrundinformationen für den Umgang mit britischen und amerikanischen Geschäftspartnern. Der Kurs wird im Winter/Frühjahr 2012 fortgesetzt und beendet (siehe nächster Kurs).

Beginn: 15.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 18.45 bis 20.15 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas-  
sengebäude  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Office - Englisch II

SB

Leitung: Veronica Ellingham – Becker  
ab Stufe B1

Fortsetzungskurs  
Lehrbuch: English Network Office, Langenscheidt Verlag  
Beginn: 12.01.2012

Termine: 10mal donnerstags, 18.45 bis 20.15 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas-  
sengebäude

Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Französisch

### Französisch für Anfänger

NU

Leitung: Nadin Warda

Kursbeschreibung siehe unten (Sandesneben).  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Grund- und Hauptschule Nusse  
Gebühr: 48,00 Euro  
VHS Sandesneben-Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel.  
04536/808262

### Französisch für Anfänger

SN

Leitung: Nadin Warda

Wir erkennen sehr schnell, wie viele Wörter aus dem Französischen in unserem täglichen Sprachgebrauch verwendet werden und wir darauf aufbauen. Es ist ein gutes Gefühl so die französische Sprache zu entwickeln. Nach dem Semester können Sie bereits einfache Redewendungen wiedergeben und sich in die Sprache einhören. Das Lehrbuch wird „Couleurs de France neu“ von Langenscheidt sein.

Beginn: 07.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Schulzentrum Sandesneben  
Gebühr: 48,00 Euro  
VHS Sandesneben-Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel.  
04536/808262

### Französisch - für Anfänger ohne Vorkenntnisse

SB

Leitung: Anne Bailleux – Heber  
Stufe A1.1

Lehrbuch: „On y va“, Band 1, Hueber Verlag,  
ab Lektion 1

Beginn: 05.09.2011

Termine: 12mal montags, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-  
schule, Breslauer Str. 2

Gebühr: Euro 45,60  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Französisch I für Anfänger und Wiedereinsteiger

AU

Leitung: Kathrin Stolte-Laurent, Tel. 040/650  
55 461

In diesem Kurs sollen die TeilnehmerInnen in lockerer Atmosphäre für diese schöne Sprache begeistert werden. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch Couleure de France.

Beginn: 21.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 10.00 bis 11.30 Uhr

Ort: Treffpunkt Aumühle, Sachsenwaldstr. 18

Gebühr: Euro 50,00  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Information und Anmeldung bei der Kursleiterin

### Französisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

BE

Leitung: Ulrike Spangenberg

Lehrbuch: Couleurs de France -neu- Bd. 1 ab  
Lekt. 5

Beginn: 19.09.2011

Termine: 10mal montags, 18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: Gemeindesaal im Pastorat, Kirchenstr. 4  
in Berkenthin

Gebühr: Euro 35,00 (33,00)  
VHS Berkenthin

Anmeldung: Spangenberg Tel. 04541/83214  
Internet: vhs-berkenthin.de

### Französisch für Anfänger ohne oder mit geringen Vorkenntnissen

BÜ

Leitung: Rosel Blankenburg

Dieser Kurs arbeitet mit dem Lehrbuch „Vo-  
yages“ ab Lektion 4.

Vorbesprechung: 06.09.2011, 19.30 Uhr  
Beginn: 13.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1,  
Raum A142

Gebühr: Euro 35,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel.  
04151/2702

### Französisch für Einsteiger

LA

Leitung: Ingrid Knoth

Willkommen ist jeder, der Französisch er-  
lernen will und seine vor langer Zeit er-  
worbenen Kenntnisse wieder auffrischen  
möchte. Der Unterricht wird mit spiele-  
rischen Elementen aufgelockert und ist  
besonders auch für Senioren/Innen und  
Schüler geeignet. Er richtet sich nach den

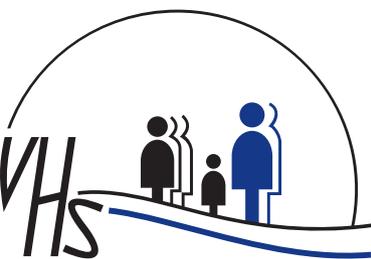


Die **TANZWERKSTATT**

**BALLETT . TANZ . BEWEGUNG**

**Röntgenstr. 16 · 21493 Schwarzenbek**

**Telefon im Sportcenter: 041 51 / 82 323**  
**www.schwarzenbeker-tanzwerkstatt.de**



## Volkshochschule Geesthacht gemeinnützige GmbH

Staatlich anerkannter Träger der Weiterbildung  
Zertifiziert nach AZWV

Die **Volkshochschule Geesthacht** ist eine der Kreisvolkshochschulen des Kreises Herzogtum Lauenburg und arbeitet mit den anderen Volkshochschulen des Kreises zusammen.

### Programmangebot

Die VHS Geesthacht bietet jährlich ca. 650 Kurse in den Bereichen Gesellschaft, Kultur und künstlerisches Gestalten, Gesundheit, Sprachen, Grundbildung und Integration, berufliche Bildung und EDV an.

Das vielfältige Angebot finden Sie in einem eigenständigen Programmheft, das in öffentlichen Einrichtungen und vielen Geschäften ab dem 15.08.2011 in Geesthacht ausliegt.

Im Internet finden Sie das Programm der VHS Geesthacht unter [www.vhs-geesthacht.de](http://www.vhs-geesthacht.de)

### Qualität

Die Volkshochschule Geesthacht ist gemäß § 22 BFQG vom Landesministerium Schleswig-Holstein staatlich anerkannter Träger der Weiterbildung und zudem nach der Anerkennungs- und Zulassungsverordnung Weiterbildung zertifiziert. Die Volkshochschule Geesthacht ist damit zugelassener Träger für die Förderung der beruflichen Weiterbildung nach dem Arbeitsförderungsgesetz.



Registriernummer: A100104



### Weiterbildungsberatung

Sowohl Bildungsprämiegutscheine des Bundes als auch Bildungsgutscheine der Arbeitsagentur bzw. der jobcenter können bei der VHS Geesthacht eingelöst werden.

Nutzen Sie das Beratungsangebot des Weiterbildungsverbundes vor Ort in der VHS Geesthacht am 8. und 9. September 2011, 8:30-12:30 Uhr.

Eine Terminvereinbarung ist erforderlich.

### Berufliche Weiterbildung in Buchführung

Die VHS Geesthacht bietet Beschäftigten im kaufmännischen Bereich oder Erwerbslosen und Wiedereinsteiger/innen die Möglichkeit, sich im Rahmen des Xpert Business Schulungsprogramm weiter zu qualifizieren. Mit erfolgreich abgelegten Prüfungen können Sie sich bei uns zur Fachkraft für Finanzbuchführung und als Finanzbuchhalter/in qualifizieren.

Informationstag: 6. September 2011 um 19:30 Uhr

### Bildungsurlaube im Wintersemester 2011/2012

Den Büroalltag meistern mit Microsoft Office 2007 (WORD, EXCEL, POWERPOINT, OUTLOOK) und Windows 7, 14. – 18. November 2011

Brush up Your Business English - Level A2/B1, 2. – 4. Januar 2012

Richtige Ernährung in der Alten- und Krankenpflege, 6. – 9. September 2011

Xpert-Business Finanzbuchführung I, 17. – 21. Oktober 2011

### Grundbildung

Es besteht an der VHS Geesthacht die Möglichkeit, den Haupt- und Realschulabschluss nachträglich zu erwerben.

Informationstag und letzter Anmeldetag für den Realschulabschluss ist der 15.08.2011 um 14 Uhr

Informationstag und letzter Anmeldetag für den Hauptschulabschluss ist der 16.08.2011 um 14 Uhr

### Vorbereitung auf die Grundschule

Dieser Kurs bereitet Kinder im Vorschulalter vor der Einschulung auf vielfältige Weise auf die Anforderungen der Schule vor. Gezielt, aber spielerisch, werden die Grob- und Feinmotorik gefördert, der Grundstein für mathematisches Denken gelegt und der lautliche Aufbau der Sprache vermittelt. Ausdauer, Konzentrationsfähigkeit und das Selbstbewusstsein des Kindes werden gefördert und gestärkt, sowie Basiskompetenzen für den Schuleintritt erworben.

### Beratung, Informationen und Anmeldungen

Volkshochschule Geesthacht gGmbH,  
Neuer Krug 33-35, 21502 Geesthacht,  
Tel. 04152/4622, Fax 04152/88 62 94,  
Email [info@vhs-geesthacht.de](mailto:info@vhs-geesthacht.de)



Kenntnissen der Teilnehmer.  
Ein Anschlusskurs ist vorgesehen.  
Lehrbuch: Couleurs de

Fraunce (1)  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
Gebühr: Euro 40,00  
50% Ermäßigung für Schüler/Rentner/Arbeitslose  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153 520810, E-Mail: jknoth@gmx.de

### Französisch am Vormittag für Anfänger I

MÖ

Leitung: Nadine Warda  
Für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Wir haben im letzten Semester mit dem Lehrbuch „Couleurs de France 1neu“ angefangen und gelernt, uns vorzustellen, einige Fragen zu stellen, bis fünfzig zu zählen. Wir haben ein gutes Gefühl für die französische Sprache entwickelt und hören uns schon recht locker in die Sprache ein. Wenn Sie über geringe Französisch-Kenntnisse verfügen, sind Sie bei uns herzlich willkommen.  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 12mal mittwochs, 9.30 bis 11.00 Uhr  
Ort: Augustinum Mölln, Sterleyer Straße 44, Seminarraum  
Gebühr: Euro 46,80 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung und Vorbesprechung: Tel. 0 41 54 / 79 55 27

### Französisch am Vormittag für Anfänger II

MÖ

Leitung: Nadine Warda  
Sie möchten Ihre Schulkenntnisse auffrischen oder erweitern, dann sind Sie bei uns richtig. Wir arbeiten mit PontNeuf, Band 1, ab Lektion 9 und können u.a. Einladungen aussprechen, Briefe an Freunde schreiben, über Freizeit und Reisen sprechen, im Restaurant ein Essen bestellen, diskutieren, etc... Wenn Sie also über gute französische Vorkenntnisse verfügen, sind Sie herzlich willkommen.  
Lehrbuch: Pont Neuf 1 mit Arbeitsbuch ab Lektion 8  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 12mal mittwochs, 11.15 bis 12.45 Uhr  
Ort: Augustinum Mölln, Sterleyer Straße 44, Seminarraum  
Gebühr: Euro 46,80 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung und Vorbesprechung: Tel. 0 41 54 / 79 55 27

### Französisch mit Vorkenntnissen

NU

Leitung: Nadin Warda  
Kursbeschreibung siehe unten (Sandesneben)  
Das Lehrbuch wird „Couleurs de France neu“ ab Lektion 9 von Langenscheidt sein.  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Grund- und Hauptschule Nusse  
Gebühr: 48,00 Euro  
VHS Sandesneben-Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

### Französisch mit Vorkenntnissen

SN

Leitung: Nadin Warda  
Wir können uns schon über viele Themen wie unser Heim, auf Reisen, die Familie usw.... unterhalten und diskutieren. Wir lesen und verstehen leichte, buchfremde Texte.  
Wenn Sie also über gute Grundkenntnisse aus der Schule verfügen, sind Sie bei uns herzlich willkommen.  
Das Lehrbuch wird „Couleurs de France neu“ ab Lektion 9 von Langenscheidt sein.  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Schulzentrum Sandesneben  
Gebühr: 48,00 Euro  
VHS Sandesneben-Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

### Französisch - für Anfänger mit Vorkenntnissen am Abend

SB

Leitung: Anne Bailleux – Heber  
Stufe A1.2  
Lehrbuch: „On y va“, Band 1, Hueber Verlag, ab Lektion 6  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 12mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe- schule, Breslauer Str. 2  
Gebühr: Euro 45,60  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Französisch - für Anfänger mit Vorkenntnissen am Vormittag

SB

Leitung: Anne Bailleux – Heber  
Stufe A1.3  
Lehrbuch: „On y va“, Band 1, Hueber Verlag, ab Lektion 7  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 12mal dienstags, 9.20 bis 10.50 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas- sengebäude  
Gebühr: Euro 45,60  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Französisch II für Fortgeschrittene

AU

Leitung: Hannelore Klein, Tel. 04104/2753  
Beginn: 13.10.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Treffpunkt Aumühle, Sachsenwaldstr. 18  
Gebühr: Euro 45,00  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung bitte bei der Kursleiterin

### Französisch am Vormittag für Fortgeschrittene I

MÖ

Leitung: Nadine Warda  
Für Fortgeschrittene mit guten Kenntnissen, Niveau A2 - B1. Wir arbeiten mit PontNeuf, Band 1, ab Lektion 12. Wir können uns schon über viele Themen wie unser Heim, auf Reisen, die Familie usw... unterhalten und diskutieren, leichte, buchfremde Texte lesen und verstehen.  
Lehrbuch: Pont Neuf 1 mit Arbeitsbuch  
Beginn: 08.09.2011  
Termine: 12mal donnerstags, 11.15 bis 12.45 Uhr  
Ort: Augustinum Mölln, Sterleyer Straße 44, Seminarraum

## Plattdeutscher Leseabend in der Volkshochschule Breitenfelde

In Breitenfelde hat sich eine Tradition „eingenistet“ ....., der Plattdeutsche Leseabend“. Seit nunmehr 9 Jahren -immer im Monat November oder im Februar- laden unsere „Vorlesekünstler“ Frau Hella Köhn, Frau Gertrud Tupat, Herr Hubert Ihns und Frau Jutta Arning ein zu „Geschichten un Döontjes tau'n Höögen und Smustern“. Manches Mal wurde das Publikum auch zur Friesentorte oder zum Pharisäer geführt- zumindest optisch...! In der gemütlichen Plauder- Pause laden die Vorstandsdamen der VHS Breitenfelde e. V. das Publikum ein zu Schmalzbrot & Punsch! Lassen Sie sich ruhig auch einmal „entführen“ und kommen Sie zu unserem „Plattdt. Leseabend“.... am



Mittwoch, 16.11.2011 / 19:30 Uhr in die Grundschule des Amtes Breitenfelde!  
Lachen und Schmunzeln garantiert!

Ihre VHS Breitenfelde e. V.

Gebühr: Euro 46,80 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung und Vorbesprechung: Tel. 0 41 54 / 79 55 27

### Französisch (Stufe A2)

RZ

Leitung: Ulrike Spangenberg  
Wenn Sie Vorkenntnisse aus ca. 6 VHS- Semestern haben, sind Sie hier richtig. Wir lernen in entspannter Atmosphäre mit vielfältigen Themen, Übungen und Methoden.  
Lehrbuch: Couleurs de France 2 neu ab unite 9 (Langenscheidt ISBN 978-3-468-45451-6)  
Beginn: 20.09.2011  
Termine: 12mal dienstags, 9.30 bis 11.00 Uhr  
Ort: Kath. Pfarramt, Fischerstr. 1, Ratzeburg  
Gebühr: Euro 60,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung: Tel. 04541 / 83214 (Dozentin)

### Französisch für Fortgeschrittene

BÜ

Leitung: Rosel Blankenburg  
Dieser Kurs arbeitet mit Literaturtexten und Artikeln zu aktuellen Themen.  
Vorbesprechung: 06.09.2011, 19.30 Uhr  
Beginn: 13.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A142  
Gebühr: Euro 35,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04151/2702

### Französisch am Vormittag für Fortgeschrittene II

MÖ

Leitung: Nadine Warda  
Für Teilnehmer mit sehr guten Kenntnissen. Wir lesen einen spannenden Lernkrimi, einige interessante Artikel aus der Presse oder Sprachmagazinen und diskutieren und debattieren hierüber auf Französisch. Die Grammatik wird durch leichte Übungen je nach Bedarf stets festigt. Wenn Sie also über gute Französisch-Kenntnisse (Niveau C1) verfügen, weil Sie es- auch vor Jahren - bereits oft angewandt bzw. gelernt haben, sind Sie bei uns herzlich willkommen.  
Beginn: 08.09.2011  
Termine: 12mal donnerstags, 9.30 Uhr bis 11.00 Uhr  
Ort: Augustinum Mölln, Sterleyer Straße 44, Seminarraum

Gebühr: Euro 46,80 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung und Vorbesprechung: Tel. 0 41 54 / 79 55 27

### Französisch - für Fortgeschrittene am Abend

SB

Leitung: Anne Bailleux – Heber  
Stufe A2.2  
Lehrbuch: „On y va“, Band 2, Hueber Verlag, ab Lektion 4  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 12mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe- schule, Breslauer Str. 2  
Gebühr: Euro 45,60  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Französisch - für Fortgeschrittene am Vormittag

SB

Leitung: Anne Bailleux – Heber  
Stufe A2.2  
Lehrbuch: „On y va“, Band 2, Hueber Verlag, ab Lektion 5  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 12mal mittwochs, 10.00 bis 11.30 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas- sengebäude  
Gebühr: Euro 45,60  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Französisch für Fortgeschrittene und Konversation

LA

Leitung: Ingrid Knoth  
Wir diskutieren aktuelle Artikel der Zeitschrift „écoute“ (Euro 6,50), lesen französische Literatur, übersetzen und machen grammatische Übungen. Der Unterricht richtet sich nach dem Kenntnisstand der Teilnehmer/Innen und wird mit spielerischen Elementen aufgelockert. Ein Anschlusskurs ist vorgesehen.  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
Gebühr: Euro 40,00

50% Ermäßigung für Schüler/Rentner/Arbeitslose  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 04153 520810, E-Mail: jknoth@gmx.de

**Französische Konversation** MÖ

Leitung: Dorothea Köpsell  
 Alle, die mittlere bis gute Vorkenntnisse der französischen Sprache mitbringen, sind zur Teilnahme eingeladen. Das Unterrichtsmaterial wird mit den Teilnehmer(inn)en zu Beginn des Kurses abgesprachen.  
 Vorbesprechung und Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 15.30 bis 17.00 Uhr  
 Ort: Stadthaus, Raum 207  
 Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 040 / 632 10 13

**Französisch III La musique française** AU

Leitung: Kathrin Stolte-Laurent, Tel. 040/650 55 461  
 Kursinhalt siehe unten (Schwarzenbek)  
 Beginn: wird noch bekannt gegeben  
 Termine: 2 Abende, 18.30 bis 20.45 Uhr  
 Gebühr: Euro 14,50  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
 Information und Anmeldung bitte bei der Kursleiterin

**La musique française** SB

Leitung: Kathrin Stolte-Laurent  
 ab Stufe A2  
 Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/Innen, die die französische Musik lieben, Grundkenntnisse der französischen Sprache besitzen und die französische Kultur besser kennen lernen möchten. Patricia Kaas, Francis Cabrel, Jean-Jacques Goldman ... sie alle sind bekannte Stars in Frankreich. Erleben Sie die besondere Stimmung des Benefizkonzertes „Les Enfoirés“, in dem die bekanntesten Sänger Frankreichs gemeinsam die verschiedenen Musikrichtungen ihres Landes aufleben lassen. Wenn wir an den Abenden über die Interpretieren und ihre Lieder ins Gespräch kommen, üben Sie Ihr Hörverständnis und das freie Sprechen. Nähere Informationen erhalten Sie bei der Dozentin Frau Stolte-Laurent unter der Telefonnummer 040/650 55 461.  
 Termin: Freitag, 04.11.2011, 19.00 bis 21.15 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 7,50  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**Griechisch**

**Griechisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse am Wochenende** SB

Leitung: Dimitrios Mastoras  
 Stufe A1.1  
 Termine: Freitag, 20.01.2012, 18.00 bis 21.00 Uhr und  
 Samstag, 21.01.2012, 9.30 bis 17.00 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Gebäude der Kreissparkasse  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**Griechisch - für Fortgeschrittene** SB

Leitung: Dimitrios Mastoras  
 Für Teilnehmer/Innen, welche die entsprechenden Vorkenntnisse in den Wochenendseminaren der letzten Semester an der VHS Schwarzenbek erworben haben.  
 Kurs 1: Freitag, 19.08.2011, 18.00 bis 21.00 Uhr und  
 Samstag, 20.08.2011, 9.30 bis 17.00 Uhr  
 Kurs 2: Freitag, 28.10.2011, 18.00 bis 21.00 Uhr und  
 Samstag, 29.10.2011, 9.30 bis 17.00 Uhr  
 Kurs 3: Freitag, 02.12.2011, 18.00 bis 21.00 Uhr und  
 Samstag, 03.12.2011, 9.30 bis 17.00 Uhr  
 Kurs 4: Freitag, 13.01.2012, 18.00 bis 21.00 Uhr und  
 Samstag, 14.01.2012, 9.30 bis 17.00 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Gebäude der Kreissparkasse  
 Gebühr: Euro 60,00 je Wochenendseminar  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Italienisch**

**Italienisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse** BE

Leitung: Anne Balestrini  
 Beginn: 22.09.2011  
 Termine: 10mal donnerstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
 Ort: Schule in Berkenthin  
 Gebühr: Euro 35,00 (33,00)  
 VHS Berkenthin  
 Anmeldd.: Balestrini Tel. 04541/4125, Internet: vhs-berkenthin.de

**Italienisch ohne Vorkenntnisse** DA

Leitung: Anja Erdmann  
 Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekanntgegeben.  
 Beginn: 20.09.2011 **Kurs-Nr. U 409 02**  
 Termine: 8mal dienstags, 20.00 bis 21.30 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 41,80 (bei mind. 8 Teilnehmern)  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04151/ 7419

**Italienisch für Anfänger** LA

Leitung: Vera Vortmann  
 Dieser Kursus ist für Teilnehmer/innen gedacht, die keine Vorkenntnisse haben und einen langsamen Einstieg in die neue Sprache wünschen. Die erfahrene Dozentin macht Sie während des Unterrichts auch mit Land und Leuten vertraut. Auf Wunsch kann der Kursus verlängert werden.  
 Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 5mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 20,00  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 0151 20709818  
 E-Mail: vera.vortmann@t-online.de

**Italienisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse** RZ

Leitung: Anne Zipf-Balestrini  
 Unverkrampter Einstieg in die italienische Sprache mit Informationen über Land und Leute.  
 Lehr- und Arbeitsbuch: Espresso 1

Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 49,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 04541 / 4125 (Dozentin)

**Italienisch für Anfänger ohne oder mit geringen Vorkenntnissen (1 A)** BÜ

Leitung: Dirk Uhde  
 Dieser Kurs vermittelt Grundkenntnisse der italienischen Sprache. Zielsetzung: Sprachgebrauch im täglichen Leben, Grammatikvermittlung nur soweit notwendig, für Interessierte mehr.  
 Lehrbuch: Eurolingua Italiano 1 A, Verlag Cornelsen.  
 Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 18.15 bis 19.45 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A116  
 Gebühr: Euro 35,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung beim Kursleiter, Tel. 04155/816204 oder 0176 96156158

**Italienisch für Anfänger** MÖ

Leitung: Urta Ladwig  
 Geringe Vorkenntnisse werden erwartet.  
 Lehrbuch: „Buon giorno“, Bd. 1 Lektion 6  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg  
 Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
 VHS Mölln  
 Auskünfte u. Anmeldung: 0 40 / 65 72 58 41 (ab 20.00 Uhr), E-Mail: urta.ladwig@web.de

**Italienisch - für Wiedereinsteiger am Vormittag** SB

Leitung: Anja Erdmann  
 Stufe A1.2  
 Lehrbuch: Expresskurs, Langenscheidt  
 Ein Angebot für Teilnehmer/Innen, die früher einmal angefangen haben Italienisch zu erlernen und nun ihre Kenntnisse zügig auffrischen möchten.  
 Beginn: 08.09.2011  
 Termine: 10mal donnerstags, 9.30 bis 11.00 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5, Kreissparkassen-

gebäude  
 Gebühr: Euro 38,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)



**Italienisch für Fortgeschrittene** RZ

Leitung: Anne Zipf-Balestrini  
 Gründliches Durcharbeiten des Lehr- und Arbeitsbuches Espresso 1 Lektionen 7-10, Lesen buchfremder Texte, Unterhaltung über Familie, Reisen, aktuelle Probleme (Politik, Sport, Musik).  
 Beginn: 14.09.11  
 Termine: 10mal mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 49,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 04541 / 4125 (Dozentin)

**Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen oder Wiedereinsteiger (1 B)** BÜ

Leitung: Dirk Uhde  
 Fortführung des Kurses 1 A mit gleicher Zielsetzung.  
 Lehrbuch: Eurolingua Italiano 1 B, Verlag Cornelsen.  
 Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 20.00 bis 21.30 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A116  
 Gebühr: Euro 35,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung beim Kursleiter, Tel. 04155/816203 oder 0176 96156158

**Italienisch mit guten Vorkenntnissen 1** DA

Leitung: Anja Erdmann  
 Dieser Kurs beginnt im Frühjahr 2010. Quereinsteiger sind herzlich willkommen!  
 Lehrbuch: „Italienisch in 30 Tagen“, Langenscheidt  
 Beginn: 16.08.2011 **Kurs-Nr. U 409 00**  
 Termine: 6mal dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 34,50 (bei mind. 8 Teilnehmern)  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04151/ 7419

**Abfallwirtschaft Südholstein**

**Kinderleicht!**

Entsorgungstipps im Internet

[www.awsh.de](http://www.awsh.de)

oder rufen Sie uns an

**Servicetelefon (0800) 29 74 001\***

\*kostenlos aus dem deutschen Festnetz

**... wer sonst!**



Sprachen

## Italienisch mit guten Vorkenntnissen 2

DA

Leitung: Anja Erdmann  
Dieser Kurs schließt direkt an den Kurs „Italienisch mit guten Vorkenntnissen 1“ an. Dieser begann im Frühjahr 2010. Quereinsteiger sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: „Italienisch in 30 Tagen“, Langenscheidt  
Beginn: 25.10.2011 **Kurs-Nr. U 409 01**  
Termine: 6mal dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
Gebühr: Euro 34,50 (bei mind. 8 Teilnehmern)  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04151/ 7419

## Italienisch (Groß Grönau)

RZ

Leitung: Dr. Luciana Luzi Wünsch  
Lehrbuch: Linetta Diretta 2 Magari  
Beginn: 20.09.2011  
Termine: 12mal dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Alte Schule, Hauptstr., Groß Grönau  
Gebühr: Euro 58,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung: Tel. 04509 / 71 22 56 (Dozentin)

## Italienisch - mit guten Vorkenntnissen

SB

Leitung: Anja Erdmann  
Stufe A1.4  
Lehrbuch: Italienisch in 30 Tagen (NEU), Langenscheidt  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 10mal montags, 18.15 bis 19.45 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

## Litauisch

### Litauisch für Anfänger

RZ

Leitung: Sonata Scheb  
Sie möchten Litauen als Tourist kennen lernen? Oder Sie sind einfach an der Sprache des kleinen Ostseevolkes interessiert? Dann sind Sie hier richtig. Dieser Kurs ist als eine Art „Schnupper-sprachkurs“ zu verstehen. Er soll helfen, Alltagssituationen bei einem Besuch in Litauen sprachlich zu bewältigen und auch etwas mehr über das Land zu erfahren. Es entstehen Materialkosten von Euro 2,00.  
Beginn: 20.09.2011  
Termine: 15mal dienstags, 17.00 bis 18.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
Gebühr: Euro 73,00 zzgl. Materialkosten  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung: Tel. 04541 / 89 60 13 (Dozentin)

## Plattdeutsch

### Plattdeutscher Vorleseabend

BR

Wie auch in den Vorjahren ist ein Plattdeutscher Vorleseabend in der Schule in Breitenfelde geplant. Mit lustigen adventlichen Geschichten können Sie mit uns einen schönen Abend verbringen.  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Näheres zu geg. Zeit in der Presse oder in unserer Homepage.

Termin: Mittwoch, 16.11.2011  
Ort: Schule in Breitenfelde  
VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690 Sie möchten Litauen als Tourist kennen lernen? Oder Sie sind einfach an der Sprache des kleinen Ostseevolkes interessiert? Dann sind Sie hier richtig. Dieser Kurs ist als eine Art „Schnuppersprachkurs“ zu verstehen.

## Plattdäätscher Fröhschoppen Inge vertellt wedder

BÜ

Leitung: Inge Slopianka  
Sonntag, 18.09.2011, 11.00 Uhr  
Ohrogges Gasthof, Lauenburger Str. 28, Büchen  
Gebühr: Euro 5,00  
Dornah gift dat Bohnen, Birn un Speck  
VHS Büchen, Tel.: 04155/3639 u. 3551

## Plattdäätscher Fröhschoppen Mal sööt, mal suer - jüst as dat Leven

BÜ

Leitung: Walter F. Herz  
Sonntag, 09.10.2011, 11.00 Uhr  
Ohrogges Gasthof, Lauenburger Str. 28, Büchen  
Gebühr: Euro 5,00  
Dornah gift dat Rippenbraden mit Rotkohl  
VHS Büchen, Tel.: 04155/3639 u. 3551

## Plattdäätscher Fröhschoppen Lach di gesund

BÜ

Leitung: Karsten Steckling  
Sonntag, 06.11.2011, 11.00 Uhr  
Ohrogges Gasthof, Lauenburger Str. 28, Büchen  
Gebühr: Euro 5,00  
Dornah gift dat Gosbraden  
VHS Büchen, Tel.: 04155/3639 u. 3551

## Plattdäätscher Fröhschoppen Fröhliche Wiehnachten

BÜ

Leitung: Manfred Andersen  
Sonntag, 11.12.2011, 11.00 Uhr  
Ohrogges Gasthof, Lauenburger Str. 28, Büchen  
Gebühr: Euro 5,00  
Dornah gift dat Grönkohl mit Kasseler  
VHS Büchen, Tel.: 04155/3639 u. 3551

## Plattdäätsch för jung un old

SB

Leitung: Grete Bruhn  
Kiek mol rin, wi freit uns bannig!  
Beginn: 10.10.2011  
Termine: 6mal montags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Der Unterricht findet auch in den Herbstferien statt!  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
Gebühr: Euro 22,80  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

## Polnisch

### Polnisch für Anfänger

MÖ

Leitung: Ryszard Knapik  
In diesem Kurs wird die Sprache langsam und verständlich in einer lockeren und entspannten Atmosphäre vermittelt.  
Lehrbuch wird bekannt gegeben. Exkursion nach Polen möglich.  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Polnisch für Fortgeschrittene

LA

Leitung: Dipl.-Päd. Barbara Ziolkowski  
Wer schon einen Anfängerkurs bei der VHS besucht hat oder entsprechende Kenntnisse der polnischen Sprache mitbringt, ist bei uns herzlich willkommen.  
Beginn: 25.10.2011  
Termine: 5mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
Gebühr: Euro 20,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: 04133 / 223104, 0160 / 91498391,  
E-Mail: jan\_zio@yahoo.de

## Portugiesisch

### Portugiesisch – für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

SB

Leitung: Christina Feldhofen-Da Costa Carvalho  
Stufe A1.2 Portugiesisch im 2. Semester  
Lehrbuch: Der Portugiesisch-Kurs, Langenscheidt Verlag  
Beginn: 12.09.1011  
Termine: 10mal montags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Russisch

### Russisch für Anfänger

BÜ

Leitung: Elvira Altergott  
Vorbesprechung: 05.09.2011, 18.30 Uhr  
Beginn: Tag und Zeit nach Absprache  
10 Doppelstunden  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1, 1. Stock, Raum A 216  
Gebühr: Euro 35,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/5389

### Russisch für Fortgeschrittene

BÜ

Leitung: Elvira Altergott  
Vorbesprechung: 05.09.2011, 18.30 Uhr  
Beginn: Tag und Zeit nach Absprache  
10 Doppelstunden  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1, 1. Stock, Raum A 216  
Gebühr: Euro 35,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/5389

### Russisch für Anfänger

MÖ

Leitung: Gisela Reinhard  
In diesem Kurs wird die Sprache langsam und verständlich in einer lockeren und entspannten Atmosphäre vermittelt.  
Lehrbuch wird bekannt gegeben  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg  
Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Russisch - Konversationskurs

SB

Leitung: Ludmilla Braun  
ab Stufe A2  
Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/Innen, die bereits russische Sprachkenntnisse besitzen. Es wird über aktuelle Themen aus der Presse, Literatur, Film und Alltägliches geredet. Grammatik wird bei Bedarf behandelt. Sie müssen für diesen Kurs nicht fließend perfekt russisch sprechen. Auch wenn Ihre Russischkenntnisse lange nicht benutzt wurden, trauen Sie sich in diesen Kurs. Es werden der Grundwortschatz bedient und einfache Texte gelesen.  
Beginn: 21.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Schwedisch

### Schwedisch für Anfänger

MÖ

Leitung: Elke Schurich  
Dieser Kurs vermittelt Anfängern langsam und verständlich in lockerer Atmosphäre die schwedische Sprache.  
Lehrbuch: Tala svenska  
Vorbesprechung und Beginn: 05.09.2011  
Termine: 2mal montags  
Vormittagskurs: 10.00 bis 11.30 Uhr  
Ort: wird bei Anmeldung bekanntgegeben  
Abendkurs: 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg  
Gebühr: je Kurs Euro 46,80 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

### Schwedisch für Anfänger A1

RZ

Leitung: Elke Schurich  
Wer vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze auf Schwedisch verstehen und verwenden möchte, ist hier genau richtig. Am Ende des Kurses werden Sie sich auf einfache Art und Weise auf Schwedisch verständigen können.  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 14mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
Gebühr: Euro 49,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 04541 / 87 05 84 (Dozentin)

### Schwedisch für Fortgeschrittene

MÖ

Leitung: Elke Schurich  
Wer seine bereits erworbenen Schwedischkenntnisse verbessern möchte ist in diesem Kurs richtig. Neben der Wiederholung und Erweiterung des Wortschatzes spielt auch Grammatik eine Rolle.  
Lehrbuch: Tala svenska  
Vorbesprechung und Beginn: 05.09.2011  
Termin: 12mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg  
Gebühr: Euro 46,80 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

### Schwedisch für Fortgeschrittene

RZ

Leitung: Elke Schurich  
Wer seine bereits erworbenen Schwedisch-

dischenkenntnisse verbessern möchte, mit Schwerpunkt auf dem gesprochenen Schwedisch und den wichtigsten Grammatikkapiteln, ist hier genau richtig. Wortschatz und Grammatik werden intensiv wiederholt.

Beginn: 07.09.2011  
 Termine: 10mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 49,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541 / 87 05 84 (Dozentin)

**Spanisch**

**Spanisch I für Anfänger**

Leitung: Alicia Harrer, Tel. 04104 / 42 64  
 Lehr- und Arbeitsbuch „Caminos neu“ A1  
 Beginn: 14.09.2011  
 Termine: 12mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule Aumühle, Raum 12 c  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
 Anmeldung bitte beim 1. Mal

**Spanisch für Anfänger**

Leitung: Ursula Huschke  
 Dieser Kurs vermittelt die ersten Grundkenntnisse der spanischen Sprache, auch für die ersten Sätze im Urlaub.  
 Beginn: 24.10.2011  
 Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1, Raum A 143  
 Gebühr: Euro 35,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 01577 / 4242539

**Spanisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Leitung: Monika Heitmann  
 Sprachlos im Spanien-Urlaub? In diesem Kurs lernen wir wie man sich begrüßt und vorstellt, im Restaurant bestellt oder Einkaufen geht. Ebenso sprechen wir über Herkunft, Beruf und Hobbys. Lehrwerk ist „Español actual“, Lehr- und Übungsbuch. Der Unterricht wird durch Spiele und Musik ergänzt.

Beginn: 28.09.2011 **Kurs-Nr. U 422 00**  
 Termine: 8mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 40,80 (bei mind. 8 Teilnehmern)  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 2539

**Spanisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Leitung: Jürgen Breuer  
 Beginn des neuen Kurses für Teilnehmer ohne jegliche Vorkenntnisse. Vermittelt wird Spanisch mit Schwerpunkt auf Konversation im Alltag.  
 Lehrmaterial: El nuevo curso Band 1. Langenscheidt-Verlag  
 Beginn: 01.09.2011  
 Termine: 15mal donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 83,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 0451 / 7075417 (Dozent)

**Spanisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse (Groß Grönau)**

Leitung: Jürgen Breuer  
 Beginn des neuen Kurses für Teilnehmer ohne jegliche Vorkenntnisse. Vermittelt wird Spanisch mit Schwerpunkt auf Konversation im Alltag.  
 Lehrmaterial: El nuevo curso Band 1. Langenscheidt-Verlag  
 Beginn: 17.08.2011  
 Termine: 15mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Waldschule Groß Grönau, Musikraum  
 Gebühr: Euro 83,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 0451 / 7075417 (Dozent)

**Spanisch für den Urlaub**

Leitung: Prof. Thomas Gemmecke  
 Sie möchten in nächster Zeit Urlaub in einem spanischsprachigen Land machen? In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Redensarten und landestypische Gewohnheiten kennen, um sich als Tourist sicher zu bewegen. Hierbei geht es nicht um komplizierte Grammatik, sondern Sie werden gezielt in entspannter Atmosphäre auf Situationen im Hotel, im Restaurant, am Flughafen etc. vorbereitet. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt!  
 Termin: 24.09.2011, 9.00 bis 15.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: Euro 20,00  
 Die Kursgebühren sind bis 05.09.2011 auf das Konto der VHS 1005320778 bei der Kreissparkasse (BLZ 230 527 50) einzuzahlen. Die Einzahlung gilt als verbindliche Anmeldung. Telefonische Anmeldung erforderlich. Die Materialkosten von Euro 5,00 sind am Kurstag zu zahlen.  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60 erforderlich

**Spanisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Leitung: Prof. Thomas Gemmecke  
 Themen: Begrüßungsformeln, Zahlen bis 100, nach der Telefonnummer und Email-Adresse fragen, sich nach Herkunft, Alter, Beruf und Familienstand erkundigen, die Meinung über andere ausdrücken, über Interessen erzählen, ...  
 Beginn: 08.09.2011  
 Termine: 14mal donnerstags, 10.00 bis 11.30 Uhr  
 Ort: Augustinum Mölln, Sterleyer Straße 44  
 Gebühr: Euro 54,60 (bei 8 Teilnehmern)  
 VHS Mölln  
 Anmeldung unter Tel. 0 45 42 / 8 96 60 erforderlich

**Spanisch für Anfänger**

Leitung: Prof. Thomas Gemmecke  
 Dieser Kurs ermittelt Anfängern langsam und verständlich die spanische Sprache.  
 Lehrbuch: wird bekannt gegeben  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 12mal montags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: Euro 46,80 (bei 8 Teilnehmern)  
 VHS Mölln  
 Anmeldung unter Tel. 0 45 42 / 8 96 60 erforderlich

**Spanisch - für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Leitung: Arritxu Gajate Telleria  
 Stufe A1.1

Lehrbuch: Caminos 1, Klett Verlag, ab L 1  
 Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-schule, Breslauer Str. 2  
 Gebühr: Euro 38,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Spanisch I,2 für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Leitung: Alicia Harrer, Tel. 04104 / 42 64  
 Lehr- und Arbeitsbuch „Caminos neu“ A1  
 Beginn: 14.09.2011  
 Termine: 12mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule Aumühle, Raum 12 c  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
 Anmeldung bitte beim 1. Mal

**Spanisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Leitung: Helmut Kummerfeldt  
 In einem angemessenen Lerntempo wird Ihnen die spanische Sprache näher gebracht. Vermittelt werden Grundkenntnisse sowie Alltagssituationen wie z.B. nach dem Weg fragen, im Restaurant, im Hotel, etc.  
 Lehrbuch: Caminos Nuevo I (ISBN 3-12-514906-1)  
 Beginn: 01.09.2011  
 Termine: 5mal donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
 Nach Absprache mit den Teilnehmern wird der Kurs aufgestockt.  
 Gebühr: Euro 20,00  
 VHS Lauenburg  
 Schriftliche Anmeldung oder  
 E-Mail: Helmut.Kummerfeldt@t-online.de  
 Info: Tel. 0171 3880998

**Spanisch für Anfänger/Innen A1 - I - ohne Vorkenntnisse -**

Leitung: Teresa Tejada de König  
 „Hola, ¿qué tal?“  
 Haben Sie Lust, diese schöne Weltsprache zu erlernen? Dann ist dieser Kurs richtig für Sie. Neben der Vermittlung von Grundkenntnissen lernen die Teilnehmer/Innen sich in der Landessprache in Alltagssituationen im Hotel, Restaurant usw. zurechtzufinden.  
 Lehrbuch: Caminos Neu I (ISBN 3-12-514906-1)  
 Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 40,00  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 04131 864270 od. 0176 49436384  
 E-Mail: tejada\_teresa@hotmail.com

**Spanisch für Anfänger**

Leitung: Martha Sip Chu  
 Geringe Vorkenntnisse aus der Schule oder einem vorangegangenen Kurs und gute Laune werden erwartet.  
 Lehrbuch: El Nuevo Curso 1, Kapitel 8  
 Vorbesprechung und Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teiln.)  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

**Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Leitung: Jürgen Breuer  
 Fortsetzung des im Frühjahr 2010 begonnenen Kurses. Vermittelt wird Spanisch mit Schwerpunkt auf Konversation im Alltag. Neue Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen sind willkommen. Lehrmaterial: El nuevo curso Band 1 - Langenscheidt Verlag  
 Beginn: 01.09.2011  
 Termine: 15mal donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 83,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 0451 / 707 54 17 (Dozent)

**Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Leitung: Ursula Huschke  
 Fortführung des Kurses aus dem Frühjahrssemester. Neueinsteiger sind willkommen. Dieser Kurs vermittelt die ersten Grundkenntnisse der spanischen Sprache, auch für die ersten Sätze im Urlaub. Der Schwierigkeitsgrad richtet sich nach den Kenntnissen der Teilnehmer/innen.  
 Beginn: 26.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 18.30 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A143  
 Gebühr: Euro 23,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 01577 / 4242539

**Spanisch geringe Vorkenntnisse A0**

Leitung: Ursula Huschke  
 Dieser Kurs begann im März 2011. Unsere kleine Gruppe freut sich über Neueinsteiger. Nach kurzer Wiederholung von Lektion 4 starten wir mit Lektion 5, mit einfachen grammatikalischen Strukturen und Grundlagen des Wortschatzes für den Alltag.  
 Lehrbuch: Español Actual .  
 Beginn: 22.09.2011 **Kurs-Nr. U 422 03**  
 Termine: 8mal donnerstags 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 40,80 (bei mind. 8 Teilnehmern)  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 01577/ 42 42 539

**Spanisch für Anfänger/Innen A 1 - II - mit geringen Vorkenntnissen -**

Leitung: Teresa Tejada de König  
 Ab Unidad 4 von „Caminos Neu I“ für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen.  
 Lehrbuch: Caminos Neu 1 (ISBN 3-12-514906-1)  
 Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 40,00  
 VHS Lauenburg





Anmeldung: Tel. 04131  
864270 od. 0176 49436384  
E-Mail: tejada\_teresa@hotmail.com

### Spanisch - für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

SB

Leitung: Arritxu Gajate Telleria  
Stufe A1.2, Spanisch im 2. Semester  
Fortsetzungskurs aus dem Frühjahr 2011  
Lehrbuch: Caminos 1, Klett Verlag, ab L 3  
Neue Teilnehmer/Innen sind herzlich willkommen!

Beginn: 08.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 9.00 bis 11.00 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas-  
sengebäude

Gebühr: Euro 38,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Spanisch mit Vorkenntnissen

DA

Leitung: Monika Heitmann

In diesem Kurs werden vorhandene Spanischkenntnisse vertieft und erweitert. Lehrbuch ist „Español actual“ ab Kapitel 10. Der Unterricht wird durch leichte Lektüre, Spiele und Musik ergänzt. Außerdem gibt es nützliche Tipps und Informationen über den Alltag in Spanien.

Beginn: 27.09.2011 **Kurs-Nr. U 422 01**

Termine: 8mal dienstags, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Gebühr: Euro 40,80 (bei mind. 8 Teilnehmern)

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 2539

### Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

LA

Leitung: Helmut Kummerfeldt

In diesem Kurs werden bisher erworbene Kenntnisse erweitert und gefestigt. Das Erlernen der Grammatik und des Vokabulars soll uns befähigen, mit Situationen des täglichen Lebens angemessen umzugehen.

Lehrbuch: Caminos Nuevo I (ISBN 3-12-514906-1)

Beginn: 01.09.2011

Termine: 5mal donnerstags, 20.00 bis 21.30 Uhr  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 40,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04131 864270 od. 0176 49436384

E-Mail: tejada\_teresa@hotmail.com

### Spanisch für Anfänger/Innen - mit Vorkenntnissen -

LA

Leitung: Teresa Tejada de König

Wir setzen unser Spanisch-Seminar aus dem Herbst 2010 fort. Wer auch schon 5 VHS-Kurse besucht hat oder ähnliche Kenntnisse

mitbringt, ist herzlich willkommen. Wir arbeiten mit dem Buch „Caminos Neu“ und machen bei Unidad 7 weiter.

Lehrbuch: Caminos Neu I (ISBN 3-12-514906-1)

Beginn: 07.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 40,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04131 864270 od. 0176 49436384

E-Mail: tejada\_teresa@hotmail.com

### Spanisch für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger

MÖ

Leitung: Prof. Thomas Gemmecke

In diesem Kurs wird ihnen in einem angenehmen Lerntempo die zweite Weltsprache Spanisch vermittelt. Sie lernen einfaches Alltagsspanisch, welches ihnen besonders am Urlaubsort nützlich sein wird.

Lehrbuch: Español Actual 1, Feldhaus Verlag, daneben kleine Lektüren

Beginn: 06.09.2011

Termine: 14mal dienstags, 10.00 bis 11.30 Uhr

Ort: Augustinum Mölln, Sterleyer Straße 44

Gebühr: Euro 54,60 (bei 8 Teiln.)

VHS Mölln

Anmeldung unter Tel. 0 45 42 / 8 96 60 erforderlich

### Spanisch für Fortgeschrittene

MÖ

Leitung: Martha Sip Chu

Wir unterhalten uns über viele Themen und diskutieren und lesen leichte, buchfremde Texte.

Lehrbuch: El Nuevo Curso 2 ab Lektion 8

Vorbesprechung und Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teiln.)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

### Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

SB

Leitung: Arritxu Gajate Telleria

Stufe A1.3, Spanisch im 3. Semester

Fortsetzungskurs aus dem Frühjahrssemester 2011

Neue Teilnehmer/Innen sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Caminos 1, Klett Verlag, ab Lektion 6

Beginn: 12.09.2011

Termine: 10mal montags, 19.00 bis 20.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-  
schule, Breslauer Str. 2

Gebühr: Euro 38,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Spanisch II Mittelstufe

AU

Leitung: Alicia Harrer, Tel. 04104/4264

Lehr- und Arbeitsbuch Caminos neu A2 (Lek-  
tion 1)

Beginn: 13.09.2011

Termine: 12mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule  
Aumühle, Raum 12 c

Gebühr: Euro 60,00

VHS Aumühle und Wohltorf, Tel. 04104/80360

Anmeldung beim 1. Mal

### Spanisch mit guten Vorkenntnissen

DA

Leitung: Monika Heitmann

In diesem Kurs werden vorhandene Spanischkenntnisse vertieft und erweitert. Lehrbuch ist „Español actual“ ab Kapitel 12. Der Unterricht wird durch leichte Lektüre, Spiele und Musik ergänzt. Außerdem gibt es nützliche Tipps und Informationen über den Alltag in Spanien.

Beginn: 28.09.2011 **Kurs-Nr. U 422 02**

Termine: 8mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

Gebühr: Euro 40,80 (bei mind. 8 Teilnehmern)

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 2539

### Spanisch für Fortgeschrittene - mit guten Vorkenntnissen -

LA

Leitung: Teresa Tejada de König

„Practicamos y repasamos“

En este curso repasamos todo es lo aprendido !Animate! con este grupo te divertirás hablando y aprenderás mucho más.

Voraussetzung: Grundkenntnisse ab Unidad 11 con „Caminos Neu 1“.

Neue Teilnehmer mit ähnlichen Kenntnissen sind willkommen.

Lehrbuch: Caminos NEU I -Unidad 11-

Termine: 07.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 40,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04131 864270 od. 0176 49436384

E-Mail: tejada\_teresa@hotmail.com

### Spanisch am Vormittag (Groß Grönau)

RZ

Leitung: Jürgen Breuer

Fortsetzung des im Herbst 2006 begonnenen Kurses. Vermittelt wird Spanisch mit Schwerpunkt auf Konversation im Alltag. Neue Interessenten mit entsprechenden Vorkenntnissen sind willkommen.

Lehrbuch: El nuovo curso Band 3 - Langenscheidt Verlag

Beginn: 17.08.2011

Termine: 15mal mittwochs, 10.00 bis 11.30 Uhr

Ort: Waldschule Groß Grönau, Musikraum

Gebühr: Euro 83,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 0451 / 707 54 17 (Dozent)

### Spanisch III für Fortgeschrittene

AU

Leitung: Alicia Harrer, Tel. 04104/4264

Lecturas, conversacion

Beginn: 13.09.2011

Termine: 12mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule  
Aumühle, Raum 12 c

Gebühr: Euro 60,00

VHS Aumühle und Wohltorf, Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte beim 1. Mal

### Spanisch für Fortgeschrittene

BÜ

Leitung: Ursula Huschke

Der Schwierigkeitsgrad richtet sich nach den Kenntnissen der Teilnehmer/innen.

Beginn: 21.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1,

Raum A 143

Gebühr: Euro 35,00

VHS Büchen - Gudow e.V., Tel. 04155/3551

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 01577 / 4242539

### Spanische Konversation

MÖ

Leitung: Randolph Ledeboer

Für Teilnehmer/innen, die den Grundwortschatz und die Grundgrammatik kennen und sich in Alltagssituationen bereits verständigen können. In diesem Kurs werden wir uns anhand von leichten Texten über Themen des Alltags sowie Reise/Tourismus, Politik und Literatur unterhalten. Wünsche der Teilnehmenden können berücksichtigt werden.

Vorbesprechung und Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern.)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 45 42 - 8 96 60

### Türkisch

#### Türkisch für Anfänger

MÖ

Leitung: Aliriza Hayat

In diesem Kurs wird die Sprache langsam und verständlich in einer lockeren und entspannten Atmosphäre vermittelt.

Lehrbuch wird bekannt gegeben

Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg

Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

#### Türkisch

#### für Anfänger mit Vorkenntnissen

SB

Leitung: Zeynep Böler

Stufe A1.3, Türkisch im 3. Semester

Lehrbuch: Türkisch im Selbststudium, Band I, ab Lektion 15

Fortsetzungskurs aus dem Frühjahrssemester 2011

Neue Teilnehmer/Innen sind herzlich willkommen!

Beginn: 07.09.2011

Termine: 12mal mittwochs, 19.00 bis 20.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Compe-  
schule, Breslauer Str. 2

Gebühr: Euro 45,60

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Entspannung/ Körpererfahrung

#### Yoga

Ziel des Yoga ist es, innere Ruhe und Gelassenheit zu entwickeln. Sanfte Körper-, Atem- und Entspannungsübungen steigern das seelische Wohlbefinden, helfen die körperliche Verfassung zu verbessern bzw. sich gesund zu erhalten.

Bitte zu allen Kursen bequeme Kleidung, warme Socken, Decke oder Isomatte und Kissen mitbringen.

#### Yoga für Damen und Herren

AU

Leitung: Marjan Suratman, Tel. 04104/695472

Beginn: 29.08.2011

Termine: 12mal montags, 10.00 bis 11.30 Uhr

### Praxis für klassische Homöopathie & Ayurveda Massagen

Nicole Pfeiffer Heilpraktikerin  
Böterstraße 5 • 23909 Ratzeburg  
Telefon 04541-3228  
www.ayurveda-raum.de  
Termine nach Vereinbarung

Ort: Thies'sches Haus, Alte Allee 1, Wohltorf  
Gebühr: Euro 60,00  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung und weitere Auskünfte bitte bei der Kursleiterin

**Yoga am Abend für Anfänger - Kurs 1**

**AU**

Leitung: Ulrike Braatz-Weist, Tel. 04151/6760  
Beginn: 29.08.2011  
Termine: 13mal montags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Thies'sches Haus, Alte Allee 1, Wohltorf  
Gebühr: Euro 58,50  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung und weitere Auskünfte bitte bei der Kursleiterin

**Yoga am Abend für Fortgeschrittene Kurs 2**

**AU**

Leitung: Ulrike Braatz-Weist, Tel. 04151/6760  
Beginn: 29.08.2011  
Termine: 13mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Thies'sches Haus, Alte Allee 1, Wohltorf  
Gebühr: Euro 58,50  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung und weitere Auskünfte bitte bei der Kursleiterin

**Yoga**

**BE**

Leitung: Angelika Schütze, Diplom-Psychologin  
Kursinhalt siehe Sondertext Yoga.  
Beginn: 20.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Brinkhus in Rondeshagen  
Gebühr: Euro 42,00 (40,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: VHS Berkenthin Tel. 04544/413, Fax 04544/614 Internet: vhs-berkenthin.de

**Yoga für jeden**

**BÜ**

Leitung: Ulrike Braatz-Weist  
Kursinhalt siehe Sondertext Yoga.  
Fortlaufender Kurs  
Beginn: 01.09.2011  
Kurs 1: 18.00 bis 19.30 Uhr  
Kurs 2: 19.30 bis 21.00 Uhr  
Termine: 14mal donnerstags  
Ort: Haus der Generationen, Müssen  
Gebühr: Euro 56,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04151/6760

**MIT ELBBLICK – Hatha Yoga – Ein Weg der Achtsamkeit Yoga am Abend – Kurs 1 –**

**LA**

Leitung: K. Schmidt  
Hatha Yoga ist ein ganzheitlicher Weg zur Gesundheit, zu geistiger Klarheit und innerer Ruhe. Yoga, in dessen Zentrum der geführte Atem und wirksame Körperhaltungen entstehen, gibt Kraft. Durch Asana werden Sehnen und Bänder sanft gedehnt und der Kreislauf gestärkt. Der Übeude wird beweglicher und seine ungekräftigte Muskulatur ermöglicht ihm eine bessere Körperhaltung. Durch Entspannung, Stille und Meditation kommt es zu Achtsamkeit im Umgang mit sich „SELBST“.  
Bitte zu allen Kursen bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke und Kissen mitbringen.

Beginn: 29.08.2011  
Termine: 5mal montags, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Ort: Jugendherberge „Zündholzfabrik“ in der Elbstraße  
Gebühr: Euro 32,50  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 05852 390590

**Hatha Yoga am Abend – Kurs 2 –**

**LA**

Leitung: Petra Corradi-Apelt, Yogalehrerin u. Entspannungspädagogin  
Kursbeschreibung siehe oben.  
Beginn: 29.08.2011  
Termine: 5mal montags, 19.15 bis 20.45 Uhr  
Ort: Jugendherberge „Zündholzfabrik“ in der Elbstraße  
Gebühr: Euro 32,50  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153 52416, E-mail: p.corradi@web.de

**Hatha Yoga am Abend – Folgekurs 1 –**

**LA**

Leitung: K. Schmidt  
Kursbeschreibung siehe oben.  
Beginn: 24.10.2011  
Termine: 7mal montags, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Ort: Jugendherberge „Zündholzfabrik“ in der Elbstraße  
Gebühr: Euro 45,50  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 05852 390590

**Hatha Yoga am Abend – Folgekurs 2 –**

**LA**

Leitung: Petra Corradi-Apelt, Yogalehrerin u. Entspannungspädagogin  
Kursbeschreibung siehe oben.  
Beginn: 24.10.2011  
Termine: 7mal montags, 19.15 bis 20.45 Uhr  
Ort: Jugendherberge „Zündholzfabrik“ in der Elbstraße  
Gebühr: Euro 52,00  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153 52416, E-mail: p.corradi@web.de

**Hatha Yoga am Vormittag – Kurs 1 –**

**LA**

Leitung: K. Schmidt  
Kursbeschreibung siehe oben.  
Beginn: 31.08.2011  
Termine: 5mal mittwochs, 09.00 bis 10.30 Uhr  
Ort: Jugendherberge „Zündholzfabrik“ in der Elbstraße  
Gebühr: Euro 32,50  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 05852 390590

**Hatha Yoga am Vormittag – Kurs 2 –**

**LA**

Leitung: K. Schmidt  
Kursbeschreibung siehe oben.  
Beginn: 31.08.2011  
Termine: 5mal mittwochs, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Jugendherberge „Zündholzfabrik“ in der Elbstraße  
Gebühr: Euro 32,50  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 05852 390590

**Hatha Yoga am Vormittag – Folgekurs 1 –**

**LA**

Leitung: K. Schmidt  
Kursbeschreibung siehe oben.  
Beginn: 26.10.2011  
Termine: 7mal mittwochs, 9.00 bis 10.30 Uhr  
Ort: Jugendherberge „Zündholzfabrik“ in der Elbstraße  
Gebühr: Euro 45,50  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 05852 390590, Kursbeschreibung siehe oben.  
Beginn: 31.08.2011  
Termine: 5mal mittwochs, 10.30 bis 12.00 Uhr

**Hatha Yoga am Vormittag – Folgekurs 2 –**

**LA**

Leitung: K. Schmidt  
Kursbeschreibung siehe oben.  
Beginn: 26.10.2011  
Termine: 7mal mittwochs, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Jugendherberge „Zündholzfabrik“ in der Elbstraße  
Gebühr: Euro 45,50  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 05852 390590

**Belluna - Yoga**

**LA**

Leitung : Sibylle DuBa, Yogalehrerin mit Shiatsu - Ausbildung  
Belle = die Schöne, Anmutige  
Luna = Symbol der weiblichen Energie des Mondes  
„Anmut, Schönheit, Stärke, Energie und Festigkeit schmücken den Körper, dank Yoga“, Yoga Sutra III, 47  
Frauen hatten schon immer ein enges Verhältnis zum Mond. Mit dem monatlichen Menstrationszyklus reagieren sie auf die Energie des Mondes, während Gedanken und Gefühle das Wandeln und Vergehen des Mondes spiegeln (Laune ist daher abgeleitet von Luna).  
Somit beeinflusst die Mondenergie das weibliche Leben von der Jugend bis zum reifen Alter.  
Das Übungsprogramm richtet sich an Frauen, die auf Grund hormoneller Schwankungen zu Unwohlsein, Heißwallungen, Gewichtszunahme, u.s.w. neigen. Es erwarten sie spezielle und tief wirkende Atem-, Körper- und Meditationsübungen, abgestimmt auf die Sensibilität des weiblichen Körpers.  
Lassen Sie den Alltag hinter sich, finden sie wieder zu sich selbst, schöpfen sie neue Energie und Lebensfreude  
Beginn: 03.09.2011  
Termin: 8mal samstags, 16.00 bis 17.30 Uhr  
Folgekurse nach Bedarf und Absprache  
Ort: MOSAIK, Raiffeisenweg 1a  
Gebühr: Euro 32,00  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: 04153 5713009, Fax: 04153 5719023,  
E-Mail: info@VHS-Lauenburg.de

**Yoga während der Schwangerschaft**

**LA**

Leitung : Sibylle DuBa, Yogalehrerin mit Shiatsu - Ausbildung  
-Yoga kann in jeder Lebensphase begonnen und praktiziert werden-  
Mutter zu werden ist das größte Abenteuer im Leben einer Frau. Durch spezielle Atemübungen, sanfte Asanas (für jede Frau geeig-

net, auch wenn sie noch keine Yogaerfahrung hat), sowie besondere Entspannungsübungen, wird die tiefgreifende Veränderung des Körpers in der Schwangerschaft noch bewusster erlebt und somit positiv auf Geburt und spätere Mutterschaft vorbereitet.  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 5mal dienstags, 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: MOSAIK, Raiffeisenweg 1a  
Gebühr: Euro 25,00  
Keine Krankenkassenförderung/Bezuschussung VHS Lauenburg  
Anmeldung: 04153 5713009, Fax: 04153 5719023,  
E-Mail: info@VHS-Lauenburg.de  
Kursbeschreibung siehe oben.  
Beginn: 31.08.2011  
Termine: 5mal mittwochs, 10.30 bis 12.00

**Kundalini-Yoga (Sonderkurs)**

**MÖ**

Leitung: Bernd Pfeiler  
Kursziele sind: Mobilisierung der Wirbelsäule, Erhöhung der körperlichen Flexibilität und Belastbarkeit, Stärkung der inneren Organe, Anregung des Stoffwechsels und des Drüsensystems, Stärkung des Immun- und Nervensystems sowie Stabilisierung der psychischen Befindlichkeit.  
Bitte, bringen Sie eine Decke mit und Wasser zum Trinken. Teilnahme nur für Nichtraucher.  
Termine: 10mal dienstags, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Ort: Seminarhaus Neu-Horst  
Die Gebühren und Beginn erfragen Sie bitte bei der Anmeldung.  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 45 / 13 04, Fax: 0 45 45 / 78 94 09  
E-mail: Bernd.Pfeiler@t-online.de

**Hatha Yoga für Jedermann**

**NU**

Leitung: Dagmar Martens, Yogalehrerin  
Kursinhalt siehe unten (Sandesneben).  
Isomatten sind vorhanden, Wolldecke bitte mitbringen, leichte Kleidung ist erforderlich.  
Beginn: 13.09.2011  
Termine: 10mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Grund- und Hauptschule Nusse  
Gebühr: Euro 48,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

**Sanfter Hatha-Yoga Sich wahrnehmen, entspannen, wohlfühlen (Groß Grönau)**

**RZ**

Leitung: Annegret Frederich (Yogalehrerin BDY/EYU)  
In diesem Kurs werden sanfte Yoga-Übungen durchgeführt, die keinen Teilnehmer

**DRK-Krankenhaus Mölln | Ratzeburg**



Deutsches Rotes Kreuz (04541) 88 40 www.drk-krankenhaus.de



überfordern und die sich den individuellen Möglichkeiten der Übungen anpassen. Gezielte Übungen für Rücken, Nacken und Schultern helfen Beschwerden in diesen Bereichen vorzubeugen oder zu bessern. Wir werden versuchen, dabei die innere Achtsamkeit zu schulen. Hierdurch können wir lernen, den Körper sensibler wahrzunehmen, eigene Grenzen zu erkennen und zu akzeptieren.

Entspannungs- und Atemübungen ermöglichen uns, mehr innere Ruhe und Ausgeglichenheit zu erlangen. So können Stresssituationen besser bewältigt werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, 1-2 kleine Kissen, eine Decke und/oder eine Isomatte.

Begrenzte Teilnehmerzahl: 8 - 12

Beginn:

1. Kurs ab Montag, 12.09.2011, 17.50 bis 19.20 Uhr

2. Kurs ab Montag, 12.09.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr

(jeweils 12., 19., 26.09., 24. 31.10., 07., 14., 21.11.2011)

3. Kurs ab Donnerstag, 15.09.2011, 9.00 bis 10.30 Uhr

4. Kurs ab Donnerstag, 15.09.2011, 10.40 bis 12.10 Uhr

(jeweils 15., 22., 29.09., 27.10., 03., 10., 17., 24.11.2011)

Termine: jeweils 8mal

Ort: Gemeinschaftshaus Alte Schule, Groß Grönau, Hauptstr. 10, Hamburger Zimmer

Gebühr: Euro 56,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 0451/ 6132792 (Dozentin)

## Hatha Yoga für Jedermann

SN

Leitung: Dagmar Martens, Yogalehrerin

Yoga ist ein sanftes Körpertraining, das sich positiv auf Körper, Geist und Seele auswirkt. Über die Asanas (Haltung) werden Verspannungen gelöst, gleichzeitig wirken sie ausgleichend auf unseren Gemütszustand. Durch das Ausführen von Hatha Yoga entsteht ein vitalisierendes Wellness-Gefühl für Körper und Seele, das über die Kursstunde hinaus in unserem Alltag weiter lebt.

Isomatten sind vorhanden, Wolldecke bitte mitbringen, leichte Kleidung ist erforderlich.

Beginn: 13.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 20.00 bis 21.30 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben

Gebühr: Euro 48,00

VHS Sandesneben - Nüsse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## Hatha - Yoga am Vormittag

SB

Leitung: Thorsten von Marnitz

Der Kurs integriert verschiedene Leistungsstufen und ist auch für Teilnehmer geeignet, die sonst sportlich nicht engagiert sind. Geübt werden grundlegende Yogastellungen (Asanas). Der Schwerpunkt liegt auf genauer Ausrichtung und langem Halten der Asanas. Der Körper wird intensiv gestärkt und gedehnt. Bitte eine Decke oder Isomatte mitbringen!

Beginn: 05.09.2011

Termine: 8mal montags, 10.00 bis 11.30 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude

Gebühr: Euro 72,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Hatha - Yoga am Abend

SB

Leitung: Thorsten von Marnitz

Kursbeschreibung siehe oben (Vormittagskurs)  
Bitte eine Decke oder Isomatte mitbringen!

Beginn: 05.09.2011

Termine: 8mal montags, 18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude

Gebühr: Euro 72,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Yoga für jeden

SB

Leitung: Thorsten Scholz

Kursbeschreibung siehe oben (Vormittagskurs).  
Bitte eine Decke oder Isomatte mitbringen.

Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude

Gebühr: Euro 90,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Yoga für den Rücken am Dienstag

SB

Leitung: Thorsten Scholz

Im Kurs lernen Sie altersbedingten oder durch Stress und Verspannungen ausgelösten Rückenbeschwerden entgegen zu wirken. Dies ist möglich durch gezielte Yogahaltungen, Atemtechniken und Tiefenentspannung. Die erlernten sanften Körper- und Atemübungen helfen auch im Alltag zwischendurch „durchzuatmen“, sich wieder „aufzurichten“, um in jeder Situation „Rückgrat“ zu zeigen. Bitte eine Decke oder Isomatte mitbringen.

Beginn: 06.09.2011

Termine: 8mal dienstags, 20.30 bis 22.00 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude

Gebühr: Euro 72,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Yoga für den Rücken am Mittwoch

SB

Leitung: Alexa Potrykus

Kursbeschreibung siehe oben (Dienstagskurs).  
Bitte eine Decke oder Isomatte mitbringen.

Beginn: 07.09.2011

Termine: 8mal mittwochs, 19.45 bis 20.45 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude

Gebühr: Euro 48,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Tai Chi / Qigong

### T'ai Chi Ch'uan

BE

Leitung: Constanze Dahms

Fortgeschrittenenkurs

Kursinhalt siehe unten (Mölln)

Beginn: 05.09.2011

Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: Dorfgemeinschaftshaus Klempau, Dorfstr. 47

Gebühr: Euro 35,00 (33,00)

VHS Berkenthin

Anmeldung: Dahms Tel. 04508/1482, Internet: vhs-berkenthin.de

## Qigong Schnupperkurs Entspannung am Wochenende

AU

Ltg.: Veronika Andrea Schmidt M.A., Tel.: 040/386 643 23

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Qigong (wörtlich Energiepflege) entstammt dem aktiven Teil der traditionellen chinesischen Heilkunst. Die fließenden, leicht erlernbaren Übungen dienen der Gesunderhaltung des ganzen Menschen. Sie fördern Atmung, Entspannung, Konzentration und Beweglichkeit. Bitte bequeme Kleidung, rutschfeste dicke Socken bzw. leichte Gymnastikschuhe sowie eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

Termin: Samstag, 19.11.2011, 10.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Thies'sches Haus Wohltorf, Alte Allee 1

Gebühr: Euro 20,00

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte bei der Kursleiterin

## Qigong

BE

Leitung: Constanze Dahms

Qigong ist eine alte chinesische Bewegungskunst, die wörtlich übersetzt „Pflege der Lebensenergie“ bedeutet. Gemeint ist hiermit jene Lebenskraft, die wir von Beginn an in uns tragen und die uns mit allem um uns herum verbindet. Durch heilgymnastische Übungen werden sowohl körperliche als auch die geistig-seelische Ebene des Menschen angesprochen. Die Übungen kräftigen den Körper, regulieren Haltung und Atmung und bewirken ein ungehindertes Fließen der Lebensenergie. Die Entfaltung innerer Ruhe und Entspannung wird möglich.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 10mal montags, Vormittagskurs:

10.00 bis 11.30 Uhr

Abendkurs: 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Dorfgemeinschaftshaus Klempau, Dorfstr. 47

Gebühr: je Kurs Euro 35,00 (33,00)

VHS Berkenthin

Anmeldung: Dahms Tel. 04508/1482, Internet: vhs-berkenthin.de

## Tai Chi Ch'uan und Qi Gong für Anfänger (Schnupperkurs)

BÜ

Leitung: Birgit Helling

Sich harmonisch bewegen mit guter Körperhaltung und nur soviel wie nötig Muskelanspannung - ruhig und richtig atmen im Einklang mit der Bewegung - tiefe Entspannung bei gleichzeitig hoher Konzentration - all dies fördert diese chinesische Entspannungsmethode in Bewegung, auch Schattenboxen genannt.

Beginn: 12.09.2011

Termine: 10mal montags, 20.30 bis 22.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Multifunktionsraum

Gebühr: Euro 35,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/6800

## T'hai Chi Chuan und Qi Gong

BÜ

Aufbaukurs 1

Leitung: Manfred Dutschke

Dieser Kurs schließt sich an den Schnupperkurs an, er ist fortlaufend. Neue Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen sind jederzeit

herzlich willkommen.

Beginn: 16.08.2011, fortlaufend

Termine: 10mal dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Multifunktionsraum

Gebühr: Euro 35,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung beim Kursleiter, Tel. 04155/6895

## T'hai Chi Chuan und Qi Gong

BÜ

Aufbaukurs 2

Leitung: Manfred Dutschke

Dieser Kurs ist fortlaufend und für weiter Fortgeschrittene gedacht. Neue Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen sind jederzeit herzlich willkommen.

Beginn: 16.08.2011, fortlaufend

Termine: 10mal dienstags, 20.00 bis 21.30 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Multifunktionsraum

Gebühr: Euro 35,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung beim Kursleiter, Tel. 04155/6895

## T'ai chi Ch'uan

MÖ

Leitung: Constanze Dahms

T'ai chi Ch'uan ist ein traditionelles, chinesisches Übungssystem, das auf der Philosophie des Tao, dem Ying und Yang beruht. Seine äußere Form sind fließende, harmonische Bewegungen, die auf langsame Weise, ohne Anstrengung ausgeführt werden.

T'ai chi Ch'uan bietet die praktische Möglichkeit, den Weg zu natürlicher Gesundheit, Beweglichkeit und innerer Ausgeglichenheit zu finden. Ergänzt wird die Übung der Form durch vielfältige Übungen in der chinesischen Heilgymnastik.

Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teiln.) - keine

Ermäßigung -

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 45 08 / 14 82

## T'ai chi Ch'uan für Fortgeschrittene

MÖ

Leitung: Constanze Dahms

Beschreibung siehe oben (Mölln).

Der Kurs ist für Teilnehmer mit Vorkenntnissen, z.B. aus einem vorangegangenen Kurs, gedacht.

Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teiln.) - keine

Ermäßigung -

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 04508 / 14 82

## Qigongkurs für Jedermann

MÖ

Leitung: Constanze Dahms

Kursbeschreibung siehe unten (Sandesneben).  
Bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe und eine Wolldecke sind sinnvoll.

Beginn: 07.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 20.00 bis 21.30 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nüsse

Gebühr: Euro 48,00

VHS Sandesneben - Nüsse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## Qi Gong

RZ

Leitung: Sylke Demmer

Qi Gong das sind fließende Bewegungen, um Körper Geist und Seele in Einklang zu bringen.



Qi Gong stärkt die Muskeln, hält beweglich und wirkt sich positiv auf das Nerven- und Herz-Kreislaufsystem aus.

Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mitbringen.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 10mal montags, 9.00 bis 10.30 Uhr  
Ort: Katholisches Pfarramt, Fischerstr. 1, Ratzeburg

Gebühr: Euro 55,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 04542 / 829373 (Dozentin)

## **Bewegtes Qi Gong für Anfänger (Groß Grönau)**

**RZ**

Leitung: Uwe Schützek

Wir benutzen sanfte Bewegungen und lösen so Verspannungen und wirken Stress entgegen.

Atemblume, 8 Brokat-Übungen und andere Qi Gong-Übungen können sowohl im Stehen als auch im Sitzen geübt werden. In der ersten Stunde erfolgt eine kurze Einführung in das Qi Gong. Im Vordergrund steht aber die praktische Übung. Durch intensive Nachspüren nach jeder Übung bekommen wir (wieder) ein besseres Gefühl für unseren Körper und seine Bedürfnisse. Max. 12 Teilnehmer

Beginn: 16.09.2011

Termine: 10mal 60 Min. freitags, 18.00 bis 19.00 Uhr

Ort: Groß Grönau, Waldschule

Gebühr: Euro 40,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 0451 / 619 19 071 (Dozent)

## **Stilles Qi Gong für Anfänger (Groß Grönau)**

**RZ**

Leitung: Eliane Luft

Innerhalb der Übungen, die das Leben lehren, wird im Stillen Qi Gong vor allem der stille Aspekt betont. Bitte Matte, Decke, Kissen für Knie und Nacken sowie warme Socken mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl: 9

Beginn: 12.09.2011

Termine: 10mal montags, 17.00 bis 18.30 Uhr  
Ort: Groß Grönau, Waldschule

Gebühr: Euro 60,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 0451 / 501171 (Dozentin) oder <http://home.arcor.de/elianeluft/>

## **Stilles Qi Gong für Fortgeschrittene (Groß Grönau)**

**RZ**

Leitung: Eliane Luft

In diesem Kurs wird der Mao You Energie-Kreislauf im Liegen oder Sitzen geübt. Bitte Matte, Decke, Kissen für Knie und Nacken sowie warme Socken mitbringen.

Interessenten mit Vorkenntnissen im Stillen Qi Gong oder Yoga sind herzlich willkommen.

Begrenzte Teilnehmerzahl: 9

Beginn: 15.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 16.00 bis 17.30 Uhr

Ort: Groß Grönau, Waldschule

Gebühr: Euro 60,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 0451 / 501171 (Dozentin) oder <http://home.arcor.de/elianeluft/>

## **Qigongkurs für Jedermann**

**SN**

Leitung: Constanze Dahms, Dipl.-Qigonglehrerin  
Eine wunderbar entspannende und gesund-

heitsfördernde Bewegungskunst aus China, die für jedes Alter geeignet ist. Lernen Sie zu entspannen, fördern Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit, stärken Sie Ihre Bänder, Sehnen und Muskeln.

Durch eine verbesserte Körperwahrnehmung können Sie Verspannungen vorbeugen und eine insgesamt gelassene Lebenseinstellung gewinnen. Körperliche Fitness ist nicht erforderlich.

Körperliche Fitness ist nicht erforderlich. Bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe und eine Wolldecke sind sinnvoll.

Beginn: 07.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben

Gebühr: Euro 48,00

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann Tel. 04536/808262

## **Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen**

**AU**

Leitung: Brigitte Sachs, Heilpraktikerin, Tel. 04104/6636

Entspannung durch bewusste Anspannung - das ist das Prinzip der 1938 von Edmund Jacobsen entwickelten Technik der progressiven Muskelentspannung. Bei dieser einfach zu erlernenden Methode werden nacheinander einzelne Muskelgruppen für einige Sekunden gezielt angespannt und anschließend bewusst entspannt. Die systematisch durchgeführten Übungen bringen tiefe Entspannung.

Die progressive Muskelentspannung ist unabhängig vom Alter; für Jung und Alt zu erlernen ohne Nebenwirkungen.

Beginn: 20.10.2011

Termine: 6mal donnerstags, 11.30 bis 13.00 Uhr

Ort: Augustinum Aumühle

Gebühr: Euro 40,00

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte bei der Kursleiterin

## **Wellness für die Seele: Work-life balance**

**AU**

Leitung: Renate Kubentz, Hamburg

Menschen müssen sich oft vielfältigen Herausforderungen stellen, kommen an ihre persönlichen Grenzen und geraten aus dem Gleichgewicht. Die Referentin möchte in diesem Workshop zeigen, wie man trotz Belastungen am Arbeitsplatz, in der Familie und in der Gesundheit einen positiven Einfluss auf die gesamte Lebenssituation nehmen kann, um mehr Zufriedenheit im Alltag zu erleben. Die Teilnehmer erkennen in ihrem Lebensfeld, wo sie gerade stehen und finden für sich heraus, was sie verändern möchten und wie sie sich ihre Zukunft vorstellen. Sie beschäftigen sich mit Energieübungen und Energiequellen, formulieren ihre Ziele und entwickeln konkrete Schritte dorthin. Sie entdecken ihre Ressourcen wieder und entwickeln sie, damit kraftvolle Motivation entsteht, die ihre Vorhaben Realität werden lassen.

Termin: wird noch bekanntgegeben

Ort: Thies'sches Haus, Alte Allee 1, 21521 Wohltorf

Gebühr: Euro 50,00

VHS Aumühle und Wohltorf, Tel. 04104/80360

## **Fit und entspannt**

**BR**

Leitung: Wiebke Lippitsch

In diesem Kurs werden präventive Übungen für den Schulter-Nacken-Bereich und den

gesamten Rücken mit alltagstauglicher Gymnastik durchgeführt. Die Schulung der Körperwahrnehmung sowie das Kennenlernen von verschiedenen Entspannungstechniken zum Stressabbau sind weitere Schwerpunkte. Die Harmonie und das Gleichgewicht von Körper und Geist ist das Ziel dieses Kurses.

Beginn: 21.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 18.30 bis 19.30 Uhr

Ort: Klassenraum der Schule Breitenfelde

Gebühr: Euro 19,00

VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690

## **Entspannung im Liegen und Sitzen**

**BR**

Leitung: Michaela Blaack-Hennies

In diesem Kurs gönnen wir uns wunderbare 60 Minuten, um in die Welt der Entspannung und der bewussten Körperwahrnehmung einzutauchen. Es begleiten uns Körperreisen und Mantras, Fantasiegeschichten und Wahrnehmungsübungen, Atemübungen mit kleinen Elementen aus östlichen und westlichen Entspannungstechniken, kurze Meditations-einheiten und Mudras sowie wunderschöne Geschichten mit Achtsamkeitsübungen.

Dieser Kurs richtet sich an jeden Erwachsenen, der seiner Gesundheit und seinem Wohlbefinden etwas Gutes tun möchte und einfach mal für einen kurzen Moment dem Alltag entfliegen will.

Mitzubringen sind legere Kleidung, eine Matte und/oder Decke, kleines Getränk und Kissen, Gymnastikschuhe oder dicke Socken.

Beginn: 26.10.2011

Termine: 6mal mittwochs, 09.30 bis 10.30 Uhr oder

6mal mittwochs, 16.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Klassenraum der Schule Breitenfelde

Gebühr: Euro 15,00

VHS Breitenfelde, Tel. 04542/853 690

Informationen und Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04156/811 606

## **Klangmassage - Entspannen, Abschalten Klanggeschichten**

**BÜ**

Leitung: Imke Donner

In einer kleinen Gruppe verbinde ich die Klänge der Klangschalen mit Wort-Bildern der Fantasiereise. In Partnerübungen kann die wohltuende Wirkung der Klangmassage erfüllt werden. Klangschalen sind im östlichen Kulturbereich beheimatet. Beim Anschlagen entstehen Schwingungen, die unsere Sinne anregen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Matte, Decke, Kissen und warme Socken mit.

Termine: 4mal montags 19.30 Uhr

19.09., 26.09., 24.10.2011, 18.00 bis 19.00 Uhr

und am 01.11.2011, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Haus der Generationen, Müssen

Gebühr: Euro 25,00

VHS Büchen - Gudow e.V. Tel. 04155/3551

Information bei der Kursleiterin, Tel. 04151/899692

Anmeldung bei der VHS Büchen-Gudow, Tel. 04155/3551

## **Meditation - altes Wissen für die heutige Zeit**

**LA**

Leitung: Christiane Hoyer, erfahrene langjährige Meditierende, Stressbewältigerin  
Meditation ist ein möglicher Weg zur Zufriedenheit und wir alle können ihn erlernen.  
Meditation: Durch Ruhe unseres Geistes unser

Leben verändern! Probieren Sie es selbst aus!

Termin: Samstag, 24.09.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr

Ort: „Kunstvoll am Zug“ (Lütter Markt, ehemals Neetzke)

Gebühr: Euro 16,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04862 102633 oder 040 4327075 tagsüber

E-Mail: [Hoyer1957@web.de](mailto:Hoyer1957@web.de)

## **Meditation – Entschleunigung des Alltags (1 und 2)**

**LA**

Leitung: Isabell Kaul-Hofmann, Heilpraktikerin  
Meditation ist ein Weg die geistigen Aktivitäten allmählich zur Ruhe kommen zu lassen, um zu innerer Gelassenheit zu gelangen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Matte, Socken, kleines Kissen und ausreichend Tee/Wasser.

Beginn Kurs 1: 25.08.2011

Termine: 8mal donnerstags, ab 18.30 Uhr

Gebühr: Euro 60,00

Beginn Kurs 2: 03.11.2011

Termine: 6mal donnerstags, ab 18.30 Uhr  
Ort: Weingartenschule, Weingarten 10, Lauenburg

Gebühr: Euro 45,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: 04136 913600, E-Mail: [praxisikh@gmail.com](mailto:praxisikh@gmail.com)

## **Auftanken für den Winter**

**LA**

Leitung: Anita Brock-Schulz

An diesem Tag möchte ich durch spezielle positive Affirmationen, fröhliche Farben, Bilder und Gedanken ein Reservoir schaffen, um besser für die dunkle Jahreszeit gewappnet zu sein.

Termin: Samstag, 03.12.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Teezimmer Hotel Bellevue, Blumenstr. 29  
Gebühr: Euro 25,00 zzgl Euro 5,00 Materialkosten

VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04136 911450, E-Mail: [migdal@web.de](mailto:migdal@web.de)

## **Stressbewältigung**

**LA**

Leitung: Isabell Kaul-Hoffmann - Heilpraktikerin

Kurzzeitiger Stress ist normal, gehört zum Leben und ist zu bewältigen. Wenn daraus Dauerstress entsteht, dann kann uns das krank machen, da die für unsere Gesundheit so wichtigen Erholungsphasen fehlen. Der Körper reagiert vielleicht mit Kopfschmerzen, Magendrücken, Schlafstörungen. Wir haben nicht nur keine Zeit, wir haben auch verlernt uns auszuruhen. Wer nicht entspannt, tankt nicht die Energie, die er

## **DRK-Krankenhaus Mölln | Ratzeburg**



Deutsches Rotes Kreuz (04541) 88 40 [www.drk-krankenhaus.de](http://www.drk-krankenhaus.de)



braucht, um den Alltag zu meistern. Der amerikanische Arzt Andrew Taylor Still (1828-1917) begründete die Osteopathie, aus der die Craniosacraltherapie hervorging. Das Behandlungsspektrum ist vielfältig. An diesem Wochenende lernen wir einfache Körperbehandlungstechniken mit entspannender, tiefgreifender Wirkung. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung (Jogginganzug), Decke, Socken, kleines Kissen und ausreichend Tee/Wasser.

Samstag, 01.10.2011, 10.00 bis 17.00 Uhr  
Ort: Weingartenschule, Weingarten 10, Lauenburg  
Gebühr: Euro 40,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04136 / 913600, E-Mail: praxisikh@gmail.de

### Stress - nein danke!

LA  
Leitung: Dipl. phil. Dorothea Machon, Heilpraktikerin  
Hier geht es nicht um Zeitstress, sondern um negative Gefühlszustände, denen wir uns ausgeliefert fühlen und die sich negativ auf unser Nervensystem und unseren Körper auswirken und uns ernsthaft krank machen können.

Wie können wir da rauskommen? Wir fühlen uns dabei oft völlig fremdbestimmt. Es lohnt sich, die eigenen Stress erzeugenden Anteile herauszufinden und dafür bessere Strategien zu entwickeln.

Dazu stelle ich Ihnen verschiedene wirksame Methoden vor, die sich leicht erlernen lassen und die Ihnen ein Stück Selbstbestimmung zurück bringen. Psychosomatisch Erkrankte können damit aktiv ihre Heilung unterstützen. Bitte Schreibzeug und Matte mitbringen. Es entstehen Extrakosten in Höhe von Euro 5,00  
Termin: Samstag, 12.11.2011, 12.00 bis 18.00 Uhr  
Gebühr: Euro 16,00  
Ort: Schulbücherei, Vortragsraum, Weingarten 10 VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153 51195, E-Mail: d.machon@gmx.de

### Schamanismus – Schamanisches Reisen für Anfänger

RZ  
Leitung: Christiane Mücke  
Der Schamanismus ist vermutlich die älteste Methode, das Bewusstsein für Heilzwecke

und Problemlösungen einzusetzen.

Nach einer Einführung begleite ich Sie mit dem Klang meiner Schamanentrommel auf Ihrer Reise nach innen. Dort treffen Sie Ihr Krafttier - ein Tier aus der geistigen Welt, das immer an Ihrer Seite ist, Sie durch den Alltag begleitet und Ihnen hilft, Antworten auf Ihre Fragen zu finden, den geistigen Lehrer, der Sie durch die jeweils für Sie anstehenden Prozesse Ihres Lebens führt, und wir aktivieren unseren inneren Heiler.  
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Isomatte, Tuch für die Augen, dicke Socken.  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 6mal mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Grundschule St. Georgsberg, Ratzeburg  
Gebühr: Euro 29,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung: Tel. 04154 / 795944  
E-Mail: christianemuecke@gmx.net (Dozentin)

### Schamanismus – Schamanisches Reisen für Fortgeschrittene

RZ  
Leitung: Christiane Mücke  
Sie lernen weitere schamanische Techniken kennen, z.B. Rekapitulation, Krafttiertanz;

wir arbeiten an individuellen Themen und daran, wie wir das Erfahrene in unseren Alltag integrieren können.  
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Isomatte, dicke Socken.  
Beginn Kurs 1: 06.09.2011  
Termine: 6mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Beginn Kurs 2: 08.09.2011  
Termine: 6mal donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Grundschule St. Georgsberg, Ratzeburg  
Gebühr: je Euro 29,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung: Tel. 04154 / 795944  
E-Mail: christianemuecke@gmx.net (Dozentin)

### Ganzheitliches Sehtraining Altersweitsichtigkeit - wenn die Arme zum Lesen zu kurz werden

RZ  
Leitung: Kathrin Noruschat  
Die Augenlinse verliert mit dem Fortschreiten der Jugend an Elastizität und ihr ringförmiger Muskel, der Ziliarmuskel seine Kraft. Das Auge kann sich nicht mehr jederzeit auf die jeweilige Sehentfernung einstellen. Die Folge ist, Das Sehen wird anstrengend, die Augen werden lichtempfindlich, manchmal trocken, brennende und die neue Brille hält auch nicht was sie verspricht.  
Ganzheitliches Sehtraining zeigt einfach erlernbare Augenübungen, die zur Stärkung der Augenmuskulatur beitragen und lässt Zusammenhänge zwischen Bewegung, Atem und allgemeinem Wohlbefinden und unserem Sehen erkennen. Ganzheitliches Sehen wecke das Interesse Altersweitsichtigkeit als Persönlichkeitsentwicklung an zu nehmen, und gibt die Möglichkeit zu neuer (Seh-)Kraft zu kommen.  
Max. 12 Teilnehmer  
Termin: Samstag, 24.09.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr  
Ort: Katholisches Pfarramt, Fischerstraße, Ratzeburg  
Gebühr: Euro 20,00 zzgl. Euro 4,00 für Kopien und Übungsmaterial, Kontaktlinsenträger tragen an diesem Tag bitte die Brille  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung: Tel. 0451 / 9898659 (Dozentin)

### Sehtraining - den Augen Gutes tun

RZ  
Leitung: Kathrin Noruschat  
Trockene, müde, tränende Augen, schwankende Sehkraft, muskuläre Verspannungen, Kopfschmerzen, Doppeltsehen, Schwindelgefühl, Lichtempfindlichkeit – alles Anzeichen für ein überlastetes visuelles System. Die neuzeitliche Entwicklung bringt enorm hohe Seh- und Arbeitsanforderung mit sich. Um die Welt und ihre Bilderflut klar zu erkennen, reicht auch oft die Brille nicht aus. Lernen Sie durch einfache, in den Alltag übertragbare Augenübungen, durch Tipps für gesundes Sehverhalten am Bildschirm und im Alltag, durch das Erkennen von Zusammenhängen zwischen Ernährung, Bewegung, Atem, allgemeinem Wohlbefinden – und dem Sehen, Ihre Sehkraft zu aktivieren und zu pflegen.  
Ganzheitliches Sehtraining bewirkt neues Lernen und Einsichten!  
Max. 12 Teilnehmer  
Termin: Samstag, 03.12.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr  
Ort: Katholisches Pfarramt, Fischerstraße, Ratzeburg

## Die Röpersberg-Gruppe.

Eine Welt voller Möglichkeiten.



*schön wohnen*

*gesund werden*

*bewusst teilhaben*

*fit bleiben*

*umsorgt sein*

*gut essen*

schön wohnen: Senioren-Wohnsitz Ratzeburg  
gut essen: Gastronomie im Senioren-Wohnsitz Ratzeburg  
fit bleiben: MediVitale im Senioren-Wohnsitz Ratzeburg  
umsorgt sein: Haus Park Röpersberg · Ambulante Pflege Tag & Nacht  
gesund werden: Klinik für Geriatrie  
bewusst teilhaben: Röpersbergklinik



23909 Ratzeburg · Telefon 04541 130 · www.rgrz.de

Gebühr: Euro 20,00 zzgl. Euro 4,00 für Kopien und Übungsmaterial, Kontaktlinsesträger tragen an diesem Tag bitte die Brille  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 0451 / 9898659 (Dozentin)

**Nia - Heilung durch Bewegung**

**BÜ**

Leitung: Muktivera Hatzakes  
 Nia bewegt Dich! Nia ist ganzheitliche Bewegung, von westlichen und östlichen Traditionen inspiriert. Choreographierte und freie Bewegungsformen wechseln sich ab. Die harmonischen Bewegungen wirken ausgleichend auf den Energiehaushalt Deines Körpers und aktivieren Deine Selbstheilungskräfte. Du folgst nur Deinem Wohlfühlprinzip!

Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 09.00 bis 10.30 Uhr  
 Ort: Witzeeze, Regionales Kulturzentrum, Dorfstr. 16  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V. Tel. 04155/3551  
 Anmeldung bei der VHS Büchen-Gudow, Tel. 04155/3551

**Wohlfühltag für Frauen**

**LA**

Leitung: Anita Brock-Schulz  
 Mal raus aus dem Alltag, eintauchen in die Welt unserer inneren Bilder. Kraft, Mut, Freude und neue Energie tanken, es uns mal richtig gut gehen lassen. Mit Fantasiereisen, Entspannungsübungen, Begegnung mit unserem persönlichen Engel, Kennenlernen der 7 Kraftzentren (Chakren) in uns.  
 Wir lösen auf, was uns im Weg ist, um unseren Alltag mit Leichtigkeit zu leben.  
 Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke und kleines Kissen mitbringen.  
 Termin: Samstag, 01.10.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Teezimmer Hotel Bellevue, Blumenstraße 29  
 Gebühr: Euro 25,00 (Keine Ermäßigung möglich)  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 04136 / 911450, E-Mail: migdal@web.de

**Präventologische Einzelberatung**

**LA**

**- nach Terminabsprache -**  
 Leitung: Anita Brock-Schulz  
 An diesem Tag haben Sie einmal die Gelegenheit, in 1stündigen persönlichen Beratungsgesprächen Ihre Probleme und Fragen anzusprechen, sei es im Hinblick zur Stressbewältigung, Angstzuständen, Familienkrisen, Schlafproblemen oder Traurigkeit.  
 Termin: Samstag, 19.11.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Teezimmer Hotel Bellevue, Blumenstraße 29  
 Gebühr: Euro 25,00 (Keine Ermäßigung möglich)  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 04136 911450, E-Mail: migdal@web.de

**Pendeln für Fortgeschrittene**

**LA**

Leitung: Anita Brock-Schulz  
 An diesem Tag möchte ich all denen Gelegenheit geben, die schon Pendeln gelernt haben, ihr Wissen zu vertiefen, noch mehr praktischen Umgang damit zu erfahren und aufgetretene Fragen beantwortet zu bekommen.  
 Mitzubringen: Eigenes Pendel  
 Termine: Samstag, 10. und 17.12.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Teezimmer Hotel Bellevue, Blumenstraße 29  
 Gebühr: Euro 25,00 plus Euro 5,00 Materialkosten  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: 04136 911450, E-Mail: migdal@web.de

**Einhandrutenkurs (mit Symbolen und Zeichen helfen)**

**RZ**

Leitung: Claudia Brassait  
 Hier erlernen Sie den Umgang mit der Einhandrute, Durchführung einfacher Ja/Nein-Testungen, Verträglichkeitsleistungen z.B. von Lebensmitteln, Kosmetika, Elektrostrahlung u.v.m. Es werden Auszüge der erfolgreichen neuen und einfachen Art der Selbstheilung (mit Symbolen und Zeichen) aus meiner Praxis vorgestellt. Hier wird für einen Krankheitszustand das passende Symbol oder Zeichen ausgetestet und wie in der traditionellen chinesischen Medizin auf bestimmte Punkte der Meridiane (Energiebahnen im Körper) gesetzt, bzw. diese Methode aufgemalt. Vorteil dieser Methode: Sie ist schmerzfrei, kann deshalb sehr gut bei Kindern angewendet werden, bei einem längeren Behandlungszeitraum können die Zeichen und Symbole vom Patienten selbst erneuert werden. Tiere und Pflanzen erfahren Selbstheilung, Räume und Arbeitsplätze können positiv beeinflusst werden. Medikamente werden per Wasserglasübertragung selbst hergestellt. Sie haben die Wahl, sich auf dieses Wunder der Natur einzulassen, indem Sie diesem Kurs offen begegnen. Lassen Sie sich überraschen!  
 Einhandruten sind nur begrenzt vorhanden, wer hat bringt seine bitte mit, oder bei Anmeldung kann auf Wunsch bestellt werden.  
 Kosten für die Einhandrute ca. Euro 25,00  
 Kurs 1: 07.09.2011  
 Kurs 2: 19.10.2011  
 Kurs 3: 09.11.2011  
 Kurs 4: 07.12.2011  
 Termine: jeweils mittwochs von 18.00 bis 20.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule, Ernst-Barlach-Schule, Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 20,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04543 / 1446(Dozentin)  
 email : Claudia-Brassait@t-online.de

**2012 - Chance oder Untergang**

**RZ**

Leitung: Hella Göller-Gaddah (Psych., Päd. und Heilerin)  
 Von den Weissagungen der Maya bis zu den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen - verständlich aufbereitet. Hintergrundinformationen über das, was uns möglicherweise bevorsteht. Auswirkungen auf unseren Körper, Psyche, Umwelt, Natur, Gesellschaft usw. Gründe dafür und Möglichkeiten für jeden Einzelnen zur Vorbereitung. Ein Versuch, die spirituellen mit den praktischen Seiten zu verbinden und Wege aufzuzeigen für den Umgang mit den Veränderungen. Mit Übungsteil.

Termin: Samstag, 29.10.2011, 9.00 bis 17.00 Uhr  
 Ort: Seminarhaus Heilborn Einhorn, Dorfstr. 24, Ritzerau  
 Gebühr: Euro 28,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 04543/ 88 87 58 (Dozentin)

**Erkenne die Weisheit deiner Seele**

**RZ**

Leitung: Hella Göller-Gaddah (Psych., Päd. und Heilerin)  
 ... was Dich in Deine Kraft bringt. Uraltet Wissen persönlich erfahrbar gemacht. Informationen und praktische Übungen über den förderlichen Umgang z.B. mit Entspannung, Ernährung, Materialien, Kleidung, Farben, Wohnumfeld, Sprache und mehr. Gemeinsame Meditationen und der spielerische Umgang mit unseren Möglichkeiten, tragen zu unserem Wohlfühlen bei.  
 Bitte mitbringen: Verpflegung nach Absprache, bequeme Kleidung, Hausschuhe, Socken, Decke und Unterlage.  
 Wochenendkurs:  
 Samstag, 05.11.2011, 9.00 bis 17.00 Uhr und Sonntag, 06.11.2011, 9.00 bis 17.00 Uhr  
 Ort: Seminarhaus Heilborn Einhorn, Dorfstr. 24, Ritzerau  
 Gebühr: Euro 56,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 04543/ 88 87 58 (Dozentin)

**Einführung in JinShinJyutsu Hilfe zur Selbsthilfe**

**DA**

Leitung: Ferdinand Hoser/ JinshinJyutsu Praktiker seit 2007  
 Diese Einführung vermittelt einen Überblick der grundlegenden Philosophie und der einfach zu erlernenden und jederzeit anwendbaren Selbsthilfetechniken des JinShinJyutsu, die durch eigene Erfahrung in kleineren Übungen vertieft werden. Ein an diese Einführung anknüpfender Kurs ist vorgesehen. Bitte Notizzmaterial, warme Socken und bequeme Kleidung sowie eine Decke oder Isomatte mitbringen.  
 Termin: Samstag 24.09.2011 von 10.30 bis 12.00 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 6,40 **Kurs-Nr. U 304 00**  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 0173/ 93 84 839

**Jin Shin Jyutsu® Selbsthilfekurs 1**

**MÖ**

Leitung: Michaela Flentje (Dipl.-Sozialpädagogin und Jin Shin Jyutsu® Praktikerin)  
 Kursinhalt siehe unten  
 In jeder Unterrichtseinheit finden praktische Übungen statt.  
 Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.  
 Beginn: 29.09.2011  
 Termine: 8mal donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: Euro 31,20 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung -  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 27 02

**Jin Shin Jyutsu® Strömungsabende 1 / 2**

**MÖ**

Leitung: Michaela Flentje (Dipl.-Sozialpädagogin und Jin Shin Jyutsu® Praktikerin)  
 Die praktischen Erfahrungen aus den Jin Shin Jyutsu® Selbsthilfekursen 1 und 2 werden bei den Strömungsabenden vertieft. Unter Berücksichtigung des jahreszeitlichen und individuellen Rhythmus strömen die Teilnehmer sich gegenseitig.  
 Voraussetzung zur Teilnahme sind die Erfahrungen aus einem Jin Shin Jyutsu® Selbsthilfekurs 1.

Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.

Termine Kurs 1: dienstags 06.09. - 20.09. - 04.10. - 25.10. - 01.11. - 15.11. - 29.11. - 06.12.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Termine Kurs 2: montags 05.09. - 19.09. - 26.09. - 24.10. - 31.10. - 14.11. - 21.11. - 28.11.2011, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: je Kurs Euro 31,20 (bei 8 Teiln.)  
 keine Ermäßigung -  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 27 02



**Jin Shin Jyutsu - Selbsthilfekurs I**

**RZ**

Leitung: Livia Stepan (Praktikerin und Lehrerin)  
 Hilfe zur Selbsthilfe – Diese mehrere tausend Jahre alte japanische Heilkunst hilft Ihnen, im „mich selbst erkennen“, die Botschaften Ihres Körpers besser zu verstehen und sie zu nutzen, um die körpereigene Balance wiederherzustellen.

Sie erfahren hier, wie Sie mit einfachen Übungen (mit Hilfe Ihrer Hände) Beschwerden und Schmerzen im Alltag lindern und den Heilungsprozess von Körper, Geist und Seele aktiv unterstützend begleiten können. Sowohl für diejenigen von uns, die unter Stress oder Gesundheitsstörungen leiden, als auch für die, die ganz einfach aktiv zur Aufrechterhaltung von Gesundheit, Harmonie und Wohlbefinden beitragen möchten, ist die Kunst der Jin Shin Jyutsu eine einfache und kraftvolle Methode, die jedem zur Verfügung steht!  
 Bitte bequeme Kleidung, Schreibzeug, Buntstifte und eine Wolldecke mitbringen.  
 Kosten für das Lehrbuch: Euro 13,50  
 Beginn: 21.09.2011  
 Termine: 8mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule, Ernst-Barlach-Schule, Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 52,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04545 / 789212

**Autogenes Training**

**Autogenes Training für Kinder**

**BR**

Leitung: Tatjana Switala  
 Kindern hilft das Autogene Training besonders bei Konzentrationsproblemen, Schlafschwierigkeiten, Unruhe und Unsicherheit. Die Übungen sind spielerisch und leicht zu erlernen. Mitzubringen sind eine Wolldecke und warme Socken.  
 Mindestteilnehmerzahl: 8  
 Beginn: 13.09.2011

**DRK-Krankenhaus Mölln | Ratzeburg**



Deutsches Rotes Kreuz (04541) 88 40 www.drk-krankenhaus.de



Termine: 4mal dienstags, 16.00 bis 17.30 Uhr  
Ort: Schule Breitenfelde  
Gebühr: Euro 12,00  
VHS Breitenfelde, Tel. 04542/853 690

Anmeldungen bei der Dozentin, Tel. 04542/836 060

### Autogenes Training

Leitung: Heilpraktiker Klaus John  
Autogenes Training (AT) ist eine von der Hypnose abgeleitete Form der Selbstentspannung.

Es nutzt positive Zielvorstellungen, die mit Ruhe und Entspannung verbunden sind. Körperliche Vorgänge werden bewusster erlebt und die Konzentration verbessert. Der Geübte kann unbewusste Haltungen und Gewohnheiten sowie körperliche und seelische Beschwerden beeinflussen.

Es wird im Sitzen geübt, damit der Erfolg bei Bedarf auch eintritt, wenn man sich vor der Anwendung nicht hinlegen kann. So kann man nach dem Kurs das AT unauffällig jederzeit ausführen.

Beginn: 21.09.2011

Termine: 9mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A116

Gebühr: Euro 40,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung beim Kursleiter, Tel. 04153/53828

### Autogenes Training kompakt

Leitung: Anita Brock-Schulz,  
Seminarleiterin f. autogenes Training  
Dieser Kurs ersetzt nicht das eigenständige Üben, ist aber wohl ein erstes Hineinführen in die bewusste Entspannung.

Sie lernen an diesen 2 Samstagen die Grundstufe des autogenen Trainings kennen und üben. Autogenes Training dient in dieser reizüberfluteten Zeit als wunderbare Möglichkeit, sich entspannen zu lernen und aber auch willentlich sich aus dieser Entspannung wieder herauszuholen.

Termine: Samstag, 17. u. 24.09.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Teezimmer Hotel Bellevue, Blumenstraße 29  
Gebühr: Euro 25,00 plus Euro 5,00 Materialkosten

VHS Lauenburg

Anmeldung: 04136 911450, E-Mail: migdal@web.de

### Autogenes Training

Leitung: Astrid Löhn, Heilpraktikerin  
Im Kurs lernen Sie sich kurze, erholsame und tiefe Entspannungspausen zu verschaffen, um stressbedingte körperliche und seelische Verspannungen und Beschwerden abzubauen.  
Bitte eine Decke oder Isomatte mitbringen.

Beginn: 27.10.2011

Termine: 8mal donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

Gebühr: Euro 72,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

### Shiatsu - Schnupperkurs Ganzheitliche japanische Entspannungs-methode

Leitung: Julia Deres, Tel. 0157 / 830 206 10  
Shiatsu-Praktikerin (GSD)

Mit Handflächen und Daumen wird ange-

nehmer, achtsamer Druck auf den ganzen Körper ausgeübt; dadurch kommt es zu einer tiefen Entspannung und die Selbstheilungskräfte werden angeregt.

Bitte warme, bequeme Kleidung, dicke Socken und mind. je eine Isomatte und Wolldecke mitbringen.

Termin: Samstag, 05.11.2011, 10.00 bis 17.00 Uhr

inkl. 1 Stunde Mittagspause

Ort: Thies'sches Haus, Alte Allee 1, 21521 Wohltorf

Gebühr: Euro 20,00

VHS Aumühle und Wohltorf, Tel. 04104/80360

### Shiatsu für Paare

Leitung: Andrea Petersen,  
Shiatsu-Therapeutin (GSD)

Im Shiatsu wird mit sanftem, bis in die Tiefe wirkendem Druck der Energiefluss angeregt. Auf diese Weise können sich Anspannungen und Blockierungen auflösen – Entspannung und Wohlfühlgefühl ausbreiten. In diesem Kurs werden einfache Shiatsu-Techniken vermittelt und die Wirkungsweise in gegenseitiger Behandlung erfahren. Vorbereitende Übungen helfen uns Achtsamkeit zu entwickeln.

Bitte warme und bequeme Kleidung sowie eine Decke und wenn vorhanden eine Yogamatte mitbringen.

Termin: Samstag, 12.11.2011, 11.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Praxis für Psychotherapie und Shiatsu, Andrea Petersen, Hauptstraße 52, Mölln

Die Kursgebühren sind bis 01.11.2011 auf das Konto 1005320778 bei der Kreissparkasse (BLZ 230 527 50) einzuzahlen. Die Einzahlung gilt als Anmeldung. Telefonische Anmeldung erforderlich.

Gebühr: Euro 30,00 keine Ermäßigung

VHS Mölln

Weitere Informationen und Anmeldung: Tel. 0 45 42 - 8 96 60

### Shiatsu und Meridian Qi Gong

#### Von der Kunst des rechten Lebens

Leitung: Sibylle DuBa, Yogalehrerin mit Shiatsu - Ausbildung

Wasser, Holz, Feuer, Erde, Metall - 5 Elemente aus der Natur, sie unterstützen und ergänzen sich, passen aber auch auf einander auf, um das natürliche Gleichgewicht zu halten. Diesen großen Kreislauf der Natur finden wir überall wieder, auch in uns Menschen als Teil dieser Natur.

So wie die Jahreszeiten ineinander fließen, möchte auch unser Körper im natürlichen Fluss des Lebens sein.

Jede der 5 Wandlungsphasen hat bestimmte Eigenschaften und Funktionen, durch die es sich ausdrückt und unser körperliches Wohlbefinden, sowie auch unsere Gefühlsebene beeinflusst.

Ziel der einzelnen Workshops ist es, mehr Verständnis für die eigenen Bedürfnisse zu entwickeln, um sich besser begreifen und lieben zu können. Shiatsu (eine ganzheitliche Massagetechnik) und Qi Gong (sanfte Körperübungen), werden uns helfen, zu einer gesunden Balance zu finden.

Bitte für kurze Fingernägel sorgen, bequeme Kleidung, Wolldecke, kleines Kissen, eine Kleinigkeit zum Essen und Trinken mitbringen.

Beginn: 24.09.2011

Termine: 5mal samstags (je 5 Stunden) kann

auch einzeln besucht werden

Wandlungsphase Erde - 24.09.2011, 11.00-16.00 Uhr

Wandlungsphase Metall - 29.10.2011, 11.00-16.00 Uhr

Wandlungsphase Wasser - 14.01.2012, 11.00-16.00 Uhr

Wandlungsphase Holz - Frühjahr 2012

Wandlungsphase Feuer - Frühjahr 2012

Ort: MOSAIK, Raiffeisenweg 1a

Gebühr: Euro 25,00 pro Workshop

VHS Lauenburg

Anmeldung: 04153 5713009, Fax: 04153 5719023,

E-Mail: info@VHS-Lauenburg.de

### Bewegung / Gymnastik / Fitness

#### Rotationsgymnastik - Mehr Kraft und Gesundheit für Sportler

Leitung: Raymond van Bronswijk  
Der Kurs besteht aus theoretischen und praktischen Teilen, die zur Selbstanwendung vermittelt und geübt werden.

- Verbesserung der intramuskulären Koordination – ein höherer Wirkungsgrad der Bewegungsausführung wird erreicht.

- Zunahme von Kraft an den richtigen Stellen

- Vorbeugung von Verletzungen und Haltungsschäden durch einseitige Belastung

- Aufhellung und Stärkung der Mentalkraft

Besonders empfehlenswert ist dieser Intensivkurs für den Golfsport, Racketsportarten und für alle intensiv praktizierten Sportarten, in denen sich die Teilnehmer steigern wollen. Erfolge, z.B. des Golf-Abschlages. Beim Tennis wird von einer effektiveren Basic-Drehung berichtet.

Auf störende, nicht beabsichtigte Reflexe und Impulse hat das Training eine ausgleichende Wirkung.

Bitte in warmer, sportlicher Kleidung kommen.  
Termin: Freitag, 11.11.2011, 18.30 bis 21.00 Uhr und

Samstag, 12.11.2011, 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 85,00

Die Kursgebühren sind bis 01.11.2011 auf das Konto 1005320778 bei der Kreissparkasse (BLZ 230 527 50) einzuzahlen.

Die Einzahlung gilt als verbindliche Anmeldung. Telefonische Anmeldung bis 01.11.2011 nötig

VHS Mölln  
Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

#### Rücken und Pilates für Anfänger

##### am Morgen / am Abend

Leitung: Helga Wille, Tel. 04104/962 535

Physiotherapeutin u. Rückenschullehrerin  
Beginn: 15.09.2011

Termine: 12mal donnerstags

Kurs 1: 11.30 bis 12.30 Uhr

Kurs 2: 19.30 bis 20.30 Uhr

Ort: Thies'sches Haus, Alte Allee 1, Wohltorf

Gebühr: je Kurs Euro 54,00

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte bei der Kursleiterin

#### Pilates

Leitung: Cornelia Wolf

Kursinhalt siehe unten (Sandesneben)

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und, wer zu kalten Füßen neigt, auch warme So-

cken.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 10mal montags, 17.00 bis 18.00 Uhr und 2. Kurs 10mal montags, 18.15 bis 19.15 Uhr

Gebühr: Euro 19,00

Ort: Pausenhalle der Schule Breitenfelde

VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690

#### Pilates I für Einsteiger

Leitung: Katja Wunsch

In diesem Kurs steht das Erlernen der Pilates - Atmung, der Pilates - Prinzipien und der Basis - Übungen im Vordergrund.

Beginn Kurs 1: 05.09.2011,

Beginn Kurs 2: 07.09.2011

Termine: 10mal montags, 20.30 bis 21.30 Uhr bzw. 10mal mittwochs, 18.00 bis 19.00 Uhr

Ort: Haus der Generationen, Müssen

Gebühr: Euro 34,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/811843 oder Email:

katja.wunsch@gmx.de

#### Pilates II Mittelstufe und Fortgeschrittene

Leitung: Katja Wunsch

In diesem Kurs geht es um die Vertiefung der Pilates - Prinzipien und das Erlernen anspruchsvoller Varianten der Pilates - Übungen und Bewegungskombinationen.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 10mal montags, 19.30 bis 20.30 Uhr

Ort: Haus der Generationen, Müssen

Gebühr: Euro 34,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/811843 oder Email:

katja.wunsch@gmx.de

#### Pilates

Leitung: Carolin Ewert (Pilates-Trainerin)

Kursinhalt siehe unten (Sandesneben)

Empfohlen für Wiedereinsteiger und zur allgemeinen täglichen Fitness. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und bequeme Sportkleidung.

Kurs 1: Beginn: 27.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 20.00 bis 21.00 Uhr

Kurs 2: Beginn: 22.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 19.00 bis 20.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Gebühr: je Euro 39,00 (bei 8 Teiln.) - keine Ermäßigung -

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 04542 / 8 96 60

#### Pilates

Leitung: Carolin Ewert, mit lizenzierter

Pilatesausbildung

Kursinhalt siehe unten (Sandesneben).

Bitte Handtuch und Wolldecke mitbringen, leichte Kleidung ist erforderlich.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 10mal montags, 18.30 bis 19.30 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nusse

Gebühr: Euro 38,00

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann Tel. 04536/808262

#### Pilates

Leitung: Carolin Ewert

Kursinhalt siehe unten (Sandesneben)

Einsteiger und Fortgeschrittene sowie Menschen jeden Alters sind willkommen. Emp-



fohlen für Wiedereinsteiger und zur allgemeinen täglichen Fitness.  
 Bitte mitbringen: Pilatesmatte (Yogamatte), Kissen, bequeme Kleidung  
 Beginn Kurs 1: 20.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 18.15 bis 19.15 Uhr  
 Beginn Kurs 2: 22.09.2011  
 Termine: 10mal donnerstags, 19.30 bis 20.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Ratzeburg  
 Gebühr: je Euro 32,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04542 / 823444 (Dozentin)

**Pilates** SN  
 Leitung: Carolin Ewert, mit lizenzierter Pilatesausbildung  
 Bei Pilates handelt es sich um eine sanfte Methode die das Ziel hat, die Körpermitte zu kräftigen und zu stärken.  
 Trainiert werden vor allem die tief liegenden Bauchmuskeln, die untere Rückenmuskeln und die Beckenbodenmuskulatur. Die Übungen werden durch die Atmung unterstützt.  
 Bitte Handtuch und Wolldecke mitbringen, leichte Kleidung ist erforderlich.  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 20.00 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Sandesneben  
 Gebühr: Euro 38,00  
 VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
 Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann Tel. 04536/808262

**Pilates und mehr am Vormittag** SB  
**Anfänger und Fortgeschrittene**  
 Leitung: Melany Matthiessen  
 Bitte Gymnastikmatte und bequeme Sportkleidung mitbringen.  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 12mal montags, 10.20 bis 11.30 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 72,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Pilates und mehr am Nachmittag** SB  
**Anfänger und Fortgeschrittene**  
 Leitung: Melany Matthiessen  
 Bitte Gymnastikmatte und bequeme Sportkleidung mitbringen.  
 Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 12mal dienstags, 15.20 bis 16.35 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 72,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Pilates und mehr am Nachmittag** SB  
**Anfänger und Fortgeschrittene**  
 Leitung: Melany Matthiessen  
 Bitte Gymnastikmatte und bequeme Sportkleidung mitbringen.  
 Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 12mal dienstags, 16.45 bis 18.00 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 72,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Pilates in Kankelau für Anfänger und Fortgeschrittene** SB  
 Leitung: Melany Matthiessen  
 Bitte erkundigen Sie sich nach freien Plätzen!  
 Beginn: 15.09.2011  
 Termine: 10mal donnerstags, 18.10 bis 19.10 Uhr  
 Ort: Bürgerhaus Kornrade  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**B.O.P - Fitnessgymnastik und Entspannung mit Musik** BE  
 Leitung: Irmgard Becker  
 Aufwärmtraining zur Unterstützung von Herz u. Kreislauf, sowie zur Verbesserung der Kondition.  
 Kräftigungsübungen zur Festigung der Muskeln und Abbau des Fettgewebes.  
 Stretching zur Erhaltung der Beweglichkeit und Verringerung der Verletzungsgefahr.  
 Entspannungs- und Atemübungen  
 Beginn: 20.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 10.00 bis 11.00 Uhr  
 Ort: Dörpshuus in Krummesse, Lübecker Straße 6  
 Gebühr: Euro 40,00 (38,00)  
 VHS Berkenthin  
 Anmeldung: Becker Tel. + Fax 04544/890761  
 Internet: vhs-berkenthin.de

**Wohlfühlen und Fitness für Frauen - 50plus** BE  
 Leitung: Irmgard Becker  
 Ein Ganzkörpertraining zur Kräftigung, Straffung und Dehnung aller Muskelgruppen.  
 Gezielte Übungen, individuell auf die Bedürfnisse der Teilnehmerinnen abgestimmt, helfen Beweglichkeit und Koordination zu schulen und Verspannungen vorzubeugen.  
 Entspannungs- und Atemübungen führen zu mehr Körperbewusstsein.  
 Beginn: 19.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 10.00 bis 10.45 Uhr  
 Ort: Bahnhofstr. 7, 23919 Berkenthin  
 Gebühr: Euro 35,00 (33,00)  
 VHS Berkenthin  
 Anmeldung: Becker Tel. + Fax 04544/890761, morgens 7.30 - 8.30 Uhr, Internet: vhs-berkenthin.de

**Gymnastik für Damen** BR  
 Leitung: Wiebke Lippitsch  
 Ziel dieses Problemzonen-Aerobics ist die Ablenkung vom Alltag, positive Erlebnisse in der Gruppe, Abbau von Stress und Ärger, Freude an der eigenen Bewegung und Spaß! Es wird ein besseres Aussehen durch einen strafferen, festeren Körper erzielt - dadurch mehr Selbstbewusstsein. Ebenso können eine Verbesserung der allgemeinen Ausdauer, ein Zugewinn an Muskelkraft und Muskelausdauer erreicht werden.  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 12mal montags, 19.00 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Sporthalle Schule Breitenfelde  
 Gebühr: Euro 22,80  
 VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690

**Bauch-, Beine-, Po-Gymnastik** BR  
 Leitung: Cornelia Wolf  
 Bauch-, Beine-, Po-Gymnastik mit dem Theraband  
 mit Übungen aus der Callanetics und mit dem Einsatz des Therabandes rücken wir den Problemzonen „auf den Leib“. Hierbei geht

es um ein gezieltes Muskelaufbautraining für Bauch, Beine und Po. Die Kombination von einfachen, den Rücken und die Gelenke schonenden Gymnastikübungen bringt Ihren Körper in Form und Bewegung. Bitte Handtuch und Rutschersocken bzw. Gymnastikschuhe mitbringen.  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Pausenhalle der Schule Breitenfelde  
 Gebühr: Euro 28,00  
 VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690

**Bauch - Beine - Rücken - Po** BÜ  
 Leitung: Heike Förster  
 Wie immer sehen wir uns wieder... und freuen uns über jede Neueinsteigerin!  
 Beginn: 14.09.2011  
 Termine: 10mal mittwochs, 20.30 bis 21.30 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, kleine Turnhalle  
 Gebühr: Euro 23,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/3647

**Rückenfitness** BÜ  
 Leitung: Katja Wunsch  
 Dieser Kurs richtet sich an Männer und Frauen, die vorbeugend etwas gegen Rückenbeschwerden tun möchten. Durch ein aktives Training der Rumpfmuskulatur wird die Leistungsfähigkeit des Haltungsapparates verbessert. Ein starker Rücken und eine feste Körpermitte werden durch intensives, regelmäßiges Training erreicht. Spaß an der Bewegung zu mitreißender Musik stehen im Vordergrund.  
 Beginn: 08.09.2011  
 Termine: 10mal donnerstags, 20.30 bis 21.30 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Multifunktionsraum  
 Gebühr: Euro 23,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/811843 oder Email: katja.wunsch@gmx.de

**Stick - o - robic** BÜ  
 Leitung: Heike Förster und Silvia Zöftig  
 Mal wieder Lust auf was Neues?  
 Wir möchten eine neue Bewegungsform zeigen. Aerobic und Schlagtechniken aus der thailändischen Stockkampfkunst. Hierzu werden die Arme mit 2 Sticks trainiert, während Ausdauer-elemente aus dem Aerobic den restlichen Körper formen. Hier vereinen sich Ausdauersport, gesunde Überkreuzbewegung und die Schlagkraft der Arme zu einem unterhaltsamen Workshop. Im Mittelpunkt steht Spaß, die Möglichkeit sich neu auszuprobieren und auszutoben. Alles natürlich mit Blick auf gesundheitsorientiertes Training.  
 Kurs 1: Samstag, 24.09.2011, 13.00 bis 17.00 Uhr  
 Kurs 2: Samstag, 12.11.2011, 13.00 bis 17.00 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Multifunktionsraum  
 Gebühr: Euro 20,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/3647

**Fitnesstrends für Jedermann** BÜ  
 Leitung: Heike Förster und Silvia Zöftig  
 Haben Sie sich auch schon mal gefragt, welcher Fitness-Sport für Sie der Richtige ist?

In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit alte und neue Fitness-Trends auszuprobieren und kennen zu lernen. Jede Stunde viel Bewegung, ganz viel Abwechslung und Spaß. Wenn Sie wissen wollen, was Stick-robic, Aerobic, Step-Aerobic, 3/4 Step, Line-Dance, BBP, Rückenfitness, Fitness-Spiele uvm. ist, lassen Sie sich überraschen.  
 Beginn: 14.09.2011  
 Termine: 10mal mittwochs, 18.00 bis 19.00 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Multifunktionsraum  
 Gebühr: Euro 25,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/3647

**Bodystyling-Fitness Bauch, Beine, Po und Wirbelsäule** MÖ  
 Leitung: Ingrid Rost  
 Ein neuer Kurs, bei dem auch Langhanteln und Stepps eingesetzt werden. Der Kurs ist geeignet für Männer und Frauen, die ihre Problemzonen mit viel Spaß bearbeiten wollen.  
 Vorbesprechung und Beginn: 30.08.2011  
 Termin: 13mal dienstags, 18.30 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Gymnastikraum der Kreisberufsschule, Kerschensteiner Straße (Haupteingang)  
 Gebühr: Euro 50,70 (bei 8 Teiln.), keine Ermäßigung  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 04545/ 789716 oder 0162/4010813

**Bodystyling-Fitness** MÖ  
 Leitung: Ingrid Rost  
 Intensive Gymnastik für einen festen, straffen Körper. Eingesetzt werden Langhanteln, Stepps, Theraband, sowie Balance-Pads. Jede Stunde viel Bewegung, ganz viel Abwechslung und Spaß.  
 Vorbesprechung und Beginn: 29.08.2011  
 Termine: 12mal montags, 18.30 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Gymnastikraum der Kreisberufsschule, Kerschensteiner Straße (Haupteingang)  
 Gebühr: Euro 46,80 (bei 8 Teiln.), keine Ermäßigung  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 04545/ 789716 oder 0162/4010813

**„Bauch Beine Po“ und Vieles mehr** NU  
 Leitung: Kathrin Fuß, lizenzierte Gymnastiktrainerin  
 Kursbeschreibung siehe unten (Sandesneben).  
 Bitte Handtuch und Gymnastikschuhe mitbringen, leichte Kleidung ist erforderlich.  
 Beginn: 08.09.2011  
 Termine: 10mal donnerstags, 20.00 bis 21.00 Uhr

**DRK-Krankenhaus Mölln | Ratzeburg**

Deutsches Rotes Kreuz (04541) 88 40  
[www.drk-krankenhaus.de](http://www.drk-krankenhaus.de)



Ort: Grund- und Hauptschule Nusse  
Gebühr: Euro 38,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## „Bauch Beine Po“ und Vieles mehr

SN

Leitung: Kathrin Fuß, lizenzierte Gymnastiktrainerin

Wir rücken den Problemzonen „auf den Leib“. Hierbei geht es um ein gezieltes Muskelaufbautraining für Bauch, Beine und Po. Die Kombination von einfachen, den Rücken und die Gelenke schonenden Gymnastikübungen bringt Ihren Körper in Form und Bewegung.

Bitte Handtuch und Gymnastikschuhe mitbringen, leichte Kleidung ist erforderlich.

Beginn: 08.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 18.30 bis 19.30 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben

Gebühr: Euro 38,00

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## Fitness für Herren

BR

Leitung: Werner Lange

Dieser Kurs richtet sich an Männer, die fit bleiben wollen. Durch gezielte Übungen wird die Beweglichkeit gefördert, die Muskulatur wird gekräftigt und die Koordination geschult. Zur Sturzprophylaxe werden Übungen eingebaut, ebenso wird das Gleichgewichtsgefühl gefördert. Es gibt keine Altersbegrenzung und auch völlig untrainierte Teilnehmer sind in dieser Gruppe willkommen.

Beginn: 22.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 20.00 bis 21.30 Uhr

Ort: Sporthalle der Schule Breitenfelde

Gebühr: Euro 28,00

VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690

## Fitness für 53 Plus - Seniorinnengymnastik -

LA

Leitung: Gudrun Nahrstedt / Anja Brocks

Mit einem modernen Fitness-Training können Sie in jedem Alter beginnen. Dieser Kurs richtet sich speziell an Teilnehmerinnen jenseits der 50, die etwas tun wollen, ohne sich zu überfordern. Ziel ist der Aufbau bzw. der Erhalt von Beweglichkeit, die Kräftigung der Muskulatur sowie ein sanftes Training des Herz-Kreislauf-Systems.

Beginn: 14.09.2011

Termine: mittwochs, 16.45 bis 17.45 Uhr fortlaufend

Ort: Turnhalle Weingartenschule, Weingarten  
Einstieg jederzeit möglich, Gebühr anteilig, Euro 2,50 pro Abend

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04153 / 4889

## Gymnastik für die ältere Dame...

MÖ

Leitung: Ingrid Rost

In fröhlicher Atmosphäre trainieren wir Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer.

Vorbesprechung und Beginn: 01.09.2011

Termine: 11mal donnerstags, 11.00 bis 12.00 Uhr

Ort: Feldstraße 9, Joachim Polleyn-Platz

Gebühr: Euro 84,00 (bei 8 Tln.), keine Ermäßigung.

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 04545/789716 oder 0162/4010813

## Wohlfühlen und Fitness für Männer und Frauen über 50 Jahre

NU

Leitung: Irmgard Becker

Ein Ganzkörpertraining zur Kräftigung, Straffung und Dehnung aller Muskelgruppen. Gezielte Übungen, individuell auf die Bedürfnisse der Teilnehmer abgestimmt, helfen Beweglichkeit und Koordination zu schulen und Verspannungen vorzubeugen. Entspannungs- und Atemübungen führen zu mehr Körperbewusstsein.

Bitte Handtuch und Turnschuhe mitbringen, leichte Kleidung ist erforderlich. Isomatten sind vorhanden.

Beginn: 08.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 18.00 bis 19.00 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nusse

Gebühr: 38,00 Euro

VHS Sandesneben-Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## Spielend fit - auch im höheren Alter

SB

Leitung: Heiner Rose

Es wird viel gespielt, denn Ballspiele machen Spaß, helfen beweglich zu bleiben und fördern damit die Gesundheit.

fortlaufend donnerstags, 10.15 bis 11.15 Uhr

Ort: Sporthalle Buschkoppel

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung telefonisch unter Tel. 04151/81270

## Rückenschule

### Rücken- und Bewegungsschule Feldenkrais I und II

AU

für Anfänger u. Fortgeschrittene

Leitung: Gisela Flathmann, Physiotherapeutin

Kurs 1: Beginn: 22.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr

Seminarhaus Hohenhorn, Drumshorner Weg 5

Gebühr: Euro 45,00

Kurs 2: Beginn: 22.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 8.30 bis 10.00 Uhr

Ort: Thies'sches Haus, Wohltorf, Alte Allee 1

Gebühr: Euro 45,00 je Kurs

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung und Rücksprache bei der Kursleiterin

Tel. 04152/76978

## Feldenkrais

BE

Leitung: Ingelore Bartels

Die Rücken- und Körperschule nach der Feldenkraismethode.

Mit Freude, Neugierde und Aufmerksamkeit machen Sie kleine Bewegungen auf dem Boden, im Sitzen oder Stehen. Dabei beobachten und erspüren Sie, wie Sie die verschiedenen Teile Ihres Körpers, Rumpf, Hals, Kopf, Arme und Beine an dieser Bewegung beteiligen. Indem Sie jede Bewegung leicht, ohne Anstrengung und mit besonderer Aufmerksamkeit ausführen, werden Sie sich Ihres Körpers bewusst. Die intensive Aufmerksamkeit regt Ihre Gehirnzellen und das Nervensystem an und lässt Sie neue, leichte Wege der Bewegung finden. Es lösen sich Muskelverspannungen und Gelenke werden durch unnütze Anstrengung und Kraftaufwand geschont. Die unnötige Abnutzung von Gelenken und des gesamten Bewegungsapparates werden verhindert und Beschwerden abgebaut oder auch vorgebeugt. Sie fühlen eine neue Beweglichkeit, die Sie nicht nur in Ihrem Körper wahrnehmen, sondern auch Geist und Seele, Ihr Lebensgefühl weiter entwickeln lassen.

Beginn: 12.09.2011

Termine: 10mal montags, 20.15 bis 21.15 Uhr

Ort: Brinkhus in Rondeshagen

Gebühr: Euro 30,00 (28,00)

VHS Berkenthin

Anmeldung: Bartels Tel. 04501/275, Internet: vhs-berkenthin.de

## Feldenkrais am Wochenende

BÜ

Leitung: Klaus Wegner

Alles dreht sich - um die Wirbelsäule

In entspannter Atmosphäre, durch achtsam ausgeführte Übungen suchen wir Wege, ohne Schmerz und Anstrengung den Belastungen des Alltags zu begegnen.

(Bitte eine Decke, Unterlage und bequeme Kleidung mitbringen.)

Samstag, 05.11.2011, 12.15 bis 16.00 Uhr

und Sonntag, 06.11.2011, 12.15 bis 16.00 Uhr

Schulzentrum Büchen, Multifunktionsraum

Gebühr: Euro 26,00

VHS Büchen - Gudow e.V. Tel. 04155/3551

Information beim Kursleiter, Tel. 04541/840252

Anmeldung bei der VHS Büchen, Tel. 04155/3551

## Feldenkrais

BE

Leitung: Kerstin Wilken

Beschreibung siehe oben (Berkenthin)

Da die entspannende Wirkung der Übungen den Körper leicht auskühlt, bitte warme Kleidung tragen und eine Decke oder Isomatte mitbringen.

Beginn: 07.09.2011

Termine: 8mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkas-sengebäude

Gebühr: Euro 72,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Wirbelsäulengymnastik I + II w/m 60+ mit Musik

AU

Leitung: Birgit Utermöhl, Masseurin u. liz. Rückenschullehrerin

Beginn: 05.09.2011

Termine: 12mal montags

Kurs 1: 15.00 bis 16.30 Uhr

Gebühr: Euro 54,00

Kurs 2: 16.30 bis 17.45 Uhr

Gebühr: Euro 45,00

Krankenkassenbezuschung möglich

Ort: Augustinum Aumühle

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte bei der Kursleiterin, Tel. 040/72812033

## Wirbelsäulen- und Rückengymnastik 60+

AU

Leitung: Helga Wille, Physiotherapeutin u. Rückenschullehrerin

Beginn: 13.09.2011

Termine: 12mal dienstags, 9.30 bis 11.00 Uhr

Gebühr: Euro 54,00

Ort: Thies'sches Haus Wohltorf, Alte Allee 1

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte bei der Kursleiterin, Tel. 04104/962535

## Wirbelsäulen- und Schulterfunktionsgymnastik für Damen 55 plus

BÜ

Leitung: Ursula Deppe

Trainiert wird in geselliger Atmosphäre die allgemeine Beweglichkeit, Kraft und Koordination. Bitte Sportbekleidung mitbringen.

Beginn: 07.09.2011 (Nachmeldungen möglich!)

Termine: 12mal mittwochs, 19.00 bis 20.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Multifunktionsraum

Gebühr: Euro 28,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/4396

## Wirbelsäulengymnastik

DA

Leitung: Angila Held - Röscher

Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen häufig zu Problemen im Rücken- und Nackenbereich. Dagegen können Sie etwas unternehmen. Durch eine gezielte Gymnastik können Sie Verspannungen entgegenwirken und Beschwerden vorbeugen. Die Wirbelsäule wird mobilisiert, die Muskulatur gedehnt und gekräftigt. Entspannungsübungen ergänzen die Gymnastik. Der Kurs ersetzt keine Therapie. Bei gesundheitlichen Beschwerden wenden Sie sich bitte vorher an einen Arzt. Bitte Decke und Isomatte mitbringen.

Beginn: 22.08. bzw. 24.08.2011

Termine: 12mal montags ab 18.30 bzw. 19.30 Uhr,

12mal mittwochs ab 17.30 bzw. 18.30 Uhr je 60 min

Ort: Multifunktionsaal Dassendorf, Christa-Höppner-Platz 1

Gebühr: Euro 51,40

Kurs-Nr. U 302 01-04

VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 6534

KRANKENGYMNASTIK  
**daene**

Gemeinschaftspraxis  
für Physiotherapie

Inhaber: Monika Steinchen · Susanne Borchers  
Brauerstraße 13/Ecke Wasserkrüger Weg · 23879 Mölln  
Telefon (0 45 42) 14 15 · steinchen.borchers@t-online.de



**Gesund und fit in Kankelau  
Gutes für den Rücken -  
Männerkurs**

**SB**

Leitung: Melany Matthiessen  
Der Schwerpunkt liegt auf Kräftigung, Entspannung und Dehnung der Rückenmuskulatur.  
Beginn: 15.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 19.15 bis 20.00 Uhr  
Ort: Bürgerhaus Kornrade  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

**(Nordic) Walking**

Nordic Walking ist mehr als eine neue Sportart! Hier trainieren Sie neben den Beinen den gesamten Oberkörper, dadurch kommen 90% der Muskulatur zum Einsatz! Es handelt sich um ein sanftes und gelenkschonendes Ganzkörpertraining, das leicht zu erlernen ist und das ganze Jahr über an der frischen Luft betrieben werden kann.  
Nordic Walking kann mit individueller Belastung durchgeführt werden und ist somit geeignet für Jedermann und jede Leistungsstufe. Es ist das optimale Outdoor-Training zur Gewichtsreduktion und löst Muskelverspannungen im Schulter- und Nackenbereich.

**Nordic Walking**

**BE**

Leitung: Nicola Krey, lizenzierte Fitness-Trainerin  
Kursinhalt siehe Sondertext  
Beginn: 01.09.2011  
Termin: 10mal donnerstags, 9.00 bis 10.30 Uhr  
Treffpunkt bei „Meiers Gasthof“ in Berkenthin  
Gebühr: Euro 35,00 (33,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: Krey Tel. 04544/1009, ab 19.00 Uhr, Internet: vhs-berkenthin.de

**Nordic Walking  
am Wochenende  
für Anfänger**

**BÜ**

Leitung: Brigitte Engelhard (lizenzierte Nordic Walking Trainerin)  
Kursinhalt siehe Sondertext Nordic Walking.  
Freitag, 07.10.2011, 17.00 bis 19.00 Uhr und Samstag, 08.10.2011, 10.00 bis 12.00 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz Waldschwimmbad / Rodelberg  
Gebühr: Euro 14,00 (max. 8 Teilnehmer)  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/3237 oder Email engelhard-buechen@t-online.de

**Nordic Walking -  
Grundkurs**

**SB**

Leitung: Marlies Reim, lizenzierte Nordic Walking Trainerin  
Mit eigenen oder Leihstöcken (bitte vorher erfragen!) wird die Nordic-Walking-Technik erlernt. Durch effektives Training in der Kleingruppe wird die körperliche Leistungsfähigkeit gesteigert. Ein Sport, der sich auch besonders für Untrainierte und für Senioren eignet. Bitte leichte, wetterfeste Kleidung und feste Schuhe (oder Sportschuhe) anziehen.  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 4mal montags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Auf Anfrage zusätzliche Termine möglich.  
Treffpunkt: Schule Nordost  
Gebühr: Euro 24,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

**Laufen für Einsteiger**

**SB**

Leitung: Marc Oliver Rieckhoff  
Dieser Kurs ist für Laufanfänger gedacht. Das Ziel des Kurses ist es, ca. 25 min am Stück durchlaufen zu können. Es finden zwei Trainingseinheiten in der Woche statt. Herr Rieckhoff zeigt Ihnen die richtige Lauftechnik und Sie steigern Schritt für Schritt Ihre Ausdauer.  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 10mal dienstags u. donnerstags, 19.00 bis 20.00 Uhr  
Treffpunkt: „Unter der Brücke“ im Schwarzenbeker Stadtpark  
Gebühr: Euro 40,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**Selbstverteidigung**

**Selbstverteidigung  
für Kids 6-12 Jahre**

**DA**

Leitung: Yasmin Faslija, Trainerin Kampfkunst/ Selbstverteid.  
Schwerpunkt bei der Selbstverteidigung für Kinder ist die Wahrnehmung von Gefahrensituationen, das Vermeiden solcher Situationen sowie das sichere Handeln. Die Kinder lernen die unterschiedlichen Bedeutungen der Körpersprache kennen und wie sie eine sichere und der Situation entsprechende Körperhaltung einnehmen. Vor allem in Konfliktsituationen ist das „richtige und feste Stehen“ wichtig. Die Teilnehmer erlernen kindergerechte Befreiungstechniken, die wenig Kraft voraussetzen, deren Ursprung im trad. chin. Kung Fu zu finden sind. Kung Fu ist eine Kampfkunst die mit der Kraft des Gegners arbeitet. Speziell abgewandelt für Kinder sind die Techniken sehr effektiv. Die Kinder lernen, dass die geschulten Verteidigungstechniken nur für den Notfall bestimmt sind. Es wird die Haltung und die richtige Führung von Armen und Beinen bei Schlägen und Tritten erlernt. Bitte Sportbekleidung/-schuhe, Handtuch und Trinken mitbringen  
Termin: Mo 10.10. - Mi 12.10.11 von 9.30 bis 10.30 Uhr  
Ort: Gemeindehaus Kröppelshagen, Schulweg 1  
Gebühr: Euro 11,00 **Kurs-Nr. U 730 02**  
VHS Dassendorf  
Verbindliche Anmeldung unter Tel. 04104/699 146  
Auskunft zum Kurs per Mail: yasmin@self-defense-hamburg.de

**Selbstverteidigung  
für Jugendliche**

**DA**

Leitung: Yasmin Faslija, Trainerin Kampfkunst/ Selbstverteid.  
Kursinhalt siehe oben. Bitte mitbringen: Sportbekleidung/-schuhe, Handtuch und Trinken.  
Beginn: 09.09.2011 **Kurs-Nr. U 730 04**  
Termin: 6mal freitags von 17.00 bis 18.00 Uhr  
Ort: Amtsgebäude Dassendorf, Christa-Höppner-Platz 1  
Gebühr: Euro 22,00  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 0178/ 64 19 412  
Auskunft zum Kurs per Mail: yasmin@self-defense-hamburg.de

**Selbstverteidigung  
für Frauen**

**DA**

Leitung: Yasmin Faslija, Trainerin Kampfkunst/Selbstverteid.  
In diesem Kurs lernen die Teilnehmerinnen

aus der Opferrolle zu gelangen. Anfangs werden Selbstbewusstsein und selbstsicheres Auftreten in der Öffentlichkeit geschult. Auch als Frau ist es möglich in Gefahrensituationen „Herr der Lage“ zu werden. Dazu erlernen die Teilnehmerinnen, die eigene Körpersprache verstehen und beherrschen zu können. Die Befreiungs-/Abwehr- und Verteidigungstechniken kommen aus dem traditionellen chin. Kung Fu. Dies ist eine Kampfkunst, die weniger mit der eigenen Stärke zu tun hat sondern mit der Kraft des Gegners arbeitet. Dies ist elementar für die Selbstverteidigung einer Frau, da sie dem Gegner im Kräfteverhältnis zum größten Teil unterlegen ist. Primär werden die Teilnehmerinnen darin geschult aus einer Gefahren- bzw. Notsituation schnell und effektiv zu entkommen. Hierbei wird Wert auf einen festen Stand und leicht umsetzbare Techniken mit Armen und Beinen gelegt. Einer längeren gewaltvollen Auseinandersetzung wird somit aus dem Weg gegangen.  
Zusätzlich wird die Abwehr von Angriffen mit Waffen, wie z.B. mit Messern, thematisiert. Bitte mitbringen: Sportbekleidung/-schuhe, Handtuch und Trinken  
Beginn: 09.09.2011 **Kurs-Nr. U 300 01**  
Termin: 6mal freitags von 18.00 bis 19.00 Uhr  
Ort: Amtsgebäude Dassendorf, Christa-Höppner-Platz 1  
Gebühr: Euro 22,00  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 0178/ 64 19 412  
Auskunft zum Kurs per Mail: yasmin@self-defense-hamburg.de

**Kung Fu für Teens -  
Ferienkurs**

**DA**

Leitung: Yasmin Faslija, Trainerin Kampfkunst/ Selbstverteid.  
Kung Fu ist eine Jahrtausende alte Kampfkunst aus China. Sie ist der Ursprung vieler Kampfsportarten. Im Kung Fu wird nicht nur der Körper, sondern auch der Geist geschult. Im Training werden Ausdauer, Geduld, Konzentration, Kraft und Wahrnehmung, sowie die Regeln der Kampfkunst unterrichtet. Hand-/ Fußtechniken und auch das Umgehen mit Waffen sind Bestandteile des Kung Fu. Diese Kampfkunst arbeitet mit der Kraft des Gegners, es kommt auf die Technik an, nicht auf die körperliche Überlegenheit. Bitte mitbringen: Sportbekleidung/-schuhe, Handtuch und Trinken  
Termin: Montag 10.10. - Mittwoch 12.10.11 von 10.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: Gemeindehaus Kröppelshagen, Schulweg 1  
Gebühr: Euro 16,50 **Kurs-Nr. U 730 03**  
VHS Dassendorf  
Verbindliche Anmeldung unter Tel. 04104/699 146  
Auskunft zum Kurs per Mail: yasmin@self-defense-hamburg.de

**Kung Fu  
zum Kennenlernen**

**DA**

Leitung: Yasmin Faslija, Trainerin Kampfkunst/ Selbstverteid.  
Kursbeschreibung siehe oben (Ferienkurs Dassendorf).  
Bitte mitbringen: Sportbekleidung/-schuhe, Handtuch und Trinken  
Beginn: 09.09.2011 **Kurs-Nr. U 300 10**

Termine: 6mal freitags von 19.00 bis 20.00 Uhr  
Ort: Amtsgebäude Dassendorf, Christa-Höppner-Platz 1  
Gebühr: Euro 22,00  
VHS Dassendorf  
Verbindliche Anmeldung unter Tel. 04104/699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 0178/ 64 19 412  
Auskunft zum Kurs per Mail: yasmin@self-defense-hamburg.de

**Selbstverteidigung  
für Jungen und Mädchen  
(ab 8 Jahre)  
(Groß Grönau)**

**RZ**

Leitung: Uwe Schützek (Psychologischer Berater, Erziehungs-Lernberater)  
„Bis hierher und nicht weiter“, sagt der Tiger. Das kannst du auch! Bereits mit der richtigen Körperhaltung, Blick und Stimme kannst du schon viel Ärger vermeiden.  
Sollte das einmal nicht reichen, können dir einfache, aber wirkungsvolle Techniken hilfreich zur Seite stehen. Durch einfache Grundregeln kannst du dir diese schnell merken und anwenden. In vielen Übungen und Rollenspielen lernst du deine Kraft kennen und diese sinnvoll einzusetzen. Mit deinen Übungspartner/innen gehst du freundlich und kameradschaftlich um. An Schlagpolstern darfst du deine Kraft dann ausprobieren. Das führt zu mehr Selbstbewusstsein und Gelassenheit, da du dein Können und deine Stärke kennst.  
Max. Teilnehmerzahl: 12  
Beginn: 16.09.2011  
Termine: 10mal freitags, 17.00 bis 17.45 Uhr  
Ort: Waldschule Groß Grönau, Tannenredder 2  
Gebühr: Euro 30,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung: Tel. 0451 / 619 19 071 (Dozent)

**Sicherheitstraining**

**Sicher auf Skates  
für Kinder und Erwachsene**

**BÜ**

Leitung: Alexander Frenzel  
In diesem Kurs lernen Kinder und Erwachsene, sich sicher auf Skates fortzubewegen, zu bremsen und ohne Angst bergab zu fahren. Hand- und Knieschützer sind unbedingt mitzubringen. (Fahradhelm u. Ellenbogenschützer empfehlenswert)  
Außerdem bitte ein Paar alte Turn- oder Halbschuhe mitbringen. Bei Bedarf können Skates auf Anfrage direkt beim Kursleiter (Größenangabe) gegen Gebühr geliehen werden.  
Sonntag, 18.09.2011, 13.00 bis ca. 16.30 Uhr und  
Sonntag, 25.09.2011, 13.00 bis ca. 16.30 Uhr  
Veranstaltungsort: Parkplatz beim Edeka-

**DRK-Krankenhaus  
Möln | Ratzeburg**



**Deutsches Rotes Kreuz** (04541) 88 40  
[www.drk-krankenhaus.de](http://www.drk-krankenhaus.de)

**Gesundheit**  
 Markt an der Möllner Straße  
 Gebühr: Euro 35,00 (mind. 12 Teilnehmer)  
 VHS Büchen - Gudow e.V.,  
 Tel. 04155/3551  
 Schriftliche Anmeldung bei der VHS Büchen - Gudow

## Golf

### Golf - Platzurlaubnis - was nun?

LA

#### - Schritte nach der Platzreife -

Leitung: Bruce McAlister

Herrlich, Sie halten die Platzreife in der Hand! - Aber was nun, wie geht es weiter, wie verhalten Sie sich auf einem 18-Loch-Platz? Wenn Sie starten, ist vor und hinter Ihnen ein Flight. Es wird nach Stableford gespielt, zügig sollen Sie sich auf dem Fairway vorwärts bewegen.

Es geht also um Sicherheit, die Ihnen in diesem Kurs nach der Platzreife vermittelt wird. Der über viele Jahre erfahrene Golflehrer Bruce McAlister begleitet Sie bei den ersten Schritten auf dem Golfplatz. Er baut bei Ihnen Putting, Pitching, Chipping und Abschläge aus. Sie gewinnen an Sicherheit und spielen anschließend locker und fröhlich Ihre 18 Loch in der herrlichen Landschaft des Golfplatzes.

Beginn: 26.08.2011

Termine:

6mal freitags, 17.00 bis 20.00 Uhr

1mal freitags, 17.00 bis 19.00 Uhr

Gebühr Euro 195,00 - Gebührenermäßigung nicht möglich

Ort: GSL-Golfanlage Schloss Lüdersburg

VHS Lauenburg

Anmeldung: 0176 66621029, E-Mail: rfdriver@gmx.de

### Golf: Angriff - Handicap

LA

Leitung: Bruce McAlister

Wir attackieren unser Handicap mit Hilfe des Pros durch Intensivtraining:

Abschlag, Annäherungsschläge, Platzmanagement, Mentaltraining, Dehnung und Fitness, Videoanalyse und V1 Computeranalyse. Am Ende des Intensivkurses findet ein Abschlussturnier statt.

90% der Teilnehmer aus 2010 haben ihr Handicap verbessert.

Beginn: 24.08.2011

Termine: 10mal mittwochs, 18.00 bis 20.00 Uhr

Ort: GSL-Golfanlage Schloss Lüdersburg

Gebühr: Euro 195,00 - Gebührenermäßigung nicht möglich

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 0176 666 21029, E-Mail: rfdriver@gmx.de

### Ist Golf tatsächlich Sport? (Sonderkurs)

MÖ

Leitung: Mark Watkinson, Golftrainer

In diesem Kurs lernen die Teilnehmer/innen

die wichtigsten Grundlagen kennen. Neben den verschiedenen Griffhaltungen und dem richtigen Golfschwung, gibt es eine Einführung in Regeln und Etikette. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 8 Teilnehmer.

Kurs 1: Beginn: 10.09.2011, 11.00 bis 12.00 Uhr

Kurs 2: Beginn: 11.09.2011, 11.00 bis 12.00 Uhr

Folgetermine werden nach Absprache bekannt gegeben.

5 Veranstaltungen

Bitte für festes Schuhwerk und wetterfeste Bekleidung sorgen. Die Ausrüstung wird kostenfrei gestellt.

Ort: Golfclub Gut Grambek, Schlossstr.21, 23883 Grambek

Gebühr: Euro 100,00 keine Ermäßigung

VHS Mölln

Telefonische Anmeldung unter 0 45 42/ 8 96 60

### Golf - Grundkurs

SB

Leitung: Alen Mischkulnig

Ziel: Erlangung der Spielberechtigung für den Golfplatz Brunstorf

Kursinhalt: Vermittlung von praktischen Übungen sowie theoretischer Grundlagen.

6 Termine:

Sonnabend, 03.09.2011, 11.00 bis 12.30 Uhr

Sonntag, 04.09.2011, 11.00 bis 12.30 Uhr

Sonnabend, 10.09.2011, 11.00 bis 12.30 Uhr

Sonntag, 11.09.2011, 11.00 bis 12.30 Uhr

Sonntag, 18.09.2011, 11.00 bis 12.30 Uhr

Sonnabend, 24.09.2011, 16.00 bis 19.00 Uhr

Sie erhalten kostenlos Leihschläger inkl. Bag für die gesamte Zeitdauer und haben bis zum 31. Dezember 2011 Spielrecht auf dem Golfplatz. Der Kurs findet bei jedem Wetter statt! Am Ende des Kurses steht eine theoretische und praktische Prüfung statt.

Bitte bringen Sie Sportschuhe, wetterfeste Kleidung und viel gute Laune mit.

Ort: Golf & Countryclub Brunstorf (B207 Schwarzenbek Richtung Dassendorf)

Gebühr: Euro 169,00 - keine Ermäßigung möglich

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten) Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Golf - Aufbaukurs

SB

Leitung: Peter Miller

Ziel: Erlangung der allgemeinen Platztreife

6 Termine:

Sonnabend, 17.09.2011, 14.00 bis 15.30 Uhr

Sonntag, 18.09.2011, 14.00 bis 15.30 Uhr

Sonnabend, 24.09.2011, 14.00 bis 15.30 Uhr

Sonntag, 25.09.2011, 14.00 bis 15.30 Uhr

Sonnabend, 01.10.2011, 14.00 bis 15.30 Uhr

Sonntag, 02.10.2011, 14.00 bis 17.00 Uhr

Sie erhalten kostenlos Leihschläger inkl. Bag für die gesamte Zeitdauer und haben bis zum 31. Dezember 2011 Spielrecht auf dem Golfplatz. Der Kurs findet bei jedem Wetter statt! Am Ende des Kurses steht eine theoretische

und praktische Prüfung statt.

Bitte bringen Sie Sportschuhe, wetterfeste Kleidung und viel gute Laune mit.

Ort: Golf & Countryclub Brunstorf (B207 Schwarzenbek Richtung Dassendorf)

Gebühr: Euro 169,00 - keine Ermäßigung möglich

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Tennis

### Fit durch Tennis (Sonderkurs)

MÖ

Leitung: Stefan Birr, Tennistrainer

In diesem Kurs lernen die Teilnehmer/innen die wichtigsten Grundlagen des Tennisspiels kennen. Neben den verschiedenen Schlagtechniken wird auch besonderer Wert auf die Beinarbeit und Bewegungskoordination gelegt. Dieser Kurs ist geeignet für die Aktiven der Generation 50plus. Vorkenntnisse werden nicht erwartet. Schläger und Bälle werden gestellt. Sportzeug erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 8 Teilnehmer.

Beginn: nach Absprache

Termine: 7mal samstags, 9.30 bis 11.00 Uhr

Ort: Tennishalle Mölln, Wolliner Weg

Gebühr: Euro 70,00 - keine Ermäßigung

VHS Mölln

Telefonische Anmeldung unter Tel. 04542/8 96 60.

## Ernährung

### Das Leben sitzt im Darm

BÜ

Leitung: Marain Schmiedehausen (Heilpraktikerin)

Wie stetige Übersäuerung durch falsche, zu eiweißreiche Ernährung, Stress, toxische Metalle, Umweltgifte etc. zu Krankheit führt. Tipps für einen besseren Umgang mit sich selbst.

Donnerstag, 14.09.2011, 17.30 bis 19.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A 143

Gebühr: Euro 5,00

VHS Büchen-Gudow e.V.

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/890409

### Info-Abend für Säuglingsernährung Was ist das Beste für mein Baby?

BÜ

Leitung: Marion Flindt

Diese Frage stellt sich schon in der Zeit der Schwangerschaft. Trotz vielfältig angebotener Literatur bleiben oft Fragen offen:

- Gibt es Lebensmittel, die gemieden werden müssen?

- Sind Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll?

- Was braucht mein Baby? - Und was nicht?

- Welchen Brei kaufe ich oder koche ich lieber selbst?

- Kann ich Allergien beim Kind vermeiden?

Termin: Tag und Zeit nach Absprache

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A 116

Gebühr: Euro 6,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Information Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04155/129883

## Fasten

LA

Leitung: Jutta Stahlbock-Lindh,

Fastenleiterin

Fasten bedeutet eine ganzheitliche Umstim-

mung durch freiwilligen Verzicht auf feste Nahrung. So kann das innere Gleichgewicht wieder hergestellt werden.

Ein Loslassen wird erlebt, ein „sich besinnen“. Fasten wird erfolgreich zur Gewichtsreduktion eingesetzt und als Einstieg in eine gesunde Ernährung. Fasten kann z.B. bei Rheuma Erleichterung bringen.

Als ausgebildete Fastenleiterin bietet Frau Jutta Stahlbock-Lindh Fasten für Gesunde nach Buchinger / Lützner.

Einführungabend: 22.09.2011, 19.00 bis 20.30 Uhr

Fastenkurs: 01.10. bis 07.10.2011 (außer 03.10.), 19.00 bis 20.30 Uhr

Gebühr: Euro 30,00

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule

VHS Lauenburg

Anmeldung: Tel. 04176 9480552 oder 0152 27917878

E-mail: Jutta.Stahlbock@web.de

### Lebensmittel – Mittel zum (Über-)Leben?

LA

#### Weiterbildungsseminar für den Bereich Tagespflege, Kindertagesstätte und Grundschule

Leitung: Andrea Gieland, Dipl. Oecotrophologin

Zielgruppe: Erzieher(innen), Kinderpfleger(innen), Tagesmütter/-väter, ggf. Grundschullehrer(innen)

Lebensmittel sind materielle Mittel, wie Wasser und Nahrung, die zum menschlichen Leben notwendig sind. Ob für Erwachsene oder Kinder: Essen ist selbstverständlich. Wir essen täglich. Und manchmal essen wir auch Dinge, die wir gar nicht essen wollen. Es ist uns aber nicht bewusst, dass sie im Lebensmittel enthalten sind. Die Mittel zum (Über-)Leben sind Konsumgüter geworden. Manche sprechen unsere Geschmacksknospen ganz wunderbar an, manche locken mit spannenden Werbeversprechen und leider gibt es auch manche, die weit entfernt sind von Ethik und Wertvorstellungen. Vor dem Hintergrund der Essensbereitstellung für Kinder werden wir in diesem Seminar unserer „täglich Brot“ von einer anderen Seite kennenlernen. Welche Hinweise finden wir auf Etiketten und Verpackungen? Nicht jede E-Nummer bedeutet gleich Chemie, aber welche Zusatzstoffe bringen Vorteile? Ist Bio gleich Bio, was ist dran am Leid durch Light-Produkte und halten Kinderlebensmittel das, was sie versprechen? Einige der vielen Fragestellungen, die wir uns, genauer anschauen wollen. Denn ein achtsamer Umgang mit Mitteln zum Leben in den ersten Lebensjahren schafft nicht nur eine gute Basis zur Gesundheitserhaltung, sondern vermittelt Kindern auch Werte, die sich langfristig auf eine nachhaltige, sinnvollere Ernährungsweise in unserer Gesellschaft positiv auswirken können.

Termin: Samstag, 17.09.2011 11.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße

Gebühr: Euro 50,00 zuzügl. Euro 5,00 Materialumlage

Teilnahmebescheinigung über die VHS möglich.

VHS Lauenburg

Anmeldung bis zum 07.09.2011: Tel. 0175 4160052,

E-Mail: A.Gieland@t-online.de

## Silvia Tessmer

ist seit vielen Jahren als Buchhändlerin in Ratzeburg tätig. Sie steht Herrn Martens als Geschäftsführerin der Volkshochschule Ratzeburg zur Seite. Ihre hauptsächlich

Tätigkeit umfasst die Bereiche der Herstellung des Programmheftes, die Erstellung und Bearbeitung der Internetseite sowie Verwaltung der Kurs- und Personendaten.





**Lebensmitteleinkauf:**  
**Vorsicht Falle!**  
**Gesunde Ernährung beginnt beim Einkauf**  
Leitung: Renate Frank, Dipl. Oecotrophologin  
Kursbeschreibung siehe unten (Ratzeburg)  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 3mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg  
und Besuch eines Supermarktes  
Gebühr: Euro 11,70 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung -  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 41 58 / 80 30 oder  
Mail: Info@Ernaehrungsberatung-Frank.de

**RZ**

**Mit Gewürzen aus dem Alltagstrott**  
Leitung: Renate Frank, Dipl. Ernährungswissenschaftlerin  
Kursbeschreibung siehe unten (Sandesneben).  
Es wird eine Kochumlage erhoben.  
Termine Theorie: 2mal dienstags, 25.10. und 01.11.2011,  
jeweils 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Grund- und Hauptschule Nusse  
Termin Praxis: Dienstag, 15.11.2011, 18.00 bis 21.00 Uhr  
Ort: Lehrküche der Grund- und Hauptschule Nusse  
Gebühr: Euro 32,00 zzgl. Kochumlage  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

**NU**

**Stillen - ein Geschenk für's Leben**  
Leitung: Jutta Kropla (Krankenschwester, Stillberaterin)  
Sie bekommen ein Baby und möchten es stillen? Das ist super! An zwei Abenden bekommen Sie viele Tipps und Informationen rund ums Stillen.  
1. Abend:  
- Warum ist Stillen überhaupt wichtig?  
- Die ersten prägenden Stunden mit dem Baby.  
- Der erfolgreiche Weg zum Stillen  
- Stillen nach Kaiserschnitt  
- Ernährung in der Stillzeit  
2. Abend:  
- praktisches Erlernen verschiedener Stilltechniken.  
- stillen und arbeiten - wie geht das?  
- Beikost - wie, wann, was?  
- Die Rolle des Vaters in der Stillzeit  
- Zeit für Fragen  
Begrenzte Teilnehmerzahl (10)  
Kurs 1: 6. und 13. Oktober 2011  
Kurs 2: 10. und 17. November 2011  
Termine: donnerstags, 19.00 bis 21.00 Uhr  
Ort: Ev. Familienbildungsstätte, Ratzeburg  
Gebühr: Euro 30,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 04544 / 891008 (Dozentin)  
Email : e.kropla@t-online.de

**RZ**

**Verführungskünste der Lebensmittelindustrie - wie der Verbraucher erkennt, was er einkauft**  
Leitung: Renate Frank  
Wissen Sie immer genau, was Sie in Ihren Einkaufswagen legen? Auch wenn man weiß über gesunde Ernährung weiß, kann es passieren, dass sich der probiotische Joghurt als Zuckermilch, der vermeintliche Käse als

**RZ**

Abfallprodukt und das wertvolle Delikatessöl als totgekochtes Allerweltsöl entpuppt. Wenn Sie genau wissen möchten, was sich in den Lebensmittelpackungen befindet, machen Sie mit bei einer Entdeckungstour durch einen Supermarkt und einer anschließenden Auswertung der Ergebnisse.  
Beginn: 23.11.2011  
Termine: 3mal mittwochs, 20.00 bis 21.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
Gebühr: Euro 20,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 04158 / 8030 (Dozentin)  
Email: info@Ernaehrungsberatung-Frank.de

**Mit Gewürzen aus dem Alltagstrott**  
Leitung: Renate Frank, Dipl. Ernährungswissenschaftlerin  
Wie Gewürze für die richtige Würze im Leben sorgen, wird in diesem Kurs gezeigt. Gewürze bringen nicht nur Abwechslung in den täglichen Speiseplan, sondern unterstützen auch das Wohlbefinden und die Gesundheit. Durch richtiges Würzen können viele Beschwerden verhindert oder gelindert werden. In dem Kurs wird in Theorie und Praxis gezeigt, wie Gewürze Speisen den richtigen Pfiff geben, welche Heilwirkung die verschiedenen Gewürze haben und wie sie in der Naturheilkunde und Küche angewendet werden.  
Es wird eine Kochumlage erhoben.  
Termine Theorie: 2mal dienstags, 25.10. und 01.11.2011,  
jeweils 18.00 bis 19.30 Uhr  
Ort: Schulzentrum Sandesneben  
Termin Praxis: Dienstag, 08.11.2011, 18.00 bis 21.00 Uhr  
Ort: Lehrküche im Schulzentrum Sandesneben  
Gebühr: Euro 32,00 zzgl. Kochumlage  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

**SN**

**Ernährung bei Krebs Kochkurs in Zusammenarbeit mit FAKT**  
Leitung: Renate Frank, Dipl. Oecotrophologin  
Dieser Kurs wird in Zusammenarbeit mit FAKT (Verein zur Förderung ambulanter Krebstherapie) durchgeführt.  
Thema dieses (Koch-) Kurses ist die Ernährung bei Krebs während und nach der Therapie in Theorie und Praxis.  
Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch mit!  
Beginn: 13.01.2012  
Termine: 3mal freitags, 17.00 bis 20.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Realschule, Lehrküche  
Gebühr: Euro 23,50 plus Lebensmittelumlage  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

**SB**

**Glutenfrei Kochen und Backen bei Zöliakie**  
Leitung: Renate Frank, Dipl. Oecotrophologin  
Thema dieses (Koch-) Kurses ist die Ernährung bei Zöliakie in Theorie und Praxis. Glutenfreie Ernährung muss nicht langweilig und einseitig sein. Sie werden viele schmackhafte Gerichte aus glutenfreien Zutaten zubereiten und Informationen zu einer ausgewogenen Ernährung bei Zöliakie erhalten.  
Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch mit!  
Beginn: 23.09.2011

**SB**

Termine: 2mal freitags, 17.00 bis 20.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Realschule, Lehrküche  
Gebühr: Euro 16,00 plus Lebensmittelumlage  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**Gesunde Ernährung für Kinder**  
Leitung: Andrea Reckler, Dipl. Oecotrophologin  
Kindern Spaß an gesunder Ernährung zu vermitteln ist eine wichtige Aufgabe für Eltern und Großeltern. Aber was ist überhaupt eine gesunde Ernährung für Kinder? Wie können Sie Ihre Kinder/Enkelkinder an eine gesunde Ernährung heran führen, ohne ihnen die Lust am Essen zu nehmen? Sie bekommen zahlreiche Informationen über den derzeitigen Stand der Kinderernährung, praktische Anleitungen einer ausgewogenen Vollwerternährung (es wird gekocht!) und Tipps und Vorschläge für eine moderne Ernährungserziehung.  
Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch mit!  
Beginn: 29.09.2011  
Termine: 2mal donnerstags, 9.00 bis 12.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Realschule, Lehrküche  
Gebühr: Euro 16,00 plus Lebensmittelumlage  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**SB**

**Lebensmitteleinkauf: Vorsicht Falle! Gesunde Ernährung beginnt beim Einkauf**  
Leitung: Renate Frank, Dipl. Oecotrophologin  
Kursbeschreibung siehe oben (Ratzeburg).  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 2mal montags, 20.00 bis 21.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Realschulgebäude, Lehrküche  
Gebühr: Euro 8,00  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**SB**

**Pflege / Kosmetik Erste Hilfe**  
**Lebensrettende Sofortmaßnahmen Pflichtkurs zum Führerscheinwerb PKW**  
Leitung: Gisela Scheel, staatl. gepr. Rettungssassistentin  
Lebensrettende Sofortmaßnahmen am Unfallort. Pflicht zum Erwerb vom Führerschein für PKW, Motorrad.  
Jeder Teilnehmer erhält eine anerkannte Teilnahmebescheinigung. Auch für alle, die ihre Kenntnisse auffrischen wollen.  
Samstag, 17.09.2011, 10 Uhr (8 Unterrichtseinheiten)  
Ort: Bürgerhaus Gudow, Kaiserberg 15  
Gebühr: Euro 20,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04542/837137

**GU**

**Erkrankungen / Heilmethoden / Sucht**  
**Herausforderung Demenz/Alzheimer**  
Leitung: Barbara Kollenbrandt  
An diesem Abend erfahren Sie Wissenswertes über die Erkrankung und erhalten

**BE**

Anleitungen und Anregungen zum Umgang mit erkrankten Menschen. Frau Barbara Kollenbrandt ist Diplomsozialarbeiterin und seit 10 Jahren für die Alzheimer Gesellschaft Ratzeburg tätig.  
Termin: Donnerstag, 27.10.2011, 17.00 bis 19.00 Uhr  
Schule in Berkenthin  
Gebühr: keine  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: Kollenbrandt Tel. 04544/1377,  
Internet: vhs-berkenthin.de

**Demenzbetreuung**  
Leitung: Christiane Hoyer, Demenzbetreuerin u. Stressbewältigerin  
In einem wertschätzenden und geschützten Rahmen schauen wir uns an, was es bedeutet, einen nahen Menschen mit einer Demenzerkrankung zu begleiten. Mit Achtsamkeit können wir uns selbst und dem Erkrankten begegnen lernen. Wir üben uns in Methoden um besser mit den Belastungen umzugehen.  
Termine:  
Dienstag, 08.11.2011, 19.00 bis 21.00 Uhr  
Samstag, 12.11.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr  
Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
Gebühr: Euro 27,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: 04862 102633, 040 4327075 tagsüber,  
E-Mail: Hoyer1957@web.de

**LA**

**Was macht eigentlich ein Heilpraktiker**  
Leitung: Marain Schmiedehausen, (Heilpraktikerin)  
Diagnosemöglichkeit, Therapieverfahren in der Theorie und mit praktischer Durchführung.  
Termin: Montag, 19.09.2011, 17.30 bis 19.00 Uhr  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A116  
Gebühr: Euro 5,00  
VHS Büchen-Gudow  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/890409

**BÜ**

**Mineralstofftherapie nach Dr. Schübler**  
Leitung: Maria Lehrke, Heilpraktikerin  
Dieser Kurs ist für alle, die mit den Schübler Salzen arbeiten, aber auch für diejenigen, die noch keine Erfahrung mit den Schübler Salzen haben und diese kennen lernen möchten.  
Es werden folgende Themen behandelt: Osteoporose, Erkältungskrankheiten, Allergien und Wechseljahresbeschwerden.  
Beginn: 25.10.2011  
Termine: 4mal dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule in Berkenthin  
Gebühr: Euro 15,00 (13,00)

**BE**

**DRK-Krankenhaus Mölln | Ratzeburg**

Deutsches Rotes Kreuz (04541) 88 40  
www.drk-krankenhaus.de



VHS Berkenthin  
Anmeldung: Lehrke, Tel.  
04536-898398 Internet:  
vhs-berkenthin.de

### Schüssler-Salze - 12 Salze des Lebens - Einführungskurs -

LA  
Leitung: Isabell Kaul-Hofmann - Heilpraktikerin  
Die homöopathisch aufbereiteten Salze des Arztes Heinrich Schüssler (1821 - 1898) helfen uns dabei, unseren lebenswichtigen Mineralstoffwechsel im Körper auszugleichen. Durch die gezielte Einnahme des richtigen Salzes wird der Stoffwechsel vermehrt angeregt, das Immunsystem gestärkt und die notwendige Entgiftung des Körpers unterstützt. Durch diese hilfreiche Anregung körpereigener Vorgänge werden wir unterstützt, unser persönliches Idealgewicht zu finden.  
Termin: Samstag, 10.09.2011, 10.00 bis 17.00 Uhr  
Ort: Weingartenschule, Weingarten 10, Lauenburg  
Gebühr: Euro 40,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04136 / 913600, E-Mail: praxisikh@gmail.de

### Homöopathische Taschenapotheke

LA  
Leitung: Isabell Kaul-Hofmann - Heilpraktikerin  
Vor über 200 Jahren entwickelte der Arzt Samuel Hahnemann die klassische Homöopathie. Wir lernen die wichtigsten Mittel kennen, die wir in Akutfällen verabreichen können, bevor wir ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen. Um in der Anwendung der bewährten Taschenapotheke an Sicherheit zu gewinnen, befassen wir uns an diesen Abenden mit den typischen Einsatzbereichen der homöopathischen Mittel im Alltag von A wie Allergie über M wie Magenbeschwerden bis Z wie Zerrung.  
Termin: Samstag, 05.11.2011, 10.00 bis 17.00 Uhr  
Ort: Weingartenschule, Weingarten 10, Lauenburg  
Gebühr: Euro 40,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04136 / 913600, E-Mail: praxisikh@gmail.de

### Bachblüten - 38 Blüten für die Seele

LA  
Leitung: Isabell Kaul-Hofmann, Heilpraktikerin  
Intensiv beschäftigen wir uns an diesem Samstag mit den Seelenblüten, erfahren wie der britische Arzt Dr. Edward Bach 1886-1936) auf sie gekommen ist und wo Ihre Grenzen liegen.  
Termin: Samstag, 27.08.2011, 10.00 bis 17.00 Uhr  
Ort: Weingartenschule, Weingarten 10, Lauenburg  
Gebühr: Euro 40,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04136 / 913600, E-Mail: praxisikh@gmail.de

### Kinderkrankheiten mit Naturheilmitteln behandeln

NU  
Leitung: Maria Lehrke, Heilpraktikerin  
Kursbeschreibung siehe unten (Sandesneben).  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 4mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nusse  
Gebühr: 30,00 Euro  
VHS Sandesneben-Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel.  
04536/808262

### Kinderkrankheiten mit Naturheilmitteln behandeln

SN  
Leitung: Maria Lehrke, Heilpraktikerin  
Plötzlich läuft die Nase, es wird über Bauchschmerzen geklagt und das Kind wird krank. Oft kann man mit sanften Mitteln aus der Naturheilkunde helfen. In diesem Kurs werden die wichtigsten Symptome bei Kindern erarbeitet und anschließend die naturkundlichen Möglichkeiten der Selbstbehandlung besprochen. Ferner werden wir auch darauf eingehen, was man zur Vorbeugung von Krankheiten tun kann.  
Beginn: 06.09.2011  
Termine: 4mal dienstags, 20.00 bis 21.30 Uhr  
Ort: Schulzentrum Sandesneben  
Gebühr: 30,00 Euro  
VHS Sandesneben-Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel.  
04536/808262

### Was ist Kinesiologie?

LA  
Leitung: Dipl. phil. Dorothea Machon, Heilpraktikerin  
Was verbirgt sich hinter dieser ganzheitlichen Heilmethode und welches geistige Konzept steht dahinter? Welche besonderen Möglichkeiten eröffnen sich durch die Arbeit mit dem kinesiologischen Muskeltest, der wie ein körpereigenes Messinstrument eingesetzt wird. An diesem Abend bekommen Sie einen Eindruck über diese Methode, können einmal selber den Test ausprobieren, lernen ein paar wichtige kinesiologische Selbsthilfeübungen kennen und erleben eine kurze Behandlungsdemonstration.  
Montag, 28.03.2011, 19.00 bis 21.30 Uhr  
Gebühr: Euro 7,00  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel:04153 51195, E-Mail:  
d.machon@gmx.de

### Reiki 1. Grad

BR  
Leitung: Astrid Kutschke  
Ausbildung für den 1. Reiki-Grad.

Reiki ist eine Methode, die Lebenskraft (Ki) mit universeller Energie (Rei), die letztlich allem zugrunde liegt, zu kombinieren. Diese hat ausgleichenden harmonisierenden Charakter, stärkt bei regelmäßiger Anwendung die Lebenskraft und das Immunsystem, fördert den Schlaf. Man wird besser mit Stress, Krisen und Krankheit fertig.  
Mitzubringen sind bequeme Kleidung, Wolldecke, kleines Kissen, Socken sowie Essen und Trinken.  
Es gibt keine Ermäßigung der Kursgebühren.  
Termin: Samstag, 17.09.2011, 09.30 bis 18.00 Uhr  
Ort: Aula der Schule Breitenfelde,  
Gebühr: Euro 40,00 + Materialkosten Euro 4,50 € an die Dozentin  
VHS Breitenfelde, Tel. 04542/853 690

### Reiki 2. Grad

BR  
Leitung: Astrid Kutschke  
Ausbildung für den 2. Reiki-Grad.  
Die Einweihungen zu den Symbolen und die Arbeit mit den Techniken des 2. Reiki-Grades (hauptsächlich Kraftverstärkung, Mentalbehandlung und Fernreiki) bringen eine weitere Verstärkung der Verbindung mit Reike. Voraussetzung für die Teilnahme ist der 1. Reiki-Grad.  
Mitzubringen dicke Socken sowie Essen und Trinken.  
Es gibt keine Ermäßigung der Kursgebühren.  
Beginn: Mit der Dozentin absprechen (Tel. s. u.)  
Termin: 1mal Samstag, 09.30 bis 18.00 Uhr  
Ort: Aula der Schule Breitenfelde  
Gebühr: Euro 95,00 + Materialkosten Euro 4,50 € an die Dozentin  
VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690  
Dozentin: Tel. 04542/89973

### Reiki 1

BÜ  
Leitung: Meike Verwied  
Im Rahmen des ganzheitlichen Entspannungstrainings wirkt Reiki in das Energiefeld, das jeden umgibt. Es dient dazu, den Fluss der Lebensenergien zu verstärken. Die Technik ist einfach und schnell zu erlernen. Der Kurs beinhaltet die erste Stufe des Reikisystems. Bitte eine Isomatte, Decke und Kissen mitbringen.  
Samstag, 19.11.2011, 11.00 bis 17.00 Uhr  
Sonntag, 20.11.2011, 12.00 bis 18.00 Uhr  
Ort: Schulzentrum Büchen, Multifunktionsraum

Gebühr: Euro 55,00 plus Materialkosten Euro 5,00  
VHS Büchen - Gudow e.V., Tel. 04155/3551  
Information bei der Kursleiterin, Tel. 040 / 40 21 97  
Schriftliche Anmeldung bei der VHS Büchen - Gudow

### Reiki für Kinder im Alter von 6 bis ca. 14 Jahren

LA  
Leitung: Anita Brock-Schulz  
Kursbeschreibung siehe unten (Lauenburg, Reiki I)  
1 Wochenende  
Termine: Samstag/Sonntag, 10./11.09.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr  
Ort: Teezimmer Hotel Bellevue, Blumenstraße 29  
Gebühr: Euro 50,00 plus Euro 5,00 Materialkosten  
(Keine Ermäßigung)  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04136 / 911450, E-Mail: migdal@web.de

### Reiki I Ausbildung für den 1. Reiki-Grad

LA  
Leitung: Anita Brock-Schulz  
Reiki, der ganz sanfte Weg über die Hände den Körper mit Energie zu versorgen, Beschwerden zu lindern bei Mensch, Tier und Pflanzen.  
Bitte bequeme Kleidung, Wolldecke und kleines Kissen mitbringen.  
1 Wochenende  
Termine: Samstag/Sonntag, 03./04.09.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr  
Ort: Teezimmer Hotel Bellevue, Blumenstraße 29  
Gebühr: Euro 50,00 plus Euro 5,00 Materialkosten  
(Keine Ermäßigung)  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04136 / 911450, E-Mail: migdal@web.de

### Reiki II Ausbildung für den 2. Reiki-Grad

LA  
Leitung: Anita Brock-Schulz  
In diesem Seminar lernen Sie den korrekten Umgang mit den Reiki 2 Symbolen und erhalten die Fähigkeit, sie einzeln anzuwenden und mit ihnen Fernbehandlungen

## Malkurs für Kinder und Jugendliche

Herr Ludzuweit arbeitet erfolgreich als freier Künstler an verschiedenen Projekten. Viele seiner Skulpturen sind in Ratzeburg und Mölln zu sehen. Als Kursleiter von Malkursen ist er seit 2009 an der Volkshochschule Dassendorf tätig. Malen wirkt entspannend auf Körper, Geist und Seele,

fördert die eigene Kreativität und steigert das Konzentrationsvermögen, natürlich auch bei Kindern. Somit wählt Herr Ludzuweit bewusst den Wochenausflug am Freitagnachmittag als Kurstag. Einige seiner kleinen Teilnehmer/-innen sind schon über mehrere Semester im Kurs.





# Aufbaukeramik

Hier werden von den Teilnehmern unter der Anleitung von Frau Gisela Görke kleine und grössere Kunstwerke aus Ton hergestellt. Alle Gegenstände werden erst modelliert, die Feinheiten herausgearbeitet, danach glasiert und am Ende gebrannt. Bei der Anfertigung der Teile ist Ihrer eigenen Kreativität keine Grenzen gesetzt. Sind Sie neugierig geworden, dann besuchen Sie doch im Herbstsemester an der VHS Sandesneben-Nusse diesen Kurs.



Gebühr: Euro 15,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/3329869

## Porträtzeichnen - für Jugendliche und Erwachsene

Leitung: Margret A. Harms  
In diesem Kurs werden die Grundlagen (Aufbau und Proportionen) des Porträtzeichnens vermittelt. Das Zeichnen erfolgt auch nach Modellen.  
Vorbesprechung: 06.09.2011, 18.30 Uhr  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum 116  
Beginn: 13.09.2011  
Termine: 4mal dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A143  
Gebühr: Euro 15,00  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/3329869

durchzuführen.  
Da dieses Seminar den 1. Reiki-Grad zur Voraussetzung hat, bringen Sie bitte Ihre Urkunde des 1. Reiki-Grades mit.  
Bitte bequeme Kleidung, Wolldecke und kleines Kissen mitbringen.  
1 Wochenende  
Kurs 1: Samstag/Sonntag, 29./30.10.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr  
Kurs 2: Samstag/Sonntag, 26./27.11.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr  
Ort: Teezimmer Hotel Bellevue, Blumenstraße 29  
Gebühr: je Euro 100,00 plus Euro 5,00 Materialkosten  
(Keine Ermäßigung möglich)  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04136 / 911450, E-Mail: migdal@web.de

## Reiki-Treffen

Leitung: Anita Brock-Schulz  
Teilnehmer/innen des 1. und 2. Reiki-Grades haben in diesem Kreis Gelegenheit, Reiki anzuwenden und sich über die inzwischen gemachten Erfahrungen auszutauschen. Selbstverständlich sind auch Interessierte, die ehemals bereits ein Reiki-Seminar besucht haben, herzlich willkommen.  
Bitte bequeme Kleidung, Wolldecke und kleines Kissen mitbringen.  
Samstag, 21.05.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr  
Ort: Clubraum Hotel Bellevue, Blumenstraße 29  
Gebühr: Euro 25,00 (Keine Ermäßigung möglich)  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04136 / 911450

## Raucher - Entwöhnung

Leitung: Angelika Kühl, Dipl. Psychologin  
Mit Hilfe von bewährtem mentalen Training und behutsam angeleiteten Gesprächen in der Gruppe werden Sie in 5 Sitzungen bereits zum glücklichen Nichtraucher! Inklusive Ernährungsberatung und Entspannungsübungen.  
Beginn: 05.10.2011  
Termine: 5mal mittwochs, 18.00 bis 19.00 Uhr  
5.10./26.10./02.11./09.11./16.11.2011  
Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
Gebühr: Euro 20,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: 04155 823051 oder 0157 88208171  
E-mail: kuehl.parlow@gmx.de

## Kultur und Gestalten

### Kalligrafie

Leitung: Susanne Speer  
Beginnend mit einer Unzialschrift werden verschiedene kalligrafische Alphabete erlernt, um im Verlauf des Kurses u. a. Lesezeichen, Weihnachtskarten und Schriftblätter zu gestalten. Anfänger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen. Bitte unbedingt Wasserglas, alten Pinsel, Untertasse zum Farbenmischen und Papier mitbringen. Wenn vorhanden: Bandzugfedern, Federhalter und Aquarellfarben. Material kann gegen Gebühr auch bei der Kursleiterin erworben werden.  
Beginn: 27.09.2011  
Termine: 8mal dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule in Berkenthin  
Gebühr: Euro 28,00 (26,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: VHS Berkenthin Tel. 04544/413, Fax: 04544/614, Internet: vhs-berkenthin.de

## Malen / Zeichnen

### SEHEN - ZEICHNEN - MALEN

Leitung: Hella Seith, Tel. 04104/1523  
Semesterschwerpunkt: Der Mensch als „Solist“ und in Gruppen  
Beginn: 01.09.2011  
Termine: 11mal donnerstags, 19.00 bis 21.00 Uhr  
Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule Aumühle  
Gebühr: Euro 66,00  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung bitte bei der Kursleiterin

## WORKSHOP - Studien der menschlichen Gestalt mit Modell (Akt oder bekleidet)

Leitung: Hella Seith, Tel. 04104/1523  
Max. 8 Teilnehmer  
Termin: Sonnabend, 12.11.2011, 12.00 bis 17.00 Uhr  
Gebühr: Euro 25,00 + Modellgeld  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Verbindliche Anmeldung bitte bis zum 30.10.2011 bei der Kursleiterin

## Öl- und Acrylmalerei am Wochenende für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Leitung: Jolanta Wilk-Kähler

Dieser Kurs richtet sich an alle, die einen Einblick in die Ölmalerei bekommen möchten. Es werden Grundkenntnisse des Malens mit künstlerischen Ölfarben an einem Wochenende in lockerer Atelieratmosphäre vermittelt. Auf Wunsch kann auch mit Acrylfarbe gemalt werden.  
Samstag, 10.09.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr und Sonntag, 11.09.2011, 10.00 bis 15.00 Uhr  
Ort: Atelier Börnberg 2 in Berkenthin  
Gebühr: Euro 25,00 (23,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: Wilk-Kähler, Tel. 04541/84637, Internet: vhs-berkenthin.de

## Garantiert Malen und Zeichnen lernen

Leitung: Susanne Speer  
Frei nach dem Erfolgsrezept von Betty Edwards „Garantiert zeichnen lernen“ ist dieser Kurs für alle diejenigen gedacht, die Lust an künstlerischen Gestalten und Schwierigkeiten mit dem „richtigen“ Sehen haben. Vielfältige zeichnerische und malerische Übungen helfen, mehr und mehr das auf Papier zu bringen, was Sie sehen und darstellen möchten. Die Materialauswahl ist frei. Die Materialauswahl ist frei: Aquarell-, Acryl- oder Pastellfarben. Es können auch Bunt- und Bleistifte benutzt werden. Bitte unbedingt Zeichenblock A3 Format, Bleistift 2B und einige Blätter weißes Kopierpapier mitbringen.  
Beginn: 29.09.2011  
Termine: 8mal donnerstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule in Berkenthin  
Gebühr: Euro 28,00 (26,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: VHS Berkenthin, Tel. 04544/413, Fax: 04544/614, Internet: vhs-berkenthin.de

## Malen und Zeichnen für Kinder 6 bis 12 Jahre

Leitung: Margret A. Harms  
In diesem Kurs werden Kinder durch Werke berühmter Künstler angeregt ihre eigenen Projekte zu gestalten. Individuelle Betreuung, Anleiten in verschiedene Techniken.  
Vorbesprechung: 06.09.2011, 18.45 Uhr  
Beginn: Beginn nach Absprache  
Termine: 4mal 14-tägig, freitags, Uhrzeit nach Absprache  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A143

## Grundkurs Zeichnen von 6-8 Jahre

Leitung: Ulf Ludzuweit, freier Künstler  
Nach unserer Phantasie gestalten wir Farbmuster mit Buntstiften und Tuscharben. Dabei lernen wir etwas über das Mischen von Farben und über Farblehre im Allgemeinen. Wir werden erfahren, welche Farben zusammen harmonisch wirken. Bitte mitbringen: Zeichenblock mit fester, rückseitiger Pappe, weiche Bleistifte, vorhandene Schultuscharben und Buntstifte  
Beginn: 09.09.2011  
Termine: 8mal freitags, 15.00 bis 16.00 Uhr  
Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
Gebühr: Euro 32,00 Kurs-Nr. U 720 50  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 969 077

## Aufbaukurs Zeichnen von 9-12 Jahre

Leitung: Ulf Ludzuweit, freier Künstler  
Wir zeichnen und malen weiterhin nach Stillleben und vertiefen, was wir über Perspektive, Licht und Schatten gelernt haben. Neben der farbigen Gestaltung der Zeichnung durch Kolorieren mit dem Tuschkasten möchte ich nun den Schwerpunkt auf Komposition legen, d. h. auf die Aufteilung der Flächen des Blattes. Bitte A3 Block mit fester Rückwand, verschiedene Bleistifte B-B4, Buntstifte, Zeichenkohle und ggf. Schultuschkasten mit Pinseln mitbringen.  
Beginn: 09.09.2011  
Termine: 8mal freitags, 16.15 bis 17.45 Uhr  
Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
Gebühr: Euro 48,00 Kurs-Nr. U 720 51  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 969 077

## Malen mit Ölfarben 1 und 2

Leitung: Edith Sillescu  
In diesem Semester wollen wir uns mit den Mal-Themen von Friedensreich Hundertwasser beschäftigen. zunächst mit der Spirale, dem Lieblingsmotiv von Hundertwasser. Bringen Sie bitte eine Leinwand (ca. 50 x 60 cm), Ölfarben, Spachtel, Pinsel und Freude an der Kreativität mit.  
Beginn Kurs 1: 12.09.2011 Kurs-Nr. U 205 01  
Termine: 10mal montags, 18.30 bis 21.00 Uhr



Beginn Kurs 2: 14.09.2011  
**Kurs-Nr. U 205 02**  
 Termine: 10mal mittwochs,  
 19.00 bis 21.30 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassen-

dorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 75,00 je Kurs  
 VHS Dassendorf

Verbindliche Anmeldung unter Tel. 04104/  
 699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 040/ 720 2789

## SEHEN - ZEICHNEN - MALEN LA

### Zeichnen lernen: Schritt für Schritt

Leitung: Helge Glabbar

TeilnehmerInnen sind begeistert von den 1-Tages-Malkursen, die seit Jahren bei der Volkshochschule erteilt werden. - Für diese und alle Hobbymaler eröffnen wir eine Zeichenschule, um Basiskenntnisse der Malerei zu vermitteln und das Handwerkszeug für selbstständiges Erstellen von Bildern mitzugeben. Frau Helge Glabbar wendet sich mit ihrem Kurs an EinsteigerInnen und an alle, die ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Mit verschiedenen Techniken (Linien, Schraffuren, Strichlagen, Hell-Dunkel) und Materialien (z.B. Bleistift, Kohle, Kreide) können unterschiedliche Themen (Stilleben, Figur, Porträt, Landschaft, Natur) umgesetzt werden. Durch Übungen und Experimente werden zeichnerische Möglichkeiten trainiert. Dabei werden weitere Materialien und die verschiedenen Anwendungsformen vorgestellt. Individuelle Betreuung, gemeinsame Bildbesprechung.

Bitte mitbringen: Bleistifte unterschiedlicher Härtegrade (HB, B2, B4) und schwarzer Finesliner (dünner Filzstift).

Weitere Materialbesprechung erfolgt am ersten Kurstag.

Beginn: 27.10.2011

Termine: 8mal donnerstags, 18.00 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Kunst-

raum, Schulstraße

Gebühr: Euro 54,00

VHS Lauenburg

Anmeldung: 04153 4888,

E-Mail: glabbar.vhs-lauenburg@gmx.net

## Zeichnen und Malen MÖ

Leitung: Anke Appel

Der Kurs verschafft handwerkliche Grundlagen. Es werden zeichnerisch elementare Übungen vermittelt über die man sich dann zum Stilleben, Porträtzeichnung sowie Landschaften hinarbeitet. Themen sind auch Farbenlehre und das Arbeiten mit verschiedenen Materialien wie Aquarell, Bundstifte und Acryl.

Material wird gegen Gebühr gestellt.

Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 10.00 bis 11.30 Uhr  
 Ort: Wasserkrüger Weg 31, Mölln

Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 045 42 / 9 06 69 38 oder  
 0 45 42 / 8 96 60

## Zeichnen und Malen MÖ

### mit Pastellkreide

Leitung: Anke Appel

Wenn Sie die Maltechnik der Pastellmalerei mit ihren Farben in unglaublicher Leuchtkraft ausprobieren wollen, sind Sie in diesem Kurs richtig.

Material wird gegen Gebühr gestellt.

Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal freitags, 10.00 bis 11.30 Uhr  
 Ort: Wasserkrüger Weg 31, Mölln

Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 045 42 / 9 06 69 38 oder  
 0 45 42 / 8 96 60

## Acryl-, Öl- und MÖ

### Pastellmalerei

Leitung: Eva Menn, Diplom Designerin

Sie können nach Lust und Laune unter fachlicher Anleitung unterschiedliche Techniken erproben und kombinieren. Die Motive sind individuell wählbar. Wie nebenbei erweitern Sie Ihre Kenntnisse in Perspektive, Proportion, Farbwirkung und Bildgestaltung.

Beginn: 08.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 19.15 bis  
 21.15 Uhr

Ort: Heilig Geist Zentrum, Gadebuscher Stra-  
 ße 13, Martin-Luther-Raum

Gebühr: Euro 64,50 (bei 8 Teilnehmern)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 4 51 / 6 11 62 65

## Portraits zeichnen

Leitung: Ebba Sakel, Diplom Graphikerin

Mit Stiften und Kreiden - von der Skizze zum Bild. Es werden auch Details gezeichnet. Bitte bringen Sie Fotos von Portraits mit. Außerdem werden Zeichenblock, 3 Bleistifte HB, B, B6, Radiergummi und Anspitzer benötigt.

Beginn: 14.09.2011

Termine: 8mal mittwochs, 17.00 bis 19.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg

Gebühr: Euro 31,20 (bei 8 Teilnehmern)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Ganze Personen zeichnen MÖ

Leitung: Ebba Sakel,

Diplom Graphikerin

Mit Stiften und Kreiden - von der Skizze zum Bild. Es werden auch Details gezeichnet. Bitte bringen Sie Fotos von Personen mit. Außerdem werden Zeichenblock, 3 Bleistifte HB, B, B6, Radiergummi und Anspitzer benötigt.

Beginn: 15.09.2011

Termine: 8mal donnerstags, 17.00 bis 19.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg

Gebühr: Euro 31,20 (bei 8 Teilnehmern)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Tiere zeichnen MÖ

Leitung: Ebba Sakel, Diplom Graphikerin

Mit Stiften und Kreiden - von der Skizze zum Bild. Es werden auch Details gezeichnet. Bitte bringen Sie Fotos von Tieren mit. Außerdem werden Zeichenblock, 3 Bleistifte HB, B, B6, Radiergummi und Anspitzer benötigt.

Beginn: 12.09.2011

Termine: 8mal montags, 17.00 bis 19.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg

Gebühr: Euro 31,20 (bei 8 Teilnehmern)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## Akt zeichnen MÖ

Leitung: Ebba Sakel, Diplom Graphikerin

Mit Stiften und Kreiden - von der Skizze zum Bild. Proportionen, Perspektive, Anatomie, Körperhaltungen. Es wird nach Vorgaben

und evtl. nach Modell gearbeitet. Es werden Zeichenblock, 3 Bleistifte HB, B, B6, Radiergummi und Anspitzer benötigt.

Termine: Freitag, 28.10.2011 16.30 bis  
 19.30 Uhr, Samstag 29.10.2011 Sonntag  
 30.10.2011 jeweils 14.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg

Gebühr: Euro 49,00 (bei 8 Teilnehmern)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

## „Ich weiß nicht, MÖ

### was ich malen soll...“ Ein Weg zum Bild

Leitung: Annette Mewes-Thoms, freisch.  
 Künstlerin

Dieses 2-teilige Seminar ist ein spannendes Kreativitätstraining, das der Förderung und Entwicklung der eigenen künstlerischen Arbeit dient. Es ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Teil 1: Der Weg

Bestehendes zerstören, auswählen, neu gruppieren, Formen, Figuren, Welten neu finden, wieder verwerfen...reflektieren. Rekonstruieren, neue Sinnzusammenhänge herstellen. Etwas erschaffen, das man sich nie traute. Respektlosigkeit vor der eigenen Angst entwickeln.

Teil 2: Die Gestaltung

Das entwickelte Thema in eine frei gewählte Technik (Zeichnung, Malerei, Collage, Mischtechnik...) umsetzen. Vorstellung und Werkanalyse der entstandenen Arbeiten im gemeinsamen Forum. Die künstlerische Praxis wird in beiden Teilen von individuellen Arbeitsgesprächen begleitet.

Teilnehmerzahl: 6 - 10

Termine:

Teil 1: 23. - 25.09.2011

Teil 2: 11. - 13.11.2011

Fr. 16 bis 21 Uhr, Sa. 10 bis 18 Uhr, So. 10 bis 18 Uhr

Ort: Möllner Werkstätten, Bgm. Oetkenstr. 1,  
 23879 Mölln

Gebühr: Euro 80,00 pro Wochenende + Material  
 Keine Einzelbuchung möglich!

VHS Mölln

Anmeldungen: 040/ 63 27 39 46 oder 0172-  
 7509757 oder AnnetteMewes-Thoms@  
 wt.net.de

## Malen für Kinder von RZ

### 6-12 Jahren (Groß Grönau)

Leitung: Marianne Haltermann

Spielerisches Erlernen der Malkunst im Kindesalter, kreatives Interesse wecken, Farben mischen, mit Pinsel, Stiften, Schwamm, Spachtel, Fingern usw. kindliches kreatives Sehen im Umfeld entwickeln und malerisch umsetzen; in gegenständlichen oder abstrakten Kompositionen ein Thema bildlich gestalten.

Bitte mitbringen: Malutensilien wie z.B. Buntstifte, Deck-, Wasser-, Acrylfarben, Pinsel, Malblock, Bleistift usw.

Begrenzte Teilnehmerzahl (10).

Beginn: 22.09.2011

Termine: 8mal donnerstags, 15.00 bis 17.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftshaus Alte Schule, Groß Grönau, „Lenschower Zimmer“

Gebühr: Euro 52,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung: Tel. 04509 / 2080 (Dozentin)

## Freude am Malen RZ

(Groß Grönau)

Leitung: Jutta Maier

Freude am Malen für Anfänger am Vormittag.  
 Begrenzte Teilnehmerzahl (10).

Beginn:

1. Kurs: 24.08.2011

2. Kurs: 02.11.2011

Termine: je 6mal mittwochs, 9.00 bis 12.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftshaus Alte Schule, Groß Grönau

Gebühr: Euro 52,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04509 / 70 72 32 (Dozentin)

## Grundlagen des Malens und RZ

### Zeichnens

Leitung: Jutta Maier

Freude am Malen für Anfänger am Vormittag.  
 Begrenzte Teilnehmerzahl (10).

Beginn:

1. Kurs: 24.08.2011

2. Kurs: 02.11.2011

Termine: je 6mal mittwochs, 9.00 bis 12.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftshaus Alte Schule, Groß Grönau

Gebühr: Euro 52,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04509 / 70 72 32 (Dozentin)

## Malen und Zeichnen RZ

### für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Heidi Nadeno

Jeder ist in unserer Gruppe herzlich willkommen und wird individuell gefördert bei freier Wahl der Themen, Stil und Technik. Auch werden Grundlagen der Gestaltung, wie Farbe, Form, Komposition besprochen und erarbeitet.

Vorhandenes Malmaterial kann mitgebracht werden.

Am Semesterende werden die Arbeitsergebnisse jeweils zu einer kleinen Ausstellung im SWR zusammengefasst.

Beginn: 28.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 9.30 bis 11.30 Uhr  
 (120 Min.)

Ort: SWR Hobbyraum II

Gebühr: Euro 43,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04509 / 8118 (Dozentin)

## Ölmalerei RZ

### für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Leitung: Julanta Wilk-Kähler (Dipl.-Künstlerin und Kunstpädagogin)

In diesem Kurs werden Grundkenntnisse des Malens mit künstlerischen Ölfarben vermittelt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Unter Anleitung einer Kunstpädagogin werden nach eigenen Wünschen einfache Motive gestaltet. Ziel des Kurses ist es, den Spaß an der Ölmalerei zu wecken und sich zu entspannen.

Bitte mitbringen: Malutensilien für Ölmalerei.

Vorbesprechung: 06.10.2011 um 18.45 Uhr  
 Beginn: 23.09.2011

Termine: 10mal freitags, 18.30 bis 20.30 Uhr  
 (120 Minuten)

Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg

Gebühr: Euro 58,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04541/84637 (Dozentin)



**Malen mit Acryl**

Leitung: Jolanta Wilk-Kähler (Dipl.-Künstlerin und Kunstpädagogin)  
 Sie arbeiten mit Acrylfarben auf Leinwand oder Papier. Anhand einfacher Beispiele werden die Grundlagen der Gestaltung des Bildes vermittelt. Ziel ist eigene Bildideen passend umzusetzen. Als Anregung dienen Fotos und Bilder. (Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Sie werden individuell betreut. Die Materialien können bei der Kursleiterin erworben werden.)

**RZ**

Beginn: 25.10.2011  
 Termine: 6mal dienstags 18.30 – 20.30 Uhr (120 Min.)  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 35,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541/84637 (Dozentin)

**Acryl-Spachtelbilder und Collagen (Groß Grönau)**

Leitung: Jolanta Wilk-Kähler (Dipl.-Künstlerin und Kunstpädagogin)  
 Sie malen mit Acrylfarbe oder modellieren mit Spachtelmasse verschiedene Motive auf der Leinwand. Diese Technik ermöglicht Ihnen 3D-Bilder und Collagen zu erstellen. Für die Collagen bringen Sie gern Ihre eigenen Materialien (z.B. Fotos, Dekoartikel, Bänder) mit. Das nötige Kursmaterial kann bei der Dozentin erworben werden.

**RZ**

Beginn: 24.10.2011  
 Termine: 6mal montags, 18.30 bis 20.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftshaus Alte Schule Groß Grönau, Hauptstr. 10  
 Gebühr: Euro 35,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541/84637 (Dozentin)

**Experimentelle Malerei**

Leitung: Ebba Sakel (Dipl. Grafikerin, freie Kunstdozentin, Malerin)  
 Künstlerischen Umgang in verschiedenen experimentellen Maltechniken mit Acryl- und Dispersionsfarben sowie Wasserfarben, Stiften und Kreiden.  
 Materialkunde, Abstraktionen, freies Malen, Zeichnen und experimentieren. Bitte mitbringen: Acrylfarben, Pinsel, Spachtel, festes Papier, Wasserbehälter, Schwamm, Lappen. Weiteres Material wird von der Künstlerin gestellt

**RZ**

Begrenzte Teilnehmerzahl (10)  
 Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 18.30 bis 20.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 48,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541 / 857227 (Dozentin)

**Ausdrucksmalen - Wochenendkurs**

Leitung: Ebba Sakel (Dipl. Grafikerin, freie Kunstdozentin, Malerin)  
 Ähnlich wie z.B. bei den Expressionisten geht es hier nicht um eine reale Wiedergabe von Motiven, sondern eher um Ideen, Gefühle und Gedanken, die zum Ausdruck gebracht werden möchten. Die Künstlerin steht Ihnen unterstützend zur Seite. Auf Wunsch finden Bildbesprechungen mit der Gruppe statt.

**RZ**

Bitte mitbringen: Material, was vorhanden ist und mit dem Sie gern arbeiten möchten, z. B. Farben, Papier, Pinsel, Malblock, Wasserbehälter usw.  
 Termin: Samstag, 19.11.2011, Sonntag, 20.11.2011  
 jeweils 14.00 bis 18.00 Uhr  
 Ort: Ev. Familienbildungsstätte, Marienstr., Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 42,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541 / 857227 (Dozentin)

**Landschaft- Zeichnen und Malen mit Stiften, Kreiden und Aquarell**

Leitung: Ebba Sakel (Dipl. Grafikerin, freie Kunstdozentin, Malerin)  
 Vom Entwurf zum Bild - Skizzieren, Bildaufbau, Proportionen, Perspektive, Strukturen, Schattierungen u.a.  
 Um Sicherheit zu erlangen, wird in der ersten Kurshälfte gezeichnet und in der zweiten Kurshälfte gemalt. Wobei gerade auch Zeichnungen sehr schön aussehen. Bitte am 1. Kurstag mitbringen: Fotos von Landschaften, 3 Bleistifte HB, B und B6, Zeichenblock, Radiergummi, Anspitzer  
 Beginn: 13.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 19.00 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 48,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541 / 857227 (Dozentin)

**RZ**

**Einführung in das Zeichnen Bleistift-Pastell-Kohle (Groß Grönau)**

Leitung: Jolanta Wilk-Kähler (Dipl.-Künstlerin und Kunstpädagogin)  
 Anhand einfacher Beispiele werden die Grundlagen der Gestaltung des Bildes, Komposition und Schattierung vermittelt.  
 Bitte bringen Sie Bleistifte, Zeichenblock und Radiergummi mit. Die Pastellkreiden können bei der Kursleiterin je nach Verbrauch bezogen werden.  
 Beginn: 24.10.2011  
 Termine: 6mal montags, 16.30 bis 18.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftshaus Alte Schule Groß Grönau, Hauptstr. 10  
 Gebühr: Euro 35,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541/84637 (Dozentin)

**RZ**

**Naturstudium und Stilleben mit Stiften, Kreiden und Aquarell**

Leitung: Ebba Sakel (Dipl. Grafikerin, freie Kunstdozentin, Malerin)  
 Vom Entwurf zum Bild - Skizzieren, Bildaufbau, Proportionen, Perspektive, Strukturen, Schattierungen u.a.  
 Motive aus der Natur, wie z.B. Federn, Muscheln, Steine, Blätter, Hölzer und vieles anderes, was Sie gern zeichnen und malen möchten. Später auch in Zusammenstellung mehrerer Gegenstände zu einer Komposition. Bitte am 1. Tag mitbringen: Gegenstände aus der Natur, Zeichenblock, Radiergummi, Anspitzer, 3 Bleistifte BH, B und B6  
 Begrenzte Teilnehmerzahl (10)  
 Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 15.00 bis 19.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-

**RZ**

Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 48,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541 / 857227 (Dozentin)

**Acryl - Malerei**

Leitung: Brigitta Werner Dück  
 Techniken wie Aquarell - Öl - oder Spachtelmalerei auf verschiedenen Malgründen wie Packpapier, Zeichenblock bis zum Keilrahmen ausprobieren.  
 Jegliches Material selber mitbringen.  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Sandesneben  
 Gebühr: Euro 45,00  
 VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
 Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

**SN**

**Aquarellmalerei 1**

Leitung: Marlies Reim  
 In gemütlicher Runde Maltechniken erlernen und eigene Ideen umsetzen. Materialliste gibt es am ersten Vormittag.  
 Mitzubringen sind: Lappen, Bleistift (B), Radiergummi, evtl. vorhandene Farben, Pinsel und Aquarellpapier.  
 Beginn: 14.09.2011  
 Termine: 10mal mittwochs, 9.30 bis 11.45 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**SB**

**Aquarellmalerei 2**

Leitung: Marlies Reim  
 Anfänger und Fortgeschrittene.  
 Kursinhalt siehe Kurs 1.  
 Beginn: 13.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 19.00 bis 21.15 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**SB**

**Aquarellmalerei 3**

Leitung: Marlies Reim  
 Kursbeschreibung siehe Kurs 1.  
 Beginn: 15.09.2011  
 Termine: 10mal donnerstags, 9.30 bis 11.45 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 60,00

**SB**

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Bob Ross - Malen**

**Landschafts-Malen nach BOB ROSS®**

Leitung: Rose Adrian-Trienen  
 Die Maltechnik des international bekannten Künstlers BOB ROSS garantiert Anfängern und Fortgeschrittenen erstaunliche künstlerische Erfolge. An nur einem Tag erarbeiten wir in einem Gemälde die Schönheit der Natur und verwirklichen schöpferisch und farbenfroh unsere kreativen Malträume. Mit fachkundiger Unterstützung werden Idee, Farbe und Form zu einer interessanten Komposition umgesetzt. Am Schluss nehmen wir das fertige Bild mit nach Hause.  
 Das erforderliche Material wird gestellt. Materialkosten für Leinwand, Farben, Malmedien, Bereitstellung von Spezialpinseln, Palette u. Staffelei betragen Euro 30,00 und werden von der Mallehrerin am Anfang des Kurses entgegengenommen.  
 Bitte mitbringen: „Malkleider“, eine Küchenrolle (Papier) und Baby-Öl-Tücher!  
 Termin: Sonntag, 18.09.2011, 10.00 bis 17.00 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule Lauenburg, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 19,00 zzgl. Materialkosten  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung & Info: Tel. 040 64508029 oder 0170 6280547,  
 E-Mail: rose.adriantrienen@web.de

**LA**

**Landschaftsmalen nach Bob Ross**

Leitung: Rose Adrian-Trienen  
 Der aus dem Fernsehen bekannte Künstler Bob Ross entwickelte einen Malstil, der schnell Erfolge garantiert. Sowohl Anfänger, die noch nie gemalt haben als auch Fortgeschrittene erlernen innerhalb kürzester Zeit die Schönheit der Natur zu malen und jeder kann sein selbst gemaltes, fertiges Ölgemälde mit nach Hause nehmen.  
 Das erforderliche Material (Leinwand, Farben, Pinsel, Palette, Staffelei etc.) wird gestellt. Die Materialkosten betragen Euro 30,00 und sind direkt an die Kursleiterin zu zahlen.

**SB**

*Probieren Sie unsere Steak-Karte und lassen Sie sich von unseren Spezialitäten vom Lavasteingrill verwöhnen!*



**...alles andere als Alltag**  
 Hauptstr. 7 (am ZOB) · MÖLLN · Tel. 0 45 42 / 985 34 75



Kultur

Bitte mitbringen: Imbiss, „Malkittel“, Papierküchenrolle, Babyöltücher  
Sonntag, den 06.11.2011, 10.00 bis 17.00 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude

Gebühr: Euro 30,00 zzgl. Materialkosten  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

## Plastisches Gestalten / Keramik

### Kindertöpfern ab 6 Jahre

Leitung: Myriam Homann

Bitte mitbringen: Küchenrolle und Schürze  
Beginn: 30.08.2011

Termine: 4mal dienstags

3mal Töpfern am 30.08., 06.09. und 13.09.2011, jeweils 15.15 bis 16.45 Uhr

Glasieren am 27.09.2011, 15.15 bis 17.30 Uhr  
Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule

Aumühle, Werkraum

Gebühr: Euro 20,00 zzgl. Materialkosten  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 0170 / 5110891

### Töpfern für Eltern und Kinder

Leitung: Myriam Homann

Bitte mitbringen: Küchenrolle u. Schürze  
Beginn: 25.10.2011

Termine: 4mal dienstags

3mal Töpfern am 25.10., 08.11. und 15.11.2011, jeweils 15.30 bis 17.00 Uhr

Glasieren am 22.11.2011, 15.30 bis 17.45 Uhr  
Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule

Aumühle, Werkraum

Gebühr: Euro 20,00 zzgl. Materialkosten  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 0170 / 5110891

### Töpfern für Anfänger u. Fortgeschrittene

Leitung: Myriam Homann

Beginn: 24.10.2011

Termine: 4mal montags

3mal Töpfern am 24.10., 31.10. und 07.11.2011, jeweils 18.45 bis 21.00 Uhr

Glasieren am 21.11.2011, 18.45 bis 21.00 Uhr  
Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule

Aumühle, Werkraum

Gebühr: Euro 20,00 zzgl. Materialkosten  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 0170 / 5110891

### Töpfern rund um Weihnachten

Leitung: Myriam Homann

Beginn: 10.11.2011

Termine: 4mal donnerstags

3mal Töpfern am 10.11., 17.11. und 24.11.2011, jeweils 15.30 bis 17.00 Uhr

Glasieren am 08.12.2011, 15.30 bis 17.45 Uhr  
Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule

Aumühle, Werkraum

Gebühr: Euro 20,00 zzgl. Materialkosten  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 0170 / 5110891

### Töpfern

Leitung: Gisela Görcke

Aufbaukeramik mit Ton. Herstellung nach eigenen Wünschen der Kursteilnehmer/innen.  
Beginn: 15.09.2011

Termine: 6mal donnerstags, 19.00 bis 21.15 Uhr

Ort: Schmiedeweg 2 in Klempau (Töpferei)  
Gebühr: Euro 26,00 (24,00) zzgl. Material- und Brennkosten

VHS Berkenthin

Anmeldung: Görcke Tel. 04508/333, Internet: vhs-berkenthin.de

### Aufbaukeramik mit Ton

Leitung: Gisela Görcke

Modellieren, Glasieren und Brennen von Tongefäßen und anderer Keramik. Frau Görcke hat eine eigene Töpferei.

Anfallende Materialkosten sind im Kurs zu bezahlen.  
Beginn: 07.09.2011

Termine: 9mal mittwochs 19.00 bis 21.15 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben

Gebühr: Euro 54,00

VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

### Werken

### Buchbinden - Gestalten von individuellen Büchern

Leitung: Alexandra Speth

Lassen Sie sich an diesem Nachmittag in die Kunst des Buchbindens einführen! Sie erstellen aus Karton, Buchbinderleinen, Bezugspapieren und einem Buchblock nach Ihren eigenen Wünschen ein (Notiz-) Buch. Mit der erlernten Technik lassen sich individuelle Bücher und Fotoalben zu verschiedenen Anlässen erstellen – schön als Geschenk für andere oder sich selbst.

Materialien werden gestellt, können auf Wunsch aber natürlich auch gerne mitgebracht werden. Vorkenntnisse sind nicht

Umsetzung und in der experimentellen Anwendung, immer wieder faszinierende Erlebnisse. Seit 1994 bin ich als Dozent bei der Volkshochschule tätig.



AU

BE

SN

BE

erforderlich.

Termin: Samstag, 12.11.2011, 14.00 bis 18.30 Uhr

Ort: Amtsgebäude, Am Scharf 16, Berkenthin  
Gebühr: Euro 18,00 (16,00) zzgl. Materialkosten ca. Euro 8,00

VHS Berkenthin

Anmeldung: VHS Berkenthin, Tel. 04544/413

Internet: vhs-berkenthin.de

### Buchbinden - Bücher, Alben und Co.

Leitung: Alexandra Speth

Dieser Nachmittag richtet sich an alle, die am Kurs „Gestalten individueller Bücher“ teilgenommen und „Lust auf mehr“ haben

oder an anderer Stelle schon (ein wenig) Erfahrung im Buchbinden sammeln konnten.

Sie können wählen, was Sie herstellen möchten: Es stehen Notizbücher verschiedener Größe zur Auswahl, Adressbücher, Schreibmappen, Leporellos oder Fotoalben.

Materialien (Karton, Buchblöcke, Buchbinderleinen und Bezugspapiere) werden gestellt, können auf Wunsch aber natürlich auch gerne mitgebracht werden.

Termin: Sonntag, 13.11.2011, 14.00 bis 18.30 Uhr

Ort: Amtsgebäude, Am Scharf 16, Berkenthin  
Gebühr: Euro 18,00 (16,00) zzgl. Materialkosten je nach gewähltem „Produkt“ Euro 5,00 bis 12,00.

VHS Berkenthin

Anmeldung: VHS Berkenthin, Tel. 04544/413

Internet: vhs-berkenthin.de

### Buchbinden

Leitung: Jürgen Jacobsen

Inhalt: Bestandteile eines Buches, Auseinandernehmen alter Bücher, Fadenheften, Leimen, Buchdecke erstellen, Block einhängen. Alte, zu reparierende Bücher können mitgebracht werden

Kurs 1: Samstag, 22.10.2011

Kurs 2: Samstag, 26.11.2011

Kurs 3: Samstag, 10.12.2011

Termine: jeweils 15.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Werkstatt unter dem Dach, Töpferstraße 21, Ratzeburg

Gebühr: Euro 30,00 inkl. Materialkosten

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04541 / 857985 (Dozent)

Email: tuglas@aol.com

### Flechten von Gartendeko aus Weide

Leitung: Birgit Anklam

Wir fertigen aus dem Naturmaterial Weide dekorative Objekte für Haus und Garten, z.B. Rankgerüste, Kugeln, Zäune, Vogelhäuschen. Auch für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Bitte warm anziehen und Gartenschere mitbringen.

Sonntag, 04.12.2011, 13.30 bis 17.15 Uhr  
Ort: 19246 Testorf (bei Zarrentin), Dorfstr. 30, ggü. blaues Haus

Gebühr: Euro 14,00 zzgl. Materialkosten Euro 5,00 bis 7,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 038851/329371

### Kreativwerkstatt für Kinder

Leitung: Anke Appel

Es werden verschiedene handwerkliche Dinge gestaltet, die Kreativität beflügelt, Impulse

gegeben. Neben dem Zeichnen wird Porzellan und ein Vogelhaus mit Wasserfarben bemalt.

Es werden Karten gedruckt und Kleinigkeiten liebevoll mit Naturmaterialien gebastelt. Material wird gegen Gebühr gestellt.

Beginn: 08.09.2011

Termine: 8mal donnerstags, 17.00 bis 18.30 Uhr

Ort: Wasserkrüger Weg 31, Mölln

Gebühr: Euro 31,20 (bei 8 Teilnehmern - keine Ermäßigung)

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 045 42 / 9 06 69 38 oder 045 42 / 8 96 60

### Holzschnitt

Leitung: Ebba Sakel

(Dipl. Grafikerin, freie Kunstdozentin, Malerin)  
Entwurf, Gestaltung, Vorgehensweise

Auf speziellen Holzplatten werden die Motive mit dem Schnitzmesser übertragen. Anschließend Einfärben der Druckerplatte; spezielle

Papiere, weiß oder farbig, werden aufgelegt und gepresst. Es entsteht ein Abzug.

Bitte mitbringen: Skizzenblock DIN A4, Bleistifte B und B6, Radiergummi, Anspitzer. Alle anderen Materialien sind bei der Künstlerin gegen Gebühr erhältlich.

Begrenzte Teilnehmerzahl (6)

Beginn: 13.09.2011

Termine: 8mal dienstags, 15.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Ratzeburg

Gebühr: Euro 48,00

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04541 / 857227 (Dozentin)

### Lithographie und Steindruck

Leitung: Rudolf Ambrosius

Die Lithographie ist eine Drucktechnik, die malerische, zeichnerische und experimentelle Möglichkeiten bietet, wie man sie vom

Zeichnen und Malen auf Papier kennt. Jede/r kann seine Bildidee mit Lithostift, -kreide oder -tusche auf den Solnhofer Kalkschiefer bringen. Jede/r Teilnehmer/in druckt von

seinem Stein eine Auflage von 6 Blättern auf der Original Reiber-Presse von A.-Paul Weber im Weber-Museum in Ratzeburg.

Bitte mitzubringen: 1 Paar Haushaltshandschuhe

Maximale Teilnehmerzahl: 8

Wochenendkurs:

Samstag, 12.11.2011 und Sonntag, 13.11.2011, jeweils 10.00 bis 17.00 Uhr

Ort: A.-Paul-Weber-Museum, Domhof 5

Gebühr: Euro 55,00 zzgl. Euro 7,50 Materialkosten

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04541 / 6996 (Dozent)

### Filzen für Kinder ab 6-8 Jahre

Leitung: Katja Köhler

Wir wollen schöne und nützliche Dinge aus Wolle erstellen von kleinen Tieren, Taschen und Bildern bis hin zu Haarschmuck und Spielflächen. Ich zeige euch verschiedene

Filztechniken mit denen ihr eure eigenen Ideen umsetzen könnt.

Mitzubringen sind: 2 Frotteehandtücher.

Beginn Kurs 1: 06.09.2011 Kurs-Nr. U 720 64

Beginn Kurs 2: 25.10.2011 Kurs-Nr. U 720 66

Beginn Kurs 3: 29.11.2011 Kurs-Nr. U 720 68

Termine: je 4mal dienstags, 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Ort: Frau Köhler zu Hause, Meyersweg 13b, Dassendorf

## Lithographie in Ratzeburg

Rudolf Ambrosius Grafiker, Experte für Lithografie

In den letzten Jahren sind meine bevorzugten Betätigungsfelder der Steindruck und die spezielle Lithografie. Die vielfältigen Möglichkeiten der Lithografie, die kein anderes druckgrafisches Verfahren bietet, die spontane Leichtigkeit und Direktheit der Zeichnung, die Weichheit der Kreidestriche auf dem sensibel ansprechenden Stein, der kühne Schwung der gemalten Fläche, sind für mich bei der

RZ

RZ

RZ

DA

MÖ



Gebühr: Euro 18,00 je Kurs zzgl. Material  
VHS Dassendorf

Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 690 714

## Filzen für Kinder ab 9 Jahre DA

Leitung: Katja Köhler  
Kursbeschreibung siehe oben (Dassendorf).  
Mitzubringen sind: 2 Frotteehandtücher.  
Beginn Kurs 1: 06.09.2011 **Kurs-Nr. U 720 65**  
Beginn Kurs 2: 25.10.2011 **Kurs-Nr. U 720 67**  
Beginn Kurs 3: 29.11.2011 **Kurs-Nr. U 720 69**  
Termine: je 4mal dienstags, 16.30 Uhr bis 18.30 Uhr  
Ort: Frau Köhler zu Hause, Meyersweg 13b, Dassendorf  
Gebühr: Euro 24,10 je Kurs zzgl. Material  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 690 714

## Plastisches Filzen DA

Leitung: Katja Köhler  
Das plastische Filzen ist eine Weiterentwicklung vom Flächen- und Schablonenfilzen sowie vom Ballfilzen.  
Erfahrungen in diesen Techniken sind daher von Vorteil, aber keine Voraussetzung. In den Kursen werden Tiere und Figuren zum Dekorieren und Spielen hergestellt. Aber auch Taschen, Hüte, Pantoffeln und Schmuck können hergestellt werden. Bei größeren Teilen bitte vorher mit der Kursleiterin Rücksprache halten. Mitzubringen sind: 2 Frotteehandtücher.  
Kurs 1: Samstag, 10.09.2011  
**Kurs-Nr. U 206 01/06**  
Kurs 2: Samstag, 29.10.2011  
**Kurs-Nr. U 206 02/07**  
Kurs 3: Samstag, 12.11.2011  
**Kurs-Nr. U 206 03/08**  
Kurs 4: Samstag, 03.12.2011  
**Kurs-Nr. U 206 04/09**  
Von 10.00 bis 13.00 Uhr oder 13.00 bis 16.00 Uhr  
Gebühr: Euro 11,00 je Kurs zzgl. Material  
Ort: Frau Köhler, Dassendorf, Meyersweg 13b  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104 / 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104 / 690 714

## Plastisches Filzen DA

Leitung: Katja Köhler  
Inhalt siehe Kurs oben, Mitzubringen sind: 2 Frotteehandtücher.  
Beginn: 13.09.2011 **Kurs-Nr. U 206 10**  
Termine: 4mal dienstags, 9.00 bis 12.00 Uhr  
Gebühr: Euro 44,00 zzgl. Material  
Frau Köhler, Dassendorf, Meyersweg 13b  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 690 714

## Kreatives Filzen I, II und III - Altes Handwerk neu entdeckt - LA

Leitung: Jutta Brüning  
Wohl eines der ältesten Handwerke lassen wir neu auferstehen. - Verschiedene Techniken lernen Sie kennen, vorhandene Kenntnisse und Fertigkeiten werden erweitert. Ich freue mich auf individuelle Kreationen.  
Fortgeschrittene können feine Filze aus Merinowolle herstellen oder mit Nunofilz im Bereich Bekleidung experimentieren. Diebenzügliche Wünsche bitte vorab mit der Kursleiterin wegen Materialbestellung besprechen.  
Bringen Sie bitte eine Schere, ein Stück Kern-

oder Olivenseife, 3 ältere Handtücher sowie stabile Graupappe ( ca. 40x50 cm ), eine Plastiktüte sowie eine Plastikschüssel und einen Schneebesen mit.  
Die Wolle wird von mir bestellt, deshalb ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich.  
Die Materialkosten richten sich nach dem Verbrauch (ca. 15,00 bis 25,00 Euro).  
Für gemeinsame Pausen wäre es nett, wenn Sie Kuchen oder Kekse sowie Kaffee oder Tee mitbringen würden.

Kurs 1: Sa. / So., 29. u. 30.02.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr  
Kurs 2: Sa. / So., 19. u. 20.02.2011, 10.00 bis 18.00 Uhr  
Kurs 3: Sa. / So., 21. u. 22.01.2012, 10.00 bis 18.00 Uhr  
Ort: Küche der Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
Gebühr: je Kurs Euro 43,00 zzgl. Materialkosten  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 05859 / 585, E-Mail: ludewig-bruening@t-online.de

## Freie Holz - und Steinbildhauerei GU

**Wochenendkurs**  
Leitung: Alice von Borstel, freie Künstlerin und Dozentin für künstlerisches Gestalten  
Sie können vor Ort entscheiden, ob Sie in Holz oder Stein bildhauern möchten. Skulpturen aus Holz - eine Einführung in Kunst und Technik der Holzbearbeitung - von der Auswahl der Hölzer, über den skizzierten Entwurf - von der Handhabung der Werkzeuge, dem Behauen des Holzes bis zur Endbearbeitung.  
Einführung in die Steinbildhauerei - die schrittweise Entstehung einer Steinskulptur, die Entwicklung einer Idee bei der Wahl des Steins, das Modellieren eines Modells in Ton, der Umgang mit den Werkzeugen, die Technik der Formgebung - von den suchenden ersten Schritten zum bewussten und gekonnten Tun.  
Termin: nach Absprache  
Ort: Künstlergarten des Ateliers Salem, Dothenehofer Weg 2, Salem  
Gebühr: Euro 55,00, zuzüglich Materialkosten  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung und Information bei der Kursleiterin, Tel.: 04541/6996

## Metallgestalten - Kunstschmieden SB

Leitung: Klaus Finselberger  
Sie fertigen einfache Ziergegenstände aus Metall, wie z.B. Kerzenständer, Kronleuchter für Kerzen, kleine Rankhilfen usw. Dabei erhalten Sie einen Einblick in das Schmieden und Schweißen.  
Freitag, 28.10.2011, 15.30 bis 18.30 Uhr und Sonnabend, 29.10.2011, 8.00 bis 12.30 Uhr  
Ort: Industriestraße 11 in Schwarzenbek  
Gebühr: Euro 40,00 plus Material, keine Ermäßigung möglich  
Teilnehmerbegrenzung (6)  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

## Basteln / Dekorieren BR

**Kürbisdekoration**  
Leitung: Karin Sinani-Zastrow  
Stellen Sie ein fröhliches Ambiente für den Tisch her!  
Sie benötigen lediglich eine flache Schale

von 30 cm Durchmesser in neutraler Farbe.  
Mitzubringen sind: Papierschere, Messer, Rosenschere, Klebepistole und Zeitungspapier.  
Mindestteilnehmerzahl: 8.  
Dienstag, 25.10.2011, 18.30 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule Breitenfelde  
Gebühr: Euro 10,00  
Es fallen Materialkosten in Höhe von ca. 8,00 Euro an.  
VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690  
Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

## Türschmuck der besonderen Art BR

Leitung: Karin Sinani-Zastrow  
Sie gestalten aus natürlichen Materialien einen besonders hübschen weihnachtlichen Türschmuck.  
Benötigt werden neutrale Dekoartikel für ein weihnachtliches Ambiente sowie Papierschere, Messer, Rosenschere, Klebepistole und Zeitungspapier.  
Mindestteilnehmerzahl: 8.  
Dienstag, 01.11.2011, 18.30 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule Breitenfelde  
Gebühr: Euro 10,00  
Es fallen Materialkosten in Höhe von ca. 7,00 Euro an.  
VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690  
Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

## Naturkranz für die Adventszeit BR

Leitung: Karin Sinani-Zastrow  
Zur Gestaltung dieses natürlichen Kranzes sind verschiedene Fruchtstände und ein Strohkranz mit einem Durchmesser von 25 cm erforderlich, den Sie bitte mitbringen.  
Des Weiteren benötigen Sie Papierschere, Messer, Rosenschere, Klebepistole und Zeitungspapier.  
Mindestteilnehmerzahl: 8.  
Dienstag, 08.11.2011, 18.30 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule Breitenfelde  
Gebühr: Euro 10,00  
Es fallen Materialkosten in Höhe von ca. 10,00 Euro an.  
VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690  
Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

## Weihnachtsstrauß mit Lichtern BR

Leitung: Karin Sinani-Zastrow  
Ein Weihnachtsstrauß mit Lichtern erhellt Ihr Zuhause!  
Bitte bringen Sie zur Herstellung eine Zwanziger-Lichterkette mit, eine Rosenschere, Papierschere, Küchenmesser, Zeitungspapier und, wenn vorhanden, eine Klebepistole.  
Mindestteilnehmerzahl: 8.  
Dienstag, 15.11.2011, 18.30 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule Breitenfelde  
Gebühr: Euro 10,00  
Es fallen Materialkosten in Höhe von ca. 8,00 Euro an.  
VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690  
Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

## Adventlicher Tischschmuck BR

Leitung: Karin Sinani-Zastrow  
An diesem Abend wird ein adventlicher Tischschmuck mit Kerzen und frischen roten Amaryllis hergestellt.  
Zum Gestalten benötigen Sie einen flachen Teller von 30 cm Durchmesser in neutraler Farbe, eine Stumpenkerze (Höhe ca. 20 cm), einfarbig, Küchenmesser, Rosenschere, Pa-

pierschere, Zeitungspapier und, wenn vorhanden, eine Klebepistole.  
Mindestteilnehmerzahl: 8.  
Dienstag, 15.11.2011, 18.30 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schule Breitenfelde  
Gebühr: Euro 10,00  
Es fallen Materialkosten in Höhe von ca. 8,00 Euro an.  
VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690  
Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

## Weihnachtsbasteln für Kinder GU

Leitung: Tanja Agthe  
Aus Tonkarton wollen wir schöne Dinge für die Weihnachtszeit basteln.  
Beginn: Kurs 1: 30.11.2011, Kurs 2: 01.12.2011  
Termine: 3mal mittwochs bzw. donnerstags, 15.00 bis 17.00 Uhr  
Ort: Bürgerhaus Gudow, Kaiserberg 15  
Gebühr: Euro 18,00 zzgl. Materialkosten  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/2489820

## Textiles Werken

### Handarbeiten für Kinder ab 7 Jahre GU

Leitung: Angelika Gediga  
Wer hat Lust einmal an der Nähmaschine schöne Dinge wie Kissen, Turnbeutel, Schürzen oder sogar Kleidungsstücke herzustellen? Nur Mut, es ist einfach, geht schnell und macht viel Spaß.  
Der Einstieg in diesen Kurs und eine Verlängerung ist jederzeit möglich.  
Beginn: 08.09.2011  
Termine: 5mal donnerstags, 17.00 bis 19.00 Uhr  
Ort: Bürgerhaus Gudow, Kaiserberg 15  
Gebühr: Euro 30,00 zzgl. Materialkosten  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/8458

### Stricken BE

Leitung: Ute von Keiser-Pytlík  
Stricken ist eine der ältesten Handarbeiten überhaupt. Stricken macht Spaß, ist kreativ und spannend. In der heutigen hektischen Zeit ist Stricken aber auch Balsam für die Seele.  
Mit einer neuen Strick- und Filztechnik können Sie erst stricken und dann ab in die Waschmaschine und verfilzen.  
So lassen sich wunderschöne Taschen, Mützen und andere Accessoires herstellen.  
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, junge Mädchen sind willkommen!  
Bitte Wolle und Nadeln mitbringen außer AnfängerInnen.  
Beginn: 27.09.2011  
Termine: 6mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Schützenstraße 3 in Berkenthin  
Gebühr: Euro 24,00 (22,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: VHS Berkenthin Tel. 04544/413, Fax: 04544/614, Internet: vhs-berkenthin.de

### Stricken für Anfänger und Fortgeschrittene SN

Leitung: Alina Schmidt  
Dieser Kurs wendet sich an alle, die das Stricken schon immer gern erlernen wollten und an diejenigen, die ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Bringen Sie hierzu ihre evtl.



Kultur

begonnenen Arbeiten und das nötige Handwerkzeug mit. Anfänger bringen bitte dicke Wolle und die passenden Nadeln für die erste Stunde mit. Gerne gibt Frau Schmidt bei Fragen Auskunft. Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Schulzentrum Sandesneben  
Gebühr: Euro 48,00  
VHS Sandesneben-Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

## Patchwork und Quilting Wochenendkurse 1, 2 und 3 AU

Leitung: Silke Spiesen  
Termine:  
Kurs 1: Sa., 24.09. und So., 25.09.2011  
Kurs 2: Sa., 29.10. und So., 30.10.2011  
Kurs 3: Sa., 26.11. und So., 27.11.2011  
jeweils 10.00 bis 18.00 Uhr  
Ort: Thies'sches Haus, Alte Allee 1, Wohltorf  
Gebühr: jeweils Euro 50,00 zzgl. Materialkosten

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04104/3200

## Patchwork und Quilting Patchwork - Treffen AU

Leitung: Silke Spiesen  
Termine: jeden 2. Freitag im Monat, jew. 18.00 bis 21.00 Uhr  
Ort: Thies'sches Haus, Alte Allee 1, Wohltorf  
VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04104/3200

## Patchwork BE

Leitung: Regine Geppert  
Dieser Kurs ist für AnfängerInnen gedacht und findet an zwei Sonntagen statt. Bei der Kursleiterin erfahren Sie bei Anmeldung alles Wissenswerte, auch was Sie mitbringen müssten oder vor Ort leihen können.

Beginn: 18.09.2011  
Termine: 2mal sonntags, 14.00 bis 18.00 Uhr  
Ort: Amtsgebäude, Am Scharf 16, Berkenthin  
Gebühr: Euro 30,00 (28,00)  
VHS Berkenthin  
Anmeldung: Geppert, Tel. 0451/47 10 76  
Internet: vhs-berkenthin.de

## Patchwork - Anfänger und Fortgeschrittene SB

Leitung: Kirsten Stein  
Bei den unten genannten Themen handelt es sich um Vorschläge. Sie können auch gerne in Absprache mit Frau Stein individuell nähen.

Kurs 1: Samstag, 03.09.2011,  
10.00 bis 16.30 Uhr  
Tasche/Rucksack  
Kurs 2: Samstag, 01.10.2011,  
10.00 bis 16.30 Uhr  
Aufbewahrungstasche für Nähzubehör und Patchworkwerkzeuge

Kurs 3: Samstag, 05.11.2011,  
10.00 bis 16.30 Uhr  
Keltische Motive mit Schrägband  
Kurs 4: Samstag, 03.12.2011,  
10.00 bis 16.30 Uhr  
Quilt mit optischer Täuschung - Würfel  
Kurs 5: Samstag, 21.01.2012,  
10.00 bis 16.30 Uhr

Wedding Ring - altes traditionelles Muster  
Weitere Termine nach Absprache möglich - Interessierte erkundigen sich bitte bei der VHS Schwarzenbek.

Mitzubringen sind jeweils Nähmaschine, Nähzeug, Garn, und falls vorhanden Schneidematte, Cutter, Schneidelineal, Karopapier für Entwürfe, evtl. Papierschere und Buntstifte.  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
Gebühr: Euro 21,60 je Kurs  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Nähen / Mode BU

### Nähen an der Maschine für Jugendliche 13 bis 15 Jahre BU

Leitung: Angelika Gediga  
Das Nähen an der Maschine ist einfach und geht schnell. In der Gruppe macht es nicht nur Spaß, sondern man bekommt immer neue Ideen vermittelt.  
Beginn: 09.09.2011  
Termine: 5mal freitags, 18.00 bis 20.00 Uhr  
Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A116  
Gebühr: Euro 30,00 (max. 7 Teilnehmer)  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/8458

### Nähen an der Maschine GU

Leitung: Angelika Gediga  
Das Nähen an der Maschine ist einfach und geht schnell. In der Gruppe macht es nicht nur Spaß, sondern man bekommt immer neue Ideen vermittelt.  
Für alle, die noch nie an der Maschine gesessen haben und für Fortgeschrittene.  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 5mal mittwochs, 19.30 bis 21.30 Uhr  
Ort: Bürgerhaus Gudow, Kaiserberg 15  
Gebühr: Euro 35,00 (max. 7 Teilnehmer)  
VHS Büchen - Gudow e.V.  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04158/8458

### Selber Herstellen von Kleidungsstücken MÖ

Leitung: Elke Büchler  
Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene.  
Wir nähen Kleidungsstücke nach Ihrer Wahl.  
Beginn Kurs 1: Mittwoch, 10.09.2011  
Termine: 10mal mittwochs, 9.00 bis 12.00 Uhr  
Ort: Gemeindezentrum Heiliggeist  
Gebühr: Euro 99,00 (bei 8 Teilnehmern)  
Beginn Kurs 2: Donnerstag, 22.09.2011  
Termine: 10mal donnerstags, 18.00 bis 21.00 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Gebühr: Euro 78,00 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 18 15

### Schneidern für Anfänger und Fortgeschrittene MÖ

Leitung: Sonja Reinke-Kahrs  
Jede Menge Tipps und Tricks zum Anfertigen von Bekleidung oder anderen Dingen wie Taschen, Kissen usw. werden in diesem Kurs verraten. Auch Anfänger sind herzlich eingeladen. Bitte bringen Sie Nähmaschine, Schnitt, Schere, ... mit.  
Beginn: 05.09.2011  
Termine: 8mal montags, 17.30 bis 20.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem

Schulberg  
Gebühr: Euro 62,40 (bei 8 Teilnehmern)  
VHS Mölln  
Anmeldung und Rückfragen: Tel. 0 45 42 / 4 78 (telefonische Anmeldung erforderlich)

### Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene SN

Leitung: Kerstin Überschär  
Zu diesem Kurs möchte ich Frauen ansprechen, die ihre individuellen Kleidungsstücke selbst herstellen möchten oder ihre vorhandene Kleidung ändern wollen.  
Auf Grund meiner langjährigen Berufserfahrung ist es mir möglich, Ihnen bei schwierigen Arbeitsgängen zur Seite stehen und schnell zu helfen.

Auch Anfänger sind herzlich eingeladen. Nähmaschine, Nähgarn, Stecknadeln, Schere und Material bitte mitbringen. Sie erhalten eine Einführung in den Umgang mit der Nähmaschine. Die wichtigsten Voraussetzungen und Techniken, die man beim Nähen braucht werden Ihnen erläutert und Sie lernen, wie man Änderungen an Kleidungsstücken vornimmt.  
Absprachen mit der Dozentin sind möglich.  
Beginn: 07.09.2011  
Termine: 8mal mittwochs ab 18.15 Uhr  
Ort: Schulzentrum Sandesneben  
Gebühr: Euro 48,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

### Nähen am Vormittag SB

Leitung: Barbara Grosskopf  
Nähen für absolute Anfänger, Einweisung in die Handhabung der Nähmaschine, einfache aufeinander aufbauende Näharbeiten, wie z.B. Beutel, Kissen, Tücher  
Verschiedene Baumwollstoffreste (alte Betttücher) und die üblichen Nähutensilien (Garn, Stecknadeln, Schere) mitbringen. Nähmaschinen können auf Anfrage gestellt werden.  
Termine: unregelmäßig mittwochs, 8.45 bis 11.45 Uhr, genaue Termine erfragen Sie bitte an der VHS Schwarzenbek  
Ort: Regionalschule Nordost, im Nähstübchen  
Gebühr: Euro 12,00 pro Termin  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Nähen – mein neues Hobby Wochenendkurs für Anfänger SB

Leitung: Anja Meins-Engel  
Hier wird für Anfänger alles genau erklärt: Die Funktionen der Nähmaschine, die unterschiedlich zu nähenden Stoffe, Schnitte und Zuschneide und vieles mehr. Unter fachlicher Leitung nähen Sie Ihre ersten Lieblingsstücke. Bitte bringen Sie zum Freitag 3 bis 5 verschiedene Baumwollstoffreste in je ca. 40 cm Größe mit und die üblichen Nähutensilien (Garn, Stecknadeln, Schere). Nähmaschinen können auf Anfrage gestellt werden.  
Termine: Freitag, 16.09.2011, 17.00 bis 20.00 Uhr und  
Samstag, 17.09.2011, 9.00 bis 16.30 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
Gebühr: Euro 37,50  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Nähen – mein Hobby Für Anfänger und Profis (1 und 2) SB

Leitung: Anja Meins-Engel  
Möchten Sie Ihre Grundkenntnisse im Nähen ausbauen oder fehlen Ihnen nur noch ein paar Tricks? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Aber auch für Anfänger wird alles genau erklärt. Aus Basisschnitten kreieren Sie Ihr eigenes Outfit. Bitte bringen Sie Schnittmuster, Stoff und Nähutensilien mit. Die Telefonnummer der Dozentin für Rückfragen erhalten Sie bei der VHS. Nähmaschinen können auf Anfrage gestellt werden.  
Kurs 1: Termine: Freitag, 28.10.2011, 17.00 bis 20.00 Uhr und  
Samstag, 29.10.2011, 9.00 bis 16.30 Uhr  
Kurs 2: Termine: Freitag, 27.01.2012, 17.00 bis 20.00 Uhr und  
Samstag, 28.01.2012, 9.00 bis 16.30 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude  
Gebühr: je Kurs Euro 37,50  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Literatur LA

#### Kreatives Schreiben - Schreib Dich frei! LA

Leitung: Dipl. phil. Dorothea Machon, Heilpraktikerin  
Schreiben ist kreativ und reflektierend. Gehen Sie spielerisch und mit Freude auf eigene Entdeckungsreise, folgen Sie der eigenen Intuition und lassen Sie sich von Ihren Gedanken tragen.  
Mit der Methode des Clustering nach Gabriele Rico überwinden Sie schnell jede Schreibhemmung. Im Mittelpunkt steht der Prozess des Schreibens selbst, die damit angestoßenen Erinnerungen, Assoziationen, Gedanken und Gefühle. Das Geschriebene ist frei von jeder Bewertung.

Anregen lassen wir uns von einem Begriff oder von Musik, Bildern, einem Geruch u. a...  
Schon unser Kursort - die Bibliothek - gibt uns Inspiration.  
Beginn: 24.02.2011  
Termin: 4mal donnerstags, 18.30 bis 21.00 Uhr  
Ort: Schulbücherei, Weingarten 12  
Gebühr: Euro 27,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153 51 195, d.machon@gmx.de

#### Kreatives Schreiben – Schreib Dich frei! Fortsetzungskurs LA

Leitung: Dipl. phil. Dorothea Machon, Heilpraktikerin  
Beginn: 24.03.2011  
Termin: 4mal donnerstags, 18.30 bis 21.00 Uhr  
Weitere Fortsetzungsabende sind nach Absprache möglich.  
Ort: Schulbücherei, Weingarten 12  
Gebühr: Euro 27,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 04153 51 195, d.machon@gmx.de

#### Literarisches (kreatives) Schreiben RZ

Leitung: Michael Pick  
Schreiben bedeutete 1 Teil Talent und 9 Teile Schweiß. Der Kurs vermittelt die Grundzüge literarischen Schreibens unter Einbeziehung von Kreativitätstechniken. Schwerpunkt bildet das



Schreiben von Kurzgeschichten bzw. Erzählungen. Wir beschäftigen uns mit Stoff und Motiv, Plot, Figuren, Charakteren, Perspektive, Dialog, Schreibstil und Literaturbetrieb.  
 Bitte mitbringen: Stift + Papier, Ideen  
 Max. 11 Teilnehmer/innen  
 Beginn: 05.10.2011  
 Termine: 10mal mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 49,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 04541 / 840016 (Dozent)

**RZ**

## Ich schreibe einen Roman

Leitung: Michael Pick  
 Vorneweg: Einen Roman schreibt man nicht an 10 Abenden à 90 Minuten. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit dem Gerippe eines Romans, umschiffen das gefährliche 30-Seiten-Kliff und schreiben Ende und Anfang. Der Kurs vermittelt neben Grundlagen literarischen Schreibens die speziellen Anforderungen an den Romanschreiber. Achtung! Keine Autobiografien.  
 Bitte mitbringen: Stift + Papier, Romanidee  
 Max. 10 Teilnehmer  
 Beginn: 29.09.2011  
 Termine: 10mal donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 40,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung: Tel. 04541 / 840016 (Dozent)

**AU**

## Literaturkreis

Leitung: Helene Bredow,  
 Tel. 04104/2986  
 Beginn: 22.09.2011  
 Termine: donnerstags 10.30 bis 13.00 Uhr  
 Ort: Eichhörnchenweg 12, Aumühle  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
 Anmeldung bitte bei der Kursleiterin

**DA**

## Märchenstunde für Erwachsene Die psychologischen Hintergründe alter Erzählungen

Leitung: Gudrun Dehn  
 Wir lassen uns von klassischen Märchen bezaubern und blicken dann in den Spiegel der Wahrheit. Beginnend bei der Haussammlung der Gebrüder Grimm über Hauff'sche Märchen bis hin zu den poetischen Erzählungen von Hans Christian Andersen führt dieser Kurs zu einer tiefen Erkenntnis der menschlichen Seele.  
 Beginn Kurs1: 12.09.2011 **Kurs-Nr. U 201 01**  
 Beginn Kurs2: 31.10.2011 **Kurs-Nr. U 201 02**  
 Termine: 6mal montags 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 35,40 je Kurs  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 71 737

**DA**

## Berühmte Persönlichkeiten - ganz menschlich betrachtet - Eine Biografierihe

Leitung: Gudrun Dehn  
 Was wir von großen Wissenschaftlern und Künstlern wissen, sind oft nur Allgemeinplätze und Oberflächlichkeiten. Dabei sind es gerade die facettenreichen menschlichen Aspekte, die das Leben dieser Persönlichkeiten so außergewöhnlich werden ließen. In dieser Biografierihe machen die Kursteilnehmer zuerst

Bekanntheit mit der Wissenschaftlerin und zweifachen Nobelpreisträgerin Marie Curie. Danach wechseln wir das Genre und betrachten das kurze aber intensive und schaffensreiche Leben der Malerin Paula-Modersohn-Becker.  
 Beginn Kurs1: 14.09.2011 **Kurs-Nr. U 201 03**  
 Beginn Kurs2: 02.11.2011 **Kurs-Nr. U 201 04**  
 Termine: 6mal mittwochs, 17.30 bis 19.00 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 35,40 je Kurs  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04152/ 71 737

**DA**

## Astrid Lindgren's wundervolle Geschichten Oma/Opa mit Enkelkind ab 4 Jahre

Leitung: Gudrun Dehn  
 Unsere literarische Abenteurerreise entführt in die fantasievolle Kinderwelt Schwedens, Mitte des 19. Jahrhunderts. Was die Kinder von Bullerbü und Co. erlebten ist auch heute noch für junge Leser des Computerzeitalters außergewöhnlich spannend und fantasieanregend. Dieser Ferienkurs richtet sich an Kinder ab 4 Jahre und an alle Erwachsene, die ihren Kindern das Eintauchen in die Lesewelt ermöglichen wollen.  
 Montag 10.10. - Mittwoch 12.10.2011 von 9.30 bis 11.00 Uhr  
 Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 11,90 Erw., Euro 5,90 Kind  
**Kurs-Nr. U 720 00**  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04151/ 71 737

**LA**

## „Das Labyrinth der Wörter“

Leitung: Gisela Dudziak, M.A.  
 Der Literaturkreis der VHS Lauenburg wird sich im Herbstsemester 2011 mit dem Roman „Das Labyrinth der Wörter“ von Marie-Sabine Roger beschäftigen. Der Roman ist als Taschenbuch bei Hoffmann und Campe erschienen. In dieser zauberhaften Geschichte geht es um eine ganz gewöhnliche Freundschaft und um Sprache im weitesten Sinne. Wir wollen uns den Film ansehen, ihn der literarischen Vorlage gegenüberstellen und mit ihr vergleichen. Die TeilnehmerInnen sollten das Buch bei Kursbeginn gelesen haben.  
 Beginn: 31.10.2011  
 Termin: 6mal montags, 20.00 bis 21.30 Uhr  
 Ort: Schulbücherei, Weingarten 12 (nicht Vortragsraum)  
 Gebühr: Euro 24,00  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 04139 68757

**RZ**

## Deutsche Literaturgeschichte Das 20. Jahrhundert vor und hinter den Kulissen

Leitung: Gerhard Wiebecke  
 Erich Kästner ist bekannt für seine humorvolle Art, über ernsthafte Dinge zu schreiben. Damit ist er aber nicht der Einzige in der deutschen Literaturgeschichte. Wir werden Autoren kennenlernen, die hochinteressante Geschichten über hochinteressante Leute erzählen. Einzelgänger, Außenseiter und Ausgestoßene. Aber das Schöne daran ist, dass diese Geschichten mit Humor gewürzt sind: Der Leser lacht, auch wenn es manchmal nur ein Lächeln ist. Dafür garantiert nicht nur Erich Kästner sondern auch Wilhelm Raabe, Ernst Petzoldt, Heinrich Böll, Erwin Strittmatter und viele andere.  
 Beginn: 07.09.2011  
 Termine: 20mal mittwochs, 16.30 bis 17.30 Uhr

Ort: SWR in Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 40,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04541 - 82195 (Dozent)

**RZ**

## Literaturkreis

Leitung: Karin Janicki  
 In diesem Semester wenden wir uns zwei Gegenwartsautoren zu:  
 - Siegfried Lenz „Deutschstunde“  
 - Herta Müller „Atemschaukel“  
 Beide Autoren bieten mit ihren Werken eine breite Basis für tiefgründige Reflexionen.  
 Beginn: 27.09.2011  
 Termine: 10mal dienstags, 10.00 bis 11.30 Uhr  
 Ort: Kath. Pfarramt, Fischerstr. 1, Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 52,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung, Tel. 038873 / 33 547 (Dozentin)

**SB**

## Literaturkreis

Leitung: Gudrun Dehn  
 Ein Treffpunkt für alle, die gerne lesen, sich über das Gelesene austauschen wollen, Klassiker, Neuerscheinungen inhaltlich, sprachlich und problemorientiert diskutieren möchten.  
 Beginn: 07.10.2011  
 Termine: 4mal freitags im 3-wöchigen Rhythmus, 18.30 bis 20.00 Uhr  
 Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
 Gebühr: Euro 18,00  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

## Medien / Fotografie

**LA**

### Fotografieren für Anfänger - Theoretische und praktische Grundlagen

Leitung: Agnes Winn, gelernte Fotografin  
 Es ist ein Basiskurs für alle, die immer schon wollten, sich aber nie trauten. Ich erkläre Ihnen anhand von vielen Bildbeispielen die „Geheimnisse“ der Fotografie. Sie erhalten Einblicke in die wichtigsten Funktionen Ihrer Kamera (egal ob digital oder Film) und die Bildgestaltung. Jeder kann es erlernen. Wir werden gemeinsam üben, alles Schöne vor unserer Haustür fotografieren, auswerten, uns verbessern und die Faszination Fotografie neu entdecken.  
 Bitte Kamera, analog oder digital, volle Batterien und eigene Fotos (ca. 20 auf Papier oder Datenträger) mitbringen!!!  
 Termin: Samstag, 17.09.2011, 10.00 bis 16.45 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 18,00  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 0177 3836590, E-Mail: agneswinn@freenet.de

**LA**

### Besser Fotografieren - Fortgeschrittene 1

Leitung: Agnes Winn, gelernte Fotografin  
 Für alle, die mehr wissen wollen:  
 Die Grundlagen sind gelegt, jetzt versuche ich Ihre Wissenslücken über optische Gesetzmäßigkeiten, Kameratechnik und Bildgestaltung zu schließen. Wichtige Besonderheiten setzen wir beim Fotografieren verschiedener Themen in die Praxis um. Wir möchten viel üben und Ihre neuen und alten Fotos auswerten  
 Bitte Kamera, analog oder digital, volle Batterien und eigene Fotos (ca. 20 auf Papier oder Datenträger) mitbringen!!!  
 Samstag, 29.10.2011, 10.00 bis 16.45 Uhr

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 18,00  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 0177 3836590, E-Mail: agneswinn@freenet.de

**LA**

### Besser Fotografieren - Fortgeschrittene 2

Leitung: Agnes Winn, gelernte Fotografin  
 Die Fotografie gibt unserer Phantasie keine Grenze vor. Sie haben vergangene Kurse schon besucht bzw. beschäftigt sich schon eingehend mit diesem Hobby und beherrschen Ihre Kamera? Jetzt wollen wir intensiv an Ihrer Kreativität feilen. Wir werden fotografieren, analysieren und uns verbessern. Bitte Kamera, analog oder digital, volle Batterien und eigene Fotos (ca. 20 auf Papier oder Datenträger) mitbringen!!!  
 Termin: Samstag, 12.11.2011, 10.00 bis 16.45 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 18,00  
 VHS Lauenburg  
 Anmeldung: Tel. 0177 3836590, E-Mail: agneswinn@freenet.de

**MÖ**

### Einführung in die digitale Fotografie

Kursleitung: Martin Linke, Diplom-Designer / Illustrator  
 Kursinhalt: Sie besitzen eine digitale Spiegelreflexkamera aber das perfekte Foto will Ihnen nicht gelingen?  
 So wird ein Foto, neben der richtigen Kameraausrüstung, auch durch die ansprechende Bildgestaltung und die saubere technische Umsetzung beeinflusst. Nach theoretischen Erklärungen sollen die erworbenen Kenntnisse in der Praxis erprobt und die Ergebnisse dem Plenum präsentiert werden.  
 Voraussetzungen: Lerntempo und Schwerpunkte zielgruppengemäß. Bitte bringen Sie Ihre digitale Spiegelreflexkamera und die dazugehörigen Objektive mit. Falls Sie bereits über eine umfangreichere Kameraausrüstung verfügen, können Sie diese ebenfalls gerne mitbringen.  
 Schwerpunktthemen sind:  
 - das passende Zubehör (z.B. Objektive, Stativ, Blitz)  
 - Natur- und Landschaftsfotografie  
 - Menschen- und Portraitfotografie  
 - Bildkomposition (z.B. Farbe, Form und Struktur)  
 - Kamera- und Objektivetchnik (z.B. Schärfentiefe und Belichtung)  
 - natürliche Lichtquellen und Kunstlicht  
 Termin: Der Kurs findet an einem Wochenende, Samstag und Sonntag jeweils von 10.00 bis 17.00 Uhr (1 Std. Mittagspause), statt. Interessenten können sich melden; der Ter-

Klassischer Gesang zu jedem Anlass  
*Susanne Dreuvenne*  
 Sopranistin  
 Kirche · Feier · Konzert  
 Gesangsunterricht & Stimmbildung



Postfach 1328  
 23903 Ratzeburg  
 Telefon 0 45 41-80 29 39  
 www.dieschoenestimme.de



min wird abgesprochen.  
Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
Kursgebühren: Euro 80,00 -keine Ermäßigung-

VHS Mölln  
Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42/ 8 96 60

### Fotofreunde Schwarzenbek

SB

Ein Forum für Hobbyfotografen, um Erfahrungen auszutauschen, gemeinsame Exkursionen zu unternehmen., Ausstellungen vorzubereiten usw. Foto-Interessierte sind an jedem 1. und 3. Mittwoch im Monat herzlich willkommen. Informieren können Sie sich auch unter: [www.fotofreunde-schwarzenbek.de](http://www.fotofreunde-schwarzenbek.de)

VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

### Digitale Fotografie / Bildbearbeitung

Diverse Kurse der unterschiedlichen Volkshochschulen siehe Rubrik „Beruf und Karriere - EDV“

## Musik

### Live-Musikequipment und Homerecording

MÖ

Leitung: Dirk Waßmann

Kursbeschreibung siehe oben (Ratzeburg).

Beginn: Dienstag, 13.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln

Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung -

VHS Mölln

Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

### Live Musikequipment und Homerecording

RZ

Leitung: Dirk Waßmann

Dieser Kurs wendet sich an alle Musiker/innen und Musikinteressierte, die ihre Kreative Arbeit (z.B. Eigenkompositionen) für die Nachwelt erhalten und konservieren wollen, als auch ihren Livesound durch sinnvollen Einsatz von unterschiedlichem Musik-Equipment verbessern möchten.

Eine gute Audioübertragung - sowohl im Home-Studio, als auch auf der Bühne - hängt hauptsächlich von der richtigen Kombination der Audio-Komponenten und deren Einsatz ab. Dabei sind die Anforderungen an das Musik-Equipment für das Home-Studio und die Live-Bühne höchst unterschiedlich. In diesem Kurs werden alle wesentlichen Komponenten der beiden Einsatzmöglichkeiten besprochen, um in nahezu jeder Situation einen adäquaten Sound zu erhalten.

Themengebiete sind u.a.: Musikelektronik und Peripherie, Verstärker und Boxen, Wirkungsgrade, Monitor- und InEar-Technik, Sequenzer, Mehrspurtechnik, Effektgeräte, Aufnahme-technik, Dynamikprozessoren im Studio und im Live-Einsatz, unterschiedliche Verfahren zur Schalldruckmessung und deren Bewertungen, Kompressor-Verwendung bei Vocals u.v.m.

Mitzubringen: Gute Laune

Kosten für Handouts etc. nach Absprache mit dem Dozenten

Beginn: 07.09.2011

Termine: 10mal mittwochs, 19.00 bis 20.30 Uhr  
Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
Gebühr: Euro 55,00  
VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 04542 / 8293985 (Dozent)  
Email: [Webmaster70@tastentpilot.com](mailto:Webmaster70@tastentpilot.com)

### Live-Musikequipment und Homerecording für MusikerInnen und Musikinteressierte

SB

Leitung: Dirk Waßmann

Kursbeschreibung siehe oben (Ratzeburg).

Beginn: 16.09.2011

Termine: 10mal freitags, 18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude

Gebühr: Euro 55,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Französisch III La musique française

AU

Leitung: Kathrin Stolte-Laurent, Tel. 040/650 55 461

Kursbeschreibung siehe unten (Schwarzenbek).

Beginn: wird noch bekannt gegeben

Termine: 2 Abende, 18.30 bis 20.45 Uhr

Gebühr: Euro 14,50

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Information und Anmeldung bitte bei der Kursleiterin

### La musique française

SB

Leitung: Kathrin Stolte-Laurent

ab Stufe A2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/Innen, die die französische Musik lieben, Grundkenntnisse der französischen Sprache besitzen und die französische Kultur besser kennen lernen möchten. Patricia Kaas, Francis Cabrel, Jean-Jacques Goldman ... sie alle sind bekannte Stars in Frankreich. Erleben Sie die besondere Stimmung des Benefizkonzertes „Les Enfoirés“, in dem die bekanntesten Sänger Frankreichs gemeinsam die verschiedenen Musikrichtungen ihres Landes aufleben lassen. Wenn wir an den Abenden über die Interpreten und ihre Lieder ins Gespräch kommen, üben Sie Ihr Hörverständnis und das freie Sprechen. Nähere Informationen erhalten Sie bei der Dozentin Frau Stolte-Laurent unter der Telefonnummer 040/ 650 55 461.

Freitag, 04.11.2011, 19.00 bis 21.15 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkassengebäude

Gebühr: Euro 7,50

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Die Französische Oper

RZ

Leitung: Hartmut Ledebor

Nach ihrer Entstehung im frühen 17. Jahrhundert in Italien hat die Oper in Frankreich zur Zeit Ludwig XIV eine eigenständige Form angenommen und sich im 18. und 19. Jahrhundert zur wichtigsten musikalischen Kunstform entwickelt. Diesen Weg nach zu zeichnen und mit einem Opernbesuch zu verbinden soll Inhalt des Kurses sein.

Beginn: 15.09.2011

Termine: 20mal donnerstags, 10.30 Uhr bis 11.15 Uhr (45 Min.)

Ort: SWR in Ratzeburg, Musiksalon

Gebühr: Euro 43,00 (evtl. Kosten für Opernbesuch)

VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 04542 - 8 91 12 (Dozent)

### Semestereröffnungskonzert

AU

Leitung:

1. Heike Krugmann, Wohltorf, mit Stücken von G. Frescobaldi, B. Szordikowski, C.-H. Joubert, R. Paulsen

2. Brigitte Teichert, Hamburg, mit elf Liedern

1. Gitarren-Ensemble „nota bene“

2. Chor „Esplanade“: Russisch - Deutsch, Geistlich - Weltlich

anschließend Sektempfang

Termin: Montag, 05.09.2011, 19.30 Uhr

Ort: Theatersaal des Augustinums, Mühlenweg 1, Aumühle

Gebühr: Euro 7,00

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

### Offener Singkreis Aumühle für Anfänger und Fortgeschrittene

AU

Leitung: Susanne Bornholdt Tel. 04104/963707

Beginn: wird noch bekannt gegeben

Termine: jeweils dienstags wechselweise

9.30 bis 10.45 Uhr oder 15.00 bis 16.15 Uhr

Ort: Gemeindesaal der Kirchengemeinde Aumühle,

Börnsener Str. 25

Teilnahme kostenlos, Spenden erbeten

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung bitte bei der Kursleiterin

### „La musica“ Gemischter Chor der VHS Büchen-Gudow

BÜ

Unter neuer Leitung von Jens-Uwe Kirsten (Dipl.-Sänger)

Auf vielen Veranstaltungen gab der Chor den musikalischen Rahmen. Sein Wirken hat im kulturellen Geschehen unseres Amtsbezirks einen festen Platz. Durch Freude und Frohsinn, aber auch durch intensive Probenarbeit, hat der Chor weiter Mitglieder gewinnen können. Das Repertoire umfasst nun fast alle musikalischen Möglichkeiten eines Chors.

An jedem Montag um 19.00 Uhr treffen sich alle Sangesfreunde im „Schulzentrum“ Büchen zu ihren Proben. Unter der Leitung von Jens-Uwe Kirsten aus Kastorf können Sie dabei sein, wenn das nächste Programm einstudiert wird.

Neue Mitglieder sind jederzeit herzlich willkommen. Freude am Singen und ein klein wenig Musikalität sind Voraussetzung für die Teilnahme.

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Musikraum A 120

Beitrag: Euro 115,00 jährlich u. VHS-Mitgliedschaft Euro 15,00

VHS Büchen - Gudow e.V.

Ansprechpartner: Franz Hammerstein, Tel. 04155/499339

### VHS Chor Sing — Sang — Song!

SB

Leitung: Regine Olk

Zum Repertoire dieses sympathischen und dynamischen Frauenchores gehören neben Spirituals und Gospels, internationale Folk-musik, Popsongs und Evergreens.

Bei unterschiedlichen Anlässen (Chorwettbewerben, Hochzeiten, Benefizveranstaltungen, Weihnachtskonzerten usw.) stellt der Chor sein Können unter Beweis.

Die Bereitschaft zur regelmäßigen Teilnahme an den Probeabenden (montags, 19.00 Uhr; Verbandsschule Nord-Ost) und der 1x jährlich stattfindenden Wochenendfreizeit zum Festigen des Repertoires wird vorausgesetzt.

Frauen mit Freude am vierstimmigen Gesang, Musikalität (Notenkenntnisse sind nicht zwingend erforderlich), Durchhaltevermögen auch bei Extraproben und evtl. mit solistischen Qualitäten sind herzlich eingeladen sich dieser Chorgemeinschaft anzuschließen, gemäß dem Motto des Chores:

„Ohne Musik ist das Leben ein Irrtum“.

Konzert im Unfallkrankenhaus Boberg, 01.09.2011, 19.00 Uhr

Literaturherbst Schwarzenbek: Anfang Oktober 2011

Weihnachtskonzert in St. Michael, Schwarzenbek: 04.12.2011, 18.00 Uhr

Weihnachtskonzert in der Kirche Basthorst: 10.12.2011, 18.00 Uhr

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, wenden Sie sich bitte an Frau Olk, Tel. 04151/82329.

Sie finden uns auch im Internet: [www.sing-sang-song.de](http://www.sing-sang-song.de)

fortlaufend montags, 19.00 Uhr

Ort: Regionalschule Nordost  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

### Stimmbildung und Atemtraining

BÜ

Leitung: Dipl. Sänger Jens-Uwe Kirsten

Für Sänger (Chöre) und Sprecher/Redner, auch stimmintensive Berufe. Der Unterricht kann

einzelnd oder auch in Gruppen stattfinden.  
Beginn: Tag und Zeit nach Absprache

## VHS-Ratzeburg unter neuer Leitung

Seit dem 1. April hat die Volkshochschule Ratzeburg einen neuen Leiter. Er heißt Holger Martens, ist 65 Jahre alt und wohnt in Bäk.

Holger Martens war bis zum Sommer dieses Jahres Studiendirektor an der Lauenburgischen Gelehrentschule in Ratzeburg und hatte die Unterrichtsfächer Musik und Mathematik. Für die Öffentlichkeit ist er vor allem als Leiter verschiedener Chöre in Erscheinung getreten. Zur Zeit ist er Leiter des „Ratzeburger Vokalensembles“.

die zukünftige Arbeit im Volkshochschulbereich hat sich Holger Martens einig vorgenommen, vor allem im mittel- und langfristigen Bereich. Ihm schwebt eine bessere Abstimmung und Verzahnung der vielen im Bereich Bildung und Kultur tätigen Institutionen und Gruppierungen vor. Er erhofft sich, dass es der Stadt Ratzeburg gelingen möge, der VHS eigene Räumlichkeiten zur Verfügung zu stellen. Diese würden nicht nur die Arbeit der Beteiligten erleichtern, sondern auch die Bedeutung, die



Holger Martens

die Volkshochschule ja ohne Zweifel hat, im Bewusstsein der Bürger verankern und einen wichtigen Beitrag zur kulturellen und sozialen Identifikation mit der Region leisten.

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1, Musikraum A110  
 Gebühr: je nach Anzahl der Teilnehmer  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung beim Kursleiter Tel. 04501/822258

## Der eigenen Stimme auf der Spur

**MÖ**

Leitung: Meike Siebert, Sängern und Musiktherapeutin  
 Wir wollen unsere Stimme so, wie sie ursprünglich ist, wieder entdecken. Wir wollen sie aufspüren, wahrnehmen und lebendig werden lassen. Wir arbeiten mit Atem- und Wahrnehmungsübungen, wir summen, tönen und singen einfache Melodien. Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die meinen, sie könnten nicht singen, aber eine Sehnsucht danach haben. Oder an alle, die einfach Lust haben, sich mittels Tönen und Klängen zu entspannen.  
 Beginn: 06.09.2011  
 Termine: 13mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg  
 Gebühr: Euro 50,70 (bei 8 Teilnehmern)  
 VHS Mölln  
 Anmeldung und Info: Tel. 0 45 42 / 8 68 37

## Flötenkreis der VHS-Büchen-Gudow Collegium Musicum Büchen

**BÜ**

Leitung: Peter Winkler  
 Das Collegium Musicum Büchen ist eine musikalische Gemeinschaft mit den unterschiedlichsten Einsatzmöglichkeiten; z.B. bei den jährlich stattfindenden Adventskonzerten in Büchen-Dorf und Lüttau, bei Buchpräsentationen etc. Vor allem Blockflöten bestimmen den intimen Klang des Ensembles. Jeder Instrumentalist, der dazu möchte, ist willkommen.  
 Geübt wird jeden Mittwoch von 20.00 bis 21.30 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1, Raum A 142  
 Beitrag: Euro 15,00 VHS-Jahresbeitrag  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Ansprechpartner: Peter Winkler, Tel. 04153/54901

## Akkordeonunterricht (ab 6 Jahre)

**BÜ**

**Anfänger und Fortgeschrittene**  
 Leitung: Dipl. Musikpädagogin Antje Lorenz  
 Nach der Babypause geht es endlich weiter!  
 Alle Altersgruppen sind herzlich willkommen, das Akkordeon in seiner Vielfältigkeit zu entdecken und mit Freude zu erlernen. Der Unterricht wird individuell unter Berücksichtigung der Wünsche der Schüler - auch bei der Auswahl der Literatur (Tango, franz. Musette und Chanson, Klezmer, Klassik, Originalmusik, Volks- und Unterhaltungsmusik) - gestaltet und als Einzel- oder Zweiergruppenunterricht auf Standard- oder Melodiebassakkordeon erteilt.  
 Vorbesprechung: 07.09.2011, 18.30 Uhr  
 Beginn: 26.10.2011  
 Termine: 9mal mittwochs, Zeit nach Absprache  
 Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Musikraum A110  
 Gebühr: je nach Anzahl der Teilnehmer  
 VHS Büchen - Gudow e.V., Tel. 04155/3551  
 Information bei der Kursleiterin, Tel. 0451/795058

## Workshop - Liedgitarre - ohne Noten

**AU**

### Kurs 1 für Anfänger

Leitung: Hans Keller, Tel. 04104/7374  
 Haben Sie irgendwann „einmal etwas mit der Gitarre angefangen“ oder wollten Sie schon immer einmal etwas „mit der Gitarre anfangen“, sind aber im Strudel des Alltags damit nicht weiter gekommen? Dieser Workshop kann dazu helfen, sich und anderen mit Gitarre und Gesang Freude zu vermitteln und Ihren Stimmungen und Gefühlen damit Ausdruck zu verleihen. Lernziel ist die Liedbegleitung mit Akkorden.  
 Voraussetzung: eine funktionsfähige Akustik-Gitarre, Gitarrenkoffer oder -tasche (Gig - Bag), Stimmgerät, 1 Satz Ersatzsaiten, Kapodaster. Die Fingernägel der (meist linken) Greifhand sollten kurz geschnitten sein, während die Fingernägel der Spielhand (meist rechts) etwa Fingerkuppenlänge haben sollten.  
 Lehrbuch: Workshop LiedGitarre auf Daten-CD zum Selber-ausdrucken. Kostenfrei erhältlich bei Hans Keller.  
 Beginn: 09.09.2011  
 Termine: 10mal freitags, 17.30 bis 19.00 Uhr  
 Ort: Treffpunkt Aumühle, Sachsenwaldstr. 18  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel.. 04104/80360  
 Anmeldung bitte bei dem Kursleiter

## Workshop - Liedgitarre - ohne Noten

**AU**

### Kurs 2 für Fortgeschrittene

Leitung: Hans Keller, Tel. 04104/7374  
 In diesem Kurs bauen wir auf erworbene Kenntnisse und Fähigkeiten aus dem Workshop Liedgitarre auf und erweitern unser Repertoire an Grundakkorden mit Übungen und Liedbeispielen. Lernziel ist die Liedbegleitung mit Akkorden.  
 Voraussetzung: sicheres Beherrschen der in Workshop LiedGitarre I erarbeiteten Grundakkorde und Techniken.  
 Lehrbuch: Workshop LiedGitarre auf Daten-CD zum Selber-ausdrucken. Kostenfrei erhältlich bei Hans Keller.  
 Beginn: 09.09.2011  
 Termine: 10mal freitags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
 Ort: Treffpunkt Aumühle, Sachsenwaldstr. 18  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360  
 Anmeldung bitte bei dem Kursleiter

## Gitarrenunterricht für Erwachsene, Anfänger und fortgeschrittene Anfänger

**BE**

Leitung: Hans Keller  
 Haben Sie irgendwann einmal „etwas mit der Gitarre angefangen“, oder wollten Sie schon immer einmal etwas“ mit der Gitarre anfangen“, sind aber im Strudel des Alltags nicht damit weiter gekommen?! Dieser Workshop will dabei helfen, sich und anderen mit Gitarre und Gesang Freude zu vermitteln. Lieder zur Gitarre können uns helfen, Stimmungen und Gefühlen Ausdruck zu geben und zu vertiefen. Lernziel ist die Liedbegleitung. Bringen Sie eine funktionsfähige, spielbare Gitarre, einen Satz Ersatzsaiten und natürlich Lust und (gute) Laune mit. Die Fingernägel der (meist linken) Greifhand sollten kurz geschnitten sein, die Fingernägel der Spielhand (meist rechts) können Fingerkuppenlänge haben.  
 Beginn: 21.09.2011  
 Termine: Gruppe I (Anfänger): 10mal mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr

Gruppe II (Fortgeschrittene): 10mal mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Ort: Schule in Berkenthin  
 Gebühr: Euro 50,00 (48,00)  
 VHS Berkenthin  
 Anmeldung: VHS Berkenthin Tel. 04544/413, Fax: 04544/614, Internet: vhs-berkenthin.de

## Gitarrenunterricht für Erwachsene u. Kinder Anfänger und Fortgeschrittene

**BÜ**

Leitung: Klaus Ferretti  
 Der Musikunterricht findet in 5er Gruppen statt (ab 8 Jahre).  
 In diesem Kurs werden Übungen aus den Bereichen Rhythmik, Akkordkenntnisse, Liedbegleitung und Tabularspiel angeboten.  
 Vorbesprechung: 07.09.2011, 18.00 Uhr  
 Beginn: Tag nach Absprache  
 Termine: 10mal, Zeit nach Absprache  
 Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Musikraum A120  
 Gebühr: Euro 30,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V., Tel. 04155 / 3551

## Gitarrenunterricht für Erwachsene u. Kinder Fortgeschrittene

**BÜ**

Leitung: Uwe Holz  
 Der Musikunterricht findet in 5er Gruppen statt (ab 8 Jahre).  
 Vorbesprechung: 07.09.2011, 18.00 Uhr  
 Beginn: 12.09.2011  
 Termine: 10mal montags, 18.00 bis 19.00 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang D, 1. Stock, Musikraum Grundschule  
 Gebühr: Euro 40,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V., Tel. 04155 / 3551

## Gitarrenunterricht für Erwachsene u. Kinder Fortgeschrittene

**BÜ**

Leitung: Bernd Preuschmann  
 Angesprochen werden Gitarristen, die schon einige Akkorde beherrschen und Lust zum gemeinsamen Singen mit Gitarrenbegleitung haben. Notenkenntnisse werden nicht benötigt.  
 Vorbesprechung: 07.09.2011, 19.00 Uhr  
 Beginn: 14.09.2011  
 Termine: 10mal mittwochs, 19.00 bis 19.45 Uhr  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A1, Raum A142  
 Gebühr: Euro 30,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V., Tel. 04155/3551

## Liedgitarre 1 für Anfänger - Ohne Noten!

**DA**

Leitung: Hans Keller, Liedermacher  
 Sich selbst auf der Gitarre begleiten  
 Haben Sie irgendwann einmal „etwas mit der Gitarre angefangen“, oder anfangen wollen, sind aber im Strudel des Alltags damit nicht weiter gekommen? Dieser Workshop kann dazu helfen, sich und anderen mit Gitarre und Gesang Freude zu vermitteln, Stimmungen und Gefühlen damit Ausdruck zu verleihen. Voraussetzung: Lernziel ist die Liedbegleitung mit Akkorden.  
 Voraussetzungen: Eine funktionsfähige Akustikgitarre, Gitarrenkoffer oder Tasche (Gig-Bag), Stimmgerät, ein Satz Ersatzsaiten sowie ein Kapodaster. Die Fingernägel der (meist linken) Greifhand sollten kurz geschnitten sein, während die Fingernägel der Spielhand (meist rechts) etwa Fingerkuppenlänge haben sollten. Lehrbuch: Workshop Liedgitarre auf Daten-CD zum selber ausdrucken, kostenfrei

erhältlich beim Kursleiter.  
 Beginn: 06.09.2011  
**Kurs-Nr. U 208 09**  
 Termine: 10mal dienstags, 17.30 bis 19.00 Uhr  
 Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 7374



## Workshop LiedGitarre 2 für fortgeschrittene Anfänger - Ohne Noten!

**DA**

Leitung: Hans Keller, Liedermacher  
 Sich selbst auf der Gitarre begleiten  
 In diesem Kurs bauen und erweitern wir unser Repertoire an Grundakkorden mit Übungen und Liedbeispielen. Lernziel ist die Liedbegleitung mit Akkorden. Voraussetzung: Sicheres Beherrschen der in Workshop Liedgitarre 1 erarbeiteten Grundakkorde und Techniken. Lehrbuch: Workshop Liedgitarre auf Daten-CD zum selber ausdrucken, kostenfrei erhältlich beim Kursleiter.  
 Beginn: 06.09.2011 **Kurs-Nr. U 208 10**  
 Termine: 10mal dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr  
 Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
 Gebühr: Euro 60,00  
 VHS Dassendorf  
 Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
 Auskunft zum Kurs unter Tel. 04104/ 7374

## Gitarre für Anfänger I - Kursreihe A

**LA**

Leitung: Ulrich Meyer  
 Sie wollen Gitarre spielen lernen und kennen keine Noten? Macht gar nichts, kommen Sie, wenn Sie zwischen 12 und 88 Jahren alt sind, und lernen Sie die Anfangsgründe auf der Gitarre. Wir wollen gemeinsam Lieder singen und uns dabei auf der Gitarre begleiten, und das ab der ersten Stunde. Bei der Beschaffung der Gitarre sind wir gern behilflich.  
 Beginn: 26.10.2011  
 Termine: 7mal mittwochs, 20.15 bis 21.15 Uhr  
 Parallelkurs:  
 Beginn: 27.10.2011  
 Termine: 7mal donnerstags, 18.45 bis 19.45 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
 Gebühr: jeweils Euro 27,00  
 Diese Kursreihe wird nach den Weihnachtsferien im Frühjahr-Sommersemester 2012 fortgesetzt. Bitte das VHS-Programm beachten!  
 VHS Lauenburg  
 Weitere Info und Anmeldung: Tel. 04153 3125, E-Mail: umeyer1621@web.de

## Gitarre für Anfänger III - Kursreihe B

**LA**

Leitung: Ulrich Meyer  
 Fortsetzung von „Gitarre für Anfänger I“ und „Gitarre für Anfänger II“ aus dem vorigen Semester. Wir erweitern unsere Griff- und Anschlagtechnik und lernen weitere alte Lieder und neue Songs kennen.  
 Beginn: 17.08.2011  
 Termine: 8mal mittwochs, 19.00 bis 20.00 Uhr  
 Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
 Gebühr: Euro 27,00  
 VHS Lauenburg  
 Weitere Info und Anmeldung: Tel. 04153 3125, E-Mail: umeyer1621@web.de

## Gitarre für Fortgeschrittene - Kursreihe B

**LA**

Leitung: Ulrich Meyer  
 Für Teilnehmer, die die Kurse Anfänger I, II



Kultur

und III absolviert haben. U. a. lernen wir einige Zupftechniken, wir fragen uns, warum Lieder mit Gitarrenbegleitung so harmonisch klingen. Wir sprechen über Tonarten, das fröhliche „Dur“ und das sanfte „Moll“ und lernen weitere Lieder kennen. Und wir machen einen Abschlussworkshop.

Beginn: 26.10.2011

Termine: 7mal mittwochs, 19.00 bis 20.00 Uhr und ein Abschlussworkshop

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
Gebühr: Euro 30,00

VHS Lauenburg

Weitere Info und Anmeldung: Tel. 04153 3125,  
E-Mail: umeyer1621@web.de

### VHS-Gitarrengruppe

Leitung: Ulrich Meyer

Seit einigen Jahren existiert die VHS-Gitarrengruppe. Sie ist aus den Gitarrenkursen entstanden und hat sich auch schon öffentlich mit Erfolg präsentiert. Gitarrenspieler, die über das Anfangsstadium hinaus sind, sind zum Mitspielen und -singen herzlich willkommen. Wir legen gemeinsam fest, welche Lieder oder Songs wir uns vornehmen wollen. Und wir machen uns fit für unsere Konzertauftritte.

Wiederbeginn: 18.08.2011, Einstieg jederzeit möglich!

Termine: Donnerstags, 20.00 bis 21.00 Uhr fortlaufend außer der Ferienzeit.

Ort: Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße  
Gebühr: Euro 30,00 / Quartal

VHS Lauenburg

Weitere Info und Anmeldung: Tel. 04153 3125,  
E-Mail: umeyer1621@web.de

### Gitarrenkurs für Anfänger (1 und 2)

Leitung: Volkmar Steffen

Vorkenntnisse nicht erforderlich. Das Kursangebot richtet sich an diejenigen, die die wichtigsten Grundgriffe, Anschläge und Pickingmuster lernen wollen. Im Vordergrund steht der Spaß am Gitarrespielen. Mietgitarren sind in begrenzter Anzahl vorhanden. Gitarren, die von Teilnehmern mitgebracht werden, können vor Kursbeginn fachmännisch auf Funktion geprüft werden.

Kurs 1: Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
Kurs 2: Beginn: 08.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg

Gebühr: je Kurs Euro 39,00 (bei 8 Teiln.) - keine Ermäßigung -

VHS Mölln

Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 39 / 89 15 62

### Gitarrenkurs für Fortgeschrittene (1 und 2)

Leitung: Volkmar Steffen

Vorkenntnisse erforderlich. Das Kursangebot richtet sich an diejenigen, die ihre Kenntnisse über die wichtigsten Grundgriffe, Anschläge und Pickingmuster erweitern wollen. Im Vordergrund steht der Spaß am Gitarrespielen. Mietgitarren sind in begrenzter Anzahl vorhanden. Gitarren, die von Teilnehmern mitgebracht werden, können vor Kursbeginn

fachmännisch auf Funktion geprüft werden.  
Kurs 1: Beginn: 06.09.2011

Termine: 10mal dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr

Kurs 2: Beginn: 08.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg

Gebühr: je Kurs Euro 39,00 (bei 8 Teiln.) - keine Ermäßigung -

VHS Mölln

Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 39 / 89 15 62

### Gitarrenspielen ohne Notenkennnisse

Leitung: Peter Wittenburg

Liederbegleitung auf der Gitarre für Anfänger und Fortgeschrittene. Erlernen Sie Liederbegleitung auf der Gitarre ohne Noten! Freude am Musizieren kennt kein Alter! Wir üben gemeinsam die Grundlagen der Liederbegleitung anhand von bekannten Liedern und den Liedern, die von den Teilnehmern vorgeschlagen werden. Mitgebracht werden sollten: Lust und gute Laune, spielbare Gitarre, Schreibzeug und Hefter für die Arbeitsblätter. Kopierumlagen werden erhoben.

Beginn: 05.09.2011

Termine: 10mal montags, 18.00 bis 19.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben

Gebühr: Euro 40,00

VHS Sandesneben-Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter, H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

### Gitarre zum Kennenlernen

Leitung: Uwe Holz

Sie möchten gerne Gitarre spielen lernen und wollen sich über die verschiedenen Möglichkeiten informieren? Gitarre Klassisch oder Gitarre Liedbegleitung? Sie möchten wissen, was der Unterschied zwischen Notenschrift und Tabulatur ist? Welche Gitarre ist für Anfänger geeignet? An diesem Abend erhalten Sie alle notwendigen Informationen, die Sie vor Beginn eines Gitarren-Anfängerkurs benötigen.

Termin: Montag, 05.09.2011, 19.45 bis 21.15 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

Gebühr: Euro 4,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Gitarre Liedbegleitung - Grundstufe

Leitung: Uwe Holz

Sie erlernen in kurzer Zeit das Gitarrenspiel zur Liedbegleitung. Sie werden verschiedene Gitarrengriffe, sowie verschiedene Schlag- und Zupfmuster kennen lernen.

Notenkennnisse oder sonstige Voraussetzungen sind nicht erforderlich.

Bitte Akustik-Gitarre mit Nylon- oder Stahlsaiten mitbringen!

Beginn: 12.09.2011

Termine: 10mal montags, 19.45 bis 21.15 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

Gebühr: Euro 60,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Mundharmonika in der Blues-, Country-, Folk- und Rockmusik -

#### Workshop für Anfänger

Leitung: Dieter Kropp

Vom einfachen Melodiespiel und Beethovens Neunter bis hin zum urigen Blues, hier lernen Sie es!

Ursprünglich zum einfachen Melodiespiel gedacht, entwickelte sich die „Blues Harmonica“ bzw. „Blues Harp“ (= 10-Kanal einfachtönige diatonische Mundharmonika nach dem „Richter“-System) zu einem facettenreichen Instrument in nahezu allen Musikbereichen.

Im Workshop werden grundlegende Spieltechniken vermittelt: Einzeltonspiel, die Haltung des Instrumentes, rhythmische Figuren, Spiel in verschiedenen Tonarten, „straight harp“, „cross harp“, wichtige Effekte (Vibrato, Bending), das grundlegende 12-Takt-Blues-Schema und einiges mehr. Kenntnisse, die zur eigenen spielerischen Betätigung und zur selbständigen Weiterführung vorbereiten. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich!

Eigene Instrumente (Blues Harp, Big River Harp o.ä.) bitte in C-Dur mitbringen. Es besteht aber auch die Möglichkeit im Kurs Mundharmonikas vom Typ „Big River Harp“ zu einem Preis von 20,00 € zu erwerben.

Dieter Kropp, freiberuflicher Musiker, ist einer der versiertesten Blues-Harp-Spieler Deutschlands und genießt auch internationale Reputation.

Termin: Freitag, 28.10.2011, 14.00 bis 21.00 Uhr

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

Gebühr: Euro 45,00 - keine Ermäßigung möglich!

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Keyboard für Anfänger oder Fortgeschrittene

Leitung: Nicola George

Das eigene Keyboard sollte sinnvoller Weise zum Unterricht mitgebracht werden. Kopfhörer sind erforderlich.

Die Teilnehmer werden vor dem Kursbeginn von Frau George in die passenden Gruppen eingeteilt.

Beginn: 08.09.2011

Termine: 10mal donnerstags, ab 17.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben

Gebühr: Euro 55,00

VHS - Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung: VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

### Afrikanischer Trommelworkshop für Kinder

Leitung: Jimmy Conteh

SB

- In der Trommel schlägt das Herz des Tänzers - Dieses Angebot ist für Kinder geeignet, die sich einmal auf einer „Djembe“ der Afrikanischen Trommel versuchen möchten und Lust haben in eine andere Kultur hineinzu-schnuppern. (Für Kinder ab 6 Jahre)

Samstag, 12.11.2011, 11.30 bis 12.30 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1, Musikraum A 110

Gebühr: Euro 2,50 und Euro 1,50 Leihgebühr für die Trommel.

Ein fortlaufender Kurs schließt sich diesem Workshop an.

VHS Büchen - Gudow e.V.

Schriftliche Anmeldung bei der VHS Büchen-Gudow.

Ein fortlaufender Kurs schließt sich diesem Workshop an.

Dieser Workshop versteht sich als Schnupperangebot für alle, die gern etwas Neues ausprobieren möchten. Mit der Djembe, der Afrikanischen Trommel, werden verschiedene Schlagtechniken und Rhythmen erlernt.

Samstag, 12.11.2011, 13.00 bis 14.30 Uhr

u. 15.00 bis 16.30 Uhr

Ein fortlaufender Kurs schließt sich diesem Workshop an.

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1, Musikraum A 110

Gebühr: Euro 18,00 und Euro 7,00 Leihgebühr für die Trommel.

VHS Büchen - Gudow e.V.

Schriftliche Anmeldung bei der VHS-Büchen-Gudow.

### Afrikanischer Trommelunterricht für Kinder ab 6 Jahren

Leitung: Jimmy Conteh

Beginn: 18.11.2011

Termine: 3mal freitags, 18.15 bis 19.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1, Musikraum A 110

Gebühr: Euro 6,00 und Leihgebühr Euro 4,00 für die Trommel.

VHS Büchen - Gudow e.V.

Schriftliche Anmeldung bei der VHS-Büchen-Gudow.

### Afrikanischer Trommelunterricht Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Jimmy Conteh

In diesem Kurs werden verschiedene Schlagtechniken und Rhythmen erlernt und vertieft.

(Evtl. erfolgt noch eine interne Gruppenaufteilung je nach Können der Trommler.)

## Klavierlehrer Siegfried Lewe



*Musik erleben und lieben lernen*



23881 Breitenfelde · Priesterbach 16

Tel. 0 45 42 / 8 95 14 · Mobil 0173 / 24 11 675

Beginn: 18.11.2011  
 Termine: 3mal freitags, 19.15 bis 20.45 Uhr  
 Eine Verlängerung ist bei ausreichendem Interesse möglich.  
 Ort: Schulzentrum Büchen, Eingang A 1, Musikraum A 110  
 Gebühr: Euro 30,00 u. Euro 10,00 Leihgebühr für die Trommel.  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Schriftliche Anmeldung bei der VHS Büchen-Gudow.

**Tanz**

**Orientalischer Tanz - Mittelstufe**

**BÜ**

Leitung: Christiane Herrmann  
 - Gesundheit, Weiblichkeit, Beweglichkeit  
 Das alles lässt sich im orientalischen Tanz vereinen. Lassen Sie die phantasievollen Bewegungen auf sich wirken.  
 Für Anfänger ohne Vorkenntnisse ist dieser Kurs nicht geeignet.  
 Bitte ein großes Tuch und Gymnastikanzug mitbringen.  
 Beginn: 30.08.2011  
 Termine: 14mal dienstags, 19.45 bis 21.15 Uhr  
 Ort: Haus der Generationen, Müssen  
 Gebühr: Euro 67,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04151/5922

**Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene**

**BÜ**

Leitung: Christiane Herrmann  
 Informationen zum Kurs siehe Orientalischer Tanz Mittelstufe (Dieser Kurs versteht sich als Fortsetzungskurs.)  
 Beginn: 30.08.2011  
 Termine: 14mal dienstags, 18.15 bis 19.45 Uhr  
 Ort: Haus der Generationen, Müssen  
 Gebühr: Euro 67,00  
 VHS Büchen - Gudow e.V.  
 Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 04151/5922

**Orientalischer Tanz / Oriental Pop (Mittelstufe)**

**MÖ**

Leitung: Petra Schlenz  
 Orientalischer Tanz mal nicht klassisch, sondern nach Musik von Tarkan, Shakira u.a. Der Kurs richtet sich an Tänzerinnen mit guten Vorkenntnissen im Orientalischen Tanz. Voranmeldung bei der Dozentin erforderlich.  
 Beginn: 05.09.2011  
 Termin: 10mal montags, 18.30 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Augustinum, Gymnastikraum  
 Gebühr: Euro 40,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung -  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 0172 / 5421366

**Tango - Argentino**

**MÖ**

Leitung: Holger Kohrs und Gisela Flathmann  
 Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen. Die Teilnehmer werden in den Grundprinzipien des Tangos, so wie er sich in Buenos Aires und Montevideo entwickelt hat, unterrichtet. Sie erlernen einfache Schrittkombinationen, die sich in aufbauenden Kursen zu komplexeren Figuren verbinden lassen. Die Teilnehmer erfahren die Schulung des Führens und Folgens und die Orientierung im Raum. Darüber hinaus beinhaltet jede Kurseinheit Übungen zur Körperwahrnehmung nach „Art Feldenk-

rais“ und Übungen zur Rhythmusicherheit. Ausrüstung: Wolldecke und warme Kleidung für die Übungen, Tanzschuhe (Die Damen bitte keine spitzen, hohen Absätze!). Die Kurse laufen durchgehend. Eine Anmeldung ist jederzeit möglich. Bitte erfragen Sie die genaue Unterrichtszeiten und den Unterrichtsort sowie die Gebühr bei der Anmeldung.  
 VHS Mölln  
 Anmeldung: Tel. 0 41 52 / 7 69 78

**Tanzkurs für Jung und Alt (Anfänger)**

**RZ**

Leitung: Alexandra Lembcke  
 Lust zum Tanzen? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Egal, ob Sie schon Vorkenntnisse haben oder nicht, hier können Sie bereits vorhandenes Können festigen und Tänze ganz neu erlernen. Dabei sollte der Spaß aber nicht zu kurz kommen. Der Kurs beinhaltet Standard- und lateinamerikanische Tänze, wie z.B. Disco Fox, Cha Cha Cha, Tango, Rumba, Walzer u.v.m.  
 Beginn Kurs 1: 28.08.2011  
 Termine: je 8mal sonntags, 15.00 bis 16.30 Uhr (Nicht in den Herbstferien)  
 Beginn Kurs 2: 23.10.2011  
 Termine: je 8mal sonntags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Beginn Kurs 3: 08.01.2012  
 Termine: je 8mal sonntags, 15.00 bis 16.30 Uhr  
 Ort: Fechtclub Ratzeburg  
 Bitte nur paarweise anmelden.  
 Gebühr: Euro 35,00 p. Teilnehmer = Euro 70,00 pro Paar  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04542/8293814 (Dozentin)  
 Email: alexandralembcke@gmx.net

**Tanzkurs für Jung und Alt (Fortgeschrittene)**

**RZ**

Leitung: Alexandra Lembcke  
 Dieser Kurs richtet sich vor allem an die Absolventen unseres Anfänger-Tanzkurses, die ihre Tanzkünste noch um einige Figuren und Tänze erweitern möchten. Natürlich können auch andere Personen mit Grundkenntnissen teilnehmen.  
 Beginn Kurs 1: 28.08.2011  
 Termine: je 8mal sonntags, 18.00 bis 19.30 Uhr (Nicht in den Herbstferien)  
 Beginn Kurs 2: 23.10.2011  
 Termine: je 8mal sonntags, 15.00 bis 16.30 Uhr  
 Beginn Kurs 3: 08.01.2012  
 Termine: je 8mal sonntags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Fechtclub Ratzeburg  
 Bitte nur paarweise anmelden.  
 Fechtclub Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 35,00 p. Teilnehmer = Euro 70,00 pro Paar  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04542 / 8293814 (Dozentin)  
 Email: alexandralembcke@gmx.net

**Tanzkreis - für Jung und Alt**

**RZ**

Leitung: Alexandra Lembcke  
 Dieser Kurs richtet sich vor allem an die Absolventen unseres Fortgeschrittenen-Tanzkurses, aber auch an alle Tanzbegeisterten mit entsprechender Erfahrung, die ihr vorhandenes Wissen um einige Figuren erweitern möchten.  
 Beginn Kurs 1: 28.08.2011  
 Termine: je 8mal sonntags, 16.30 bis 18.00 Uhr (Nicht in den Herbstferien)  
 Beginn Kurs 2: 23.10.2011  
 Termine: je 8mal sonntags, 16.30 bis 18.00 Uhr  
 Beginn Kurs 3: 08.01.2012  
 Termine: je 8mal sonntags, 16.30 bis 18.00 Uhr

Beginn Kurs 4: 28.08.2011  
 Termine: je 8mal sonntags, 19.30 bis 21.00 Uhr (Nicht in den Herbstferien)  
 Beginn Kurs 5: 23.10.2011  
 Termine: je 8mal sonntags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Beginn Kurs 6: 08.01.2012  
 Termine: je 8mal sonntags, 19.30 bis 21.00 Uhr  
 Bitte nur paarweise anmelden.  
 Ort: Fechtclub Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 35,00 p. Teilnehmer = Euro 70,00 pro Paar  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04542 / 8293814 (Dozentin)  
 Email: alexandralembcke@gmx.net

**Line Dance**

**RZ**

Leitung: Katja Dau  
 Line Dance ist eine Tanzform, bei der einzelne Tänzer unabhängig von Alter und Geschlecht in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen. Die Choreografien werden auf Musikstücken aus verschiedenen Musikstilen getanzt.  
 Dieser Kurs richtet sich an Anfänger und Tänzer mit Vorkenntnissen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Mitzubringen sind drehfreundige Schuhe.  
 Beginn: 29.08.2011  
 Termine: 10mal montags, 19.30 bis 20.30 Uhr  
 Ort: Grundschule St. Georgsberg, Scheffelstr., Ratzeburg  
 Gebühr: Euro 25,00  
 VHS Ratzeburg  
 Anmeldung Tel. 04542 / 87957

**Line Dance - Aufbaukurs**

**SB**

Leitung: Gabriele Weber-Bleck  
 Dieser Kurs bietet Gelegenheit über die erlernten Tänze hinaus neue Choreografien kennen zu lernen. Grundkenntnisse des Line Dance sind erforderlich.  
 Beginn: 17.09.2011  
 Termine: 5mal sonabends, 14-tägig, 9.30 bis 11.00 Uhr  
 Ort: Aula der ehem. Comeschule, Breslauer Straße 2  
 Gebühr: Euro 30,00 keine Ermäßigung!  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
 Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
 Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**Musik und Bewegung für Senioren Sitztänze**

**SB**

Leitung: Ruth Adomeit  
 Sie haben Freude an der Musik, am Tanz, können aber nicht mehr uneingeschränkt das Tanzbein schwingen? Dann versuchen Sie es vielleicht einmal im Sitzen. Ältere Damen und Herren, die Lust haben in fröhlicher Runde mitzumachen, melden sich bitte bei Frau Adomeit, Tel. 04151/3764.  
 fortlaufend donnerstags, 15.00 bis 16.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Comeschule, Breslauer Str. 2  
 gebührenfrei!  
 VHS Schwarzenbek, Anmeldung: Adomeit  
 Tel. 04151/3764

**Tanzkreis für Senioren**

**SB**

Leitung: Ruth Adomeit  
 Wir sind eine vergnügliche Damengruppe, treffen uns regelmäßig montags von 15.15 bis 16.30 Uhr in der Pausenhalle der Realschule und tanzen europäische Volkstänze, Squares, Mixer und Gesellschaftstänze. Auftritte bei verschiedenen Veranstaltungen haben uns

viel Freude gemacht und vielleicht haben Sie uns gesehen und Lust bei uns mitzumachen. Wir freuen uns über „neue“ Damen!  
 Interessentinnen setzen sich bitte mit Frau Adomeit, Tel. 04151/3764 in Verbindung.  
 fortlaufend montags, 15.00 bis 16.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Comeschule, Breslauer Str. 2  
 gebührenfrei!  
 VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388



**Spiele**

**Schach für jedermann**

**MÖ**

Leitung: Wolfgang Krüger  
 Suchen Sie die ultimative Mattkombination, wollen Sie sich über eine gewonnene Partie freuen und können sich ärgern, wenn es mal nicht so geklappt hat? Kommen Sie an unsere Bretter!  
 Beginn: 08.09.2011  
 Termine: 10mal donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr  
 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln  
 Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung -  
 VHS Mölln  
 Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60

**Theaterspielen**

**Theater aus der Tabakfabrik - Theatergruppe -**

**LA**

Leitung: Edina Hasselbrink, Andreas Püst  
 Seit 1998 besteht das VHS-Theater „Theater aus der Tabakfabrik“, die das Lauenburger Publikum jedes Jahr mit einer neuen Premiere überrascht. Gespielt wird quer durch die Welt-dramatik: Komödie, Tragödie aber auch Kabarett und Boulevard. Im Herbst 2011 wird eine Boulevardkomödie auf die Bühne gebracht. Auch wenn die Gruppe schon am Proben ist, sind Neueinsteiger stets herzlich willkommen. Gesucht werden auch immer helfende Hände, die erst einmal hinter den Kulissen Theaterluft schnuppern möchten. Interessenten können sich telefonisch informieren.  
 Beginn: 29.08.2011  
 Termine: 10mal montags, 20.00 bis 22.00 Uhr (ausgenommen Schulferien)  
 Gebühr: Euro 35,00 (keine Ermäßigung)

**Tagesfahrten · Busreisen  
 Gruppenreisen nach Maß**

www.dahmetal.de  
**Tel.: 04501 - 8203 -0**

**Jetzt neu in Krummesse**

Telefon 01 51 / 51 82 62 37  
 www.nagelstudio-krummesse.de

*Melanie's*  
**Nagelzauber**



möglich)  
VHS Lauenburg  
Info und Anmeldung:  
04131 / 247 157,  
E-Mail: leitung@theater-  
lauenburg.de

### VHS Theatergruppe

Leitung: Daniel Schmidt  
Am 3. Dezember um 15.00 Uhr ist Premiere für unser diesjähriges Weihnachtsmärchen „Neues vom Räuber Hotzenplotz“ von Otfried Preußler. Am 10. und am 11. Dezember finden jeweils um 15.00 Uhr die weiteren öffentlichen Vorführungen im Rathaussaal statt.

Kartenvorverkauf: Tabakshop Lange, Sky-Markt, Erwachsene und Kinder zahlen Euro 4,50 Eintritt.

Für Kitas, Spielkreise u. ä. sind vom 5. bis 7. Dezember Extraaufführungen geplant. Auskünfte hierzu erteilt Frau Hilger, Tel: 04151/2775.

Wenn Sie Lust haben, bei unserer sehr aktiven Theatergruppe mitzumachen, melden Sie sich bitte bei Daniel Schmidt, Tel. 04151/895191.

Wir benötigen nicht nur Schauspielerinnen und Schauspieler, sondern auch engagierte Mitmacher beim Kulissenbau, zum Kostüme nähen, für die Beleuchtung usw.

Wir freuen uns über Jede(n)!

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

SB

Unterschiedliche Voraussetzungen sind kein Problem – sie sind sogar erwünscht. Wenn Sie jemanden kennen der große Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben hat, weisen Sie ihn bitte auf dieses Angebot der Volkshochschule hin. Machen Sie demjenigen Mut! Information und Beratung sind natürlich vertraulich. Beginn: 15.09.2011

Termine: fortlaufend donnerstags, 14.30 Uhr bis 16.45 Uhr, Unterrichtszeiten können auch individuell abgesprochen werden

Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude  
Gebühr: Euro 38,00 für 10 Termine, Ermäßigung möglich

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung telefonisch oder schriftlich (Formular letzte Seite)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

### Mathematik

... das sind wie viel?

**- Mathematik im Alltag**

SB

Leitung: Winfried Hofacker

In diesem Kurs dreht sich alles um das Berechnen von Flächen und das Umrechnen. In unserem Alltag ist die Mathematik nicht wegzudenken. Allein beim Kuchen backen, wenn man statt sechs Eiern einmal nur vier Eier zur Verfügung hat, muss man die entsprechende Menge an Mehl, Zucker, Milch und anderen Zutaten schnell umrechnen. Weiterhin gibt es im Alltag viele Objekte die berechnet werden müssen wie beispielsweise Böden, Wände oder Decken. Hier können Sie sich für viele Alltagssituationen rüsten.

Das Beherrschen der Grundrechenarten wird vorausgesetzt.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Lineal, Geodreieck, Zollstock oder Maßband.

Beginn: 08.11.2011

Termine: 2mal dienstags, 9.30 bis 12.00 Uhr  
Ort: VHS, Berliner Str. 1-5 im Kreissparkasengebäude

Gebühr: Euro 16,00

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Hauswirtschaft I Essen und Trinken

**Kochen und Backen  
(ab 7 Jahren)**

AU

Leitung: Alke Küsel, Oecotrophologin

Beginn: wird noch bekannt gegeben

Termine: wird noch bekannt gegeben

## Kulinarische Reise in die Orientalische Küche

Frau Dilek Ergün bietet erstmals in diesem Herbstsemester verschiedene Kochkurse (u. a. für Jugendliche und junge Erwachsene oder Eltern-Kind) an der Volkshochschule Dassendorf an. Sie arbeitet zurzeit in einer Restaurant-Küche und hat schon einige Erfahrungen als Köchin auf verschiedenen Schiffen sammeln

können. Frau Ergün bietet außerdem einen Catering-Service für Feiern und Partys an. Auf ihrer Homepage [www.orientalischkochen.de](http://www.orientalischkochen.de) können Sie sich über ihr gesamtes Angebot informieren. Überzeugen Sie sich selbst von den Köstlichkeiten des Orients in einem Kurs von Frau Ergün an der Volkshochschule Dassendorf.



Ort: Fürstin-Ann-Mari-von-Bismarck-Schule

Aumühle Schulküche

Gebühr: wird noch bekannt gegeben, zzgl.

Kosten f. Lebensmittel

VHS Aumühle und Wohltorf Tel. 04104/80360

Anmeldung und Rücksprache bei der Kursleiterin

Tel. 04104/694 209

### Kochen für Männer

BÜ

Leitung: Klaus Geiseler

Sie werden in diesem Kochkurs nicht alltägliche Fisch- und Fleischgerichte kennen lernen.

Beginn: 24.10.2011

Termine: 5mal montags, 18.00 bis 22.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Küche Raum B140

Gebühr: Euro 40,00 plus Umlage

VHS Büchen - Gudow e.V.

Anmeldung beim Kursleiter, Tel. 04155/2460

### Traditionelle Gerichte aus der Türkischen Küche

BÜ

Leitung: Gülseren Sevim

Frisches Gemüse, Fleisch, verschiedene Salatvariationen - lassen Sie sich überraschen!

Freitag, 11.11.2011, 18.00 bis 22.00 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Küche Raum B140

Gebühr: Euro 12,00 plus ca. Euro 10,00 Umlage

VHS Büchen - Gudow e.V. Tel. 04155/3551

Information bei der Kursleiterin Tel.

04155/4811

Anmeldung bei der VHS Büchen-Gudow, Tel.

04155/3551

### Arabische Küche

BÜ

Leitung: Dhekra Faruk

Es werden mit frisch gemahlene und selbstgemischten Gewürzen raffinierte orientalische Gerichte gekocht.

Termin: Samstag, 19.11.2011, 10.30 bis 14.30 Uhr

Ort: Schulzentrum Büchen, Küche Raum B140

Gebühr: Euro 12,00 plus ca. Euro 10,00 Umlage

VHS Büchen-Gudow e. V. Tel. 04155/3551

Information bei der Kursleiterin, Tel.

04155/498310

Anmeldung bei der VHS Büchen-Gudow Tel.

04155/3551

### Orientalische Küche - Partybuffet

DA

für Jugendliche und junge

Erwachsene

Leitung: Dilek Ergün

Unsere heutige Auswahl umfasst:

Sigara Böregi - gerollter Teig mit Schafskäse

- Köfte - Hackbällchen dekoriert mit Oliven

u. Gurke

- Tavuk Salatasi - Hähnchensalat mit Wal-

nüssen und Mayo

- Patates - Kart.-salat mit frischen Gewürzen

- Firin Sütlac - Überbackener Milchreis

Termin: Freitag 30.09.2011 von 17.00 bis

20.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

**Kurs-Nr. U 307 03**

Gebühr: Euro 12,80 zzgl. Lebensmittelumlage

VHS Dassendorf

Verbindliche Anmeldung unter Tel. 04104/

699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 0177/ 49 49 177

### Kulinarische Reise in die Orientalische Küche - Vegetarische Speisen

DA

Leitung: Dilek Ergün

Folgendes werden wir gemeinsam zubereiten:

- Mercimek Corbasi - Rote Linsensuppe

- Ispanakli Börek - gebackener Teig mit

Spinat und Schafskäse

- Zeytinyagli Pirasa - Lauch und Karotten mit Reis

- Bulgur Pilavi ve Cacik - Bulgur Reis mit

Gemüse in Knoblauchjoghurt mit Gurke

- Lokma - frittierter Teig mit Sirup

Termin: Donnerstag 17.11.2011 von 17.30

bis 21.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

**Kurs-Nr. U 307 04**

Gebühr: Euro 15,00 zzgl. Lebensmittelumlage

VHS Dassendorf

Verbindliche Anmeldung unter Tel. 04104/

699 146

Auskunft zum Kurs unter Tel. 0177/ 49 49 177

### Kulinarische Reise in die Orientalische Küche - Ein orientalisches Abendmenü

DA

Leitung: Dilek Ergün

Unser Menü:

- Dügün Corbasi - Hochzeitssuppe

- Talas Böregi - Teigtaschen mit Gemüse und

Hähnchenbrustfilet

- Zeytinyagli Fasulye - Grünbohnen mit

Tomaten

- Patlican Kebabive Pilav - Auberginen-Kebab

mit Reis

- Künefe - Fadennudeln mit Sirup

Termin: Freitag, 28.10.2011 von 16.00 bis

20.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18

**Kurs-Nr. U 307 05**

Gebühr: Euro 17,10 zzgl. Lebensmittelumlage

### ENERGIE MACHT AN!

## Strom und Gas bei den Vereinigten Stadtwerken

...suuper  
günstig!



Schweriner Straße 90  
23909 Ratzburg  
Tel. 08 00 - 8 88 88 20 kostenfrei  
[www.vereinigte-stadtwerke.de](http://www.vereinigte-stadtwerke.de)

**stadtwerke**  
Vereinigte Stadtwerke GmbH

VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 0177/ 49 49 177

**Entdecke Orientalisches für Kinder** DA

**Kochkurs für Mutter/Vater und Kind**

Leitung: Dilek Ergün  
Bereiten Sie mit Ihrem Kind oder Enkel folgende Gerichte zu:  
- Yogurtlu Manti - gefüllter Teig mit Hack und Joghurt  
- Cevizli Manti - gefüllter Teig mit Hack und Walnüssen  
- Püreli Köfte - Frikadelle mit Kart.-püree und Gemüse  
- Renkli Salata - bunter Salat mit saisonalem Gemüse  
- Dundurmali Irmik Tatlisi - Griesschnitten mit Eis

Termin 1: Samstag 10.09.2011 von 11.30 bis 14.30 Uhr

Termin 2: Samstag 29.10.2011 von 11.30 bis 14.30 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
Gebühr: Euro 12,80 pro Erwachsener und 6,40 pro Kind

pro Kurs zzgl. Lebensmittelumlage  
**Kurs-Nr. U 307 06/ 07**

VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 0177/ 49 49 177

**Herbstlicher Kürbis** DA

Leitung: Andrea Knackstedt, Dipl. Oecotrophologin  
Der Herbst bringt uns als Frucht der Natur den Kürbis. Der Kürbis hat nicht nur Kult als Halloween - Dekoration sondern ist in der Küche vielseitig verwendbar. Er ist sehr gesund und kalorienarm. Viele unterschiedliche Gerichte rund um den Kürbis möchte ich mir Ihnen zubereiten, von herzhaft bis süß. Bekommen Sie Lust auf den Herbst und den Kürbis.

Termin: Donnerstag 03.11.2011 von 18.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
**Kurs-Nr. U 307 01**

Gebühr: Euro 12,80 zzgl. Lebensmittelumlage  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 040/ 67 03 835

**Vegetarische Küche** DA

Leitung: Andrea Knackstedt, Dipl. Oecotrophologin  
Viele möchten aus ethischen und gesundheitlichen Gründen auf Fleisch verzichten. Nur was soll ich dann kochen. Es geht auch ohne Fleisch und ist äußerst schmackhaft. Ich möchte Ihnen Gerichte ohne Fleisch zeigen, die satt und glücklich machen. Probieren Sie neue Zusammenstellungen und Zutaten aus und verzehren Sie diese Gerichte in geselliger Runde.

Termin: Donnerstag, 29.09.2011 von 19.00 bis 22.00 Uhr

Ort: Grundschule Dassendorf, Bornweg 18  
**Kurs-Nr. U 307 02**

Gebühr: Euro 12,80 zzgl. Lebensmittelumlage  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung: Tel. 04104/ 699 146  
Auskunft zum Kurs unter Tel. 040/ 67 03 835

**„Ist denn schon wieder Weihnachten?“** LA

Leitung: Dipl.-Oecotroph. Christina Ostermann  
Ein Festtagsmenü ohne Stress: Eine gut

überlegte Auswahl der Rezepte und eine gute Vorbereitung lassen auch den Koch/ die Köchin entspannt Weihnachten feiern! An diesem Abend werden die Rezepte gemeinsam gekocht und probiert.

Bitte Deckelgefäße und eine Schürze mitbringen.

Es wird eine Kostenumlage erhoben.  
Termin: Dienstag, 29.11.2011, 18.30 bis 22.00 Uhr

Ort: Küche der Albinus-Gemeinschaftschule, Schulstraße

Gebühr: Euro 10,00 + Kostenumlage  
VHS Lauenburg  
Anmeldung Tel. 04131 981214 AB, Fax. 04131 981215  
E-Mail: info@christina-ostermann.de

**Selbstgemachte Geschenke kommen an** LA

Leitung: Dipl.-Oecotroph. Christina Ostermann  
Ob Marmelade, Chutney oder Pralinen: Geschenke aus der eigenen Küche sind immer willkommen. An diesem Abend bereiten wir süße und pikante Rezepte zu und probieren sie in gemütlicher Runde.

Bitte Deckelgefäße und eine Schürze mitbringen.

Es wird eine Kostenumlage erhoben.

Termin: Dienstag, 13.12.2011, 18.30 bis 22.00 Uhr

Ort: Küche der Albinus-Gemeinschaftschule, Schulstraße

Gebühr: Euro 10,00 + Kostenumlage  
VHS Lauenburg  
Anmeldung Tel. 04131 981214 AB, Fax. 04131 981215  
E-Mail: info@christina-ostermann.de

**Brasiliens Küche I und II - Kochen mit einer Brasilianerin -** LA

Leitung: Débora Paula Blum-Timm, Journalistin  
Brasilianer mögen besonders gern frisches Obst, Fisch und Getreideprodukte. Durch das überwiegend warme Klima werden gern leichte Rezepturen mit Gemüsen und Früchten verwendet, aber auch warme Speisen mit Ölen und Gewürzen sind vom Tisch nicht wegzudenken. Neben Kaffee und Bier trinken Brasilianer gern Caipirinha.

Bitte Deckelgefäße und eine Schürze mitbringen.

Es wird eine Kostenumlage erhoben.

Termin 1: Samstag, 24.09.2011, 14.30 bis 19.00 Uhr

Termin 2: Samstag, 08.10.2011, 14.30 bis 19.00 Uhr

Ort: Küche der Albinus-Gemeinschaftschule, Schulstraße

Gebühr: jeweils Euro 12,00 + Kostenumlage von je Euro 10,00  
VHS Lauenburg  
Anmeldung Tel. 04153 5770006 oder 0176 49943898

**Beliebte Gerichte aus den Urlaubsländern** NU

Leitung: Frauke Krüger, Dipl. Ernährungswissenschaftlerin

Wir werden aus den schönen Urlaubsländern, Spanien, Griechenland und der Türkei, die leckersten Gerichte kochen und uns so in die schönsten Urlaubserinnerungen versetzen. Lebensmittelumlagen werden erhoben.

Bitte Schürze und kleine Behältnisse mitbringen.

Beginn: 24.10.2011  
Termine: 3mal montags, ab 18.15 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nusse, in der Lehrküche

Gebühr: Euro 25,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung beim VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

**Gesundes und Leckerer aus dem Wok** NU

Leitung: Frauke Krüger, Dipl. Ernährungswissenschaftlerin

Beschreibung siehe unten (Sandesneben).  
Nach Möglichkeit bitte einen Wok mitbringen und bei der Anmeldung bekannt geben. Lebensmittelumlagen werden erhoben.

Bitte Schürze und kleine Behältnisse mitbringen.

Beginn: 21.11.2011  
Termine: 3mal montags, ab 18.15 Uhr

Ort: Grund- und Hauptschule Nusse, Lehrküche

Gebühr: Euro 25,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.

Anmeldung beim VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262

**Spezialitäten-Küche** RZ

Leitung: Rolf Lukowski  
Haben Sie Spaß am Kochen? Sie lernen gute Rezepturen für ein komplettes Menü kennen, das unter Anleitung eines Küchenmeisters fachgerecht zubereitet wird. Zum Schluss werden die zubereiteten Speisen bei einem gemütlichen Beisammensein verzehrt. Die anteiligen Lebensmittelkosten von Euro 8,- bis 12,- zahlen Sie bitte beim Kursleiter.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränk.  
Begrenzte Teilnehmerzahl (14)

Letzte Anmeldung 8 Tage vor Beginn  
Kurs 1: 28.09.2011 Internationale Spezialitäten

Kurs 2: 05.10.2011 Trilogie von Fisch

Kurs 3: 26.10.2011 Milchlammkeule

Kurs 4: 16.11.2011 Variationen von der Ente

Kurs 5: 23.11.2011 Rehkizbraten

Kurs 6: 30.11.2011 Duett vom Fasan

Alle Hauptgerichte im 3-Gang-Menü mit Suppe oder Vorspeise und Dessert.

Termine: mittwochs, 18.30 bis 21.30 Uhr

Ort: Schule St. Georgsberg, Ratzeburg

Gebühr: je Abend Euro 15,00 zzgl. Kochumlage  
VHS Ratzeburg

Anmeldung Tel. 038875 / 20982 ab 20.00 Uhr; Fax 038875 / 22355 (Dozent)

**Kochen für Männer (Fortsetzung)** RZ

Leitung: Petra Eggers

In geselliger Runde wollen wir weitere kreative und anspruchsvolle Menükompositionen zubereiten und verzehren.

Die Kurse sind ausgebucht.

Beginn Kurs 1: 30.08.2011  
Beginn Kurs 2: 27.09.2011  
Beginn Kurs 3: 25.10.2011  
Beginn Kurs 4: 29.11.2011  
Beginn Kurs 5: 06.12.2011

Termine: 3mal dienstags, 19.30 bis 22.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg  
Gebühr: Euro 40,00

**Kochen für Männer** RZ



Leitung: Petra Eggers  
In geselliger Runde wollen wir unsere Kochkünste weiter entwickeln.

Beginn: 04.10.2011

Termine: 3mal dienstags, 18.30 bis 21.30 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg

Gebühr: Euro 40,00

Zusätzlich zur Kursgebühr wird eine Umlage für die Zutaten erhoben, die an die Kursleiterin zu zahlen ist.

VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 04542 / 835590 (Dozentin)

**Pralinen-Spezialitäten** RZ

Leitung: Petra Eggers

Passend zur vorweihnachtlichen Zeit wollen wir verschiedene Pralinen ausprobieren und verkosten.

Termin: Donnerstag, 01.02.2011, 18.00 bis 22.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg

Gebühr: Euro 12,00

Zusätzlich zur Kursgebühr wird eine Umlage von Euro 15,00 pro Person für die Zutaten, Material und Rezepte erhoben, die an die Kursleiterin zu zahlen ist.

VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 04542 / 835590 (Dozentin)

**Pralinen-Spezialitäten für Gruppen** RZ

Leitung: Petra Eggers

Passend zur vorweihnachtlichen Zeit und ideal für eine Veranstaltung für eine Gruppe können Sie verschiedene Pralinen ausprobieren und verzehren.

Termin Kurs 1: Donnerstag, 17.11.2011, 18.00 bis 22.00 Uhr

Termin Kurs 2: Donnerstag, 24.11.2011, 18.00 bis 22.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule (Ernst-Barlach-Schule), Ratzeburg

Gebühr: Euro 12,00

Zusätzlich zur Kursgebühr wird eine Umlage für die Zutaten, Material und Rezepte erhoben, die an die Kursleiterin zu zahlen ist.

VHS Ratzeburg  
Anmeldung Tel. 04542 / 835590 (Dozentin)

**Gesundes und Leckerer aus dem Wok** SN

Leitung: Frauke Krüger, Dipl. Ernährungswissenschaftlerin

Aus der Asiatischen Küche kam der „Wok“ zu uns. Wir haben ihn in zwei Kursen entdeckt und liebgewonnen.

An diesen Abenden wollen wir einmal mehr besondere Gerichte der asiatischen Küche anrichten.

Nach Möglichkeit bitte einen Wok mitbringen und bei der Anmeldung bekannt geben. Lebensmittelumlagen werden erhoben.

Bitte Schürze und kleine Behältnisse mitbringen.

Beginn: 24.10.2011

Termine: 3mal montags, ab 18.15 Uhr

Ort: Schulzentrum Sandesneben, Lehrküche

Gebühr: Euro 25,00  
VHS Sandesneben - Nusse e.V.  
Anmeldung beim VHS-Leiter H. Hoffmann, Tel. 04536/808262



## Cooking Teens zwischen 12 und 14 Jahren

SB

Leitung: Andrea Reckler

An diesem Kochnachmittag wird das Bewusstsein für gesunde Ernährung geweckt und gezeigt, wie Gerichte selbstständig zubereitet werden können.

Bitte ein Geschirrhandtuch mitbringen!

Termin: Mittwoch, 21.09.2011, 15.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Lehrküche der Gemeinschaftsschule (altes Realschulgebäude)

Gebühr: Euro 8,00 plus Lebensmittelumlage VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Dänisch - Kochen und Sprechen

SB

Leitung: Maja Dahl Raddatz

ab Stufe A1.2

Sie bereiten zusammen mit unserer Dänischlehrerin Frau Raddatz typisch dänische Gerichte zu und werden dabei neue Vokabeln, hauptsächlich aus dem Reich der Küche, kennen lernen. In dieser Kombination von Koch- und Sprachkurs steht die Anwendung der Sprache im Vordergrund. Sie sollten daher schon etwas Dänisch sprechen.

Beginn: 28.09.2011

Termine: 3mal mittwochs und 1mal samstags, 2. Termin: 26.10.2011, 3. Termin:

30.11.2011, 18.30 bis 21.30 Uhr 4. Termin: Samstag, 03.12.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule, ehem. Realschulküche, Berliner Str. 12

Gebühr: Euro 40,00 + Kochumlage

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Türkisch kochen

SB

Leitung: Zeynep Böler

Die türkische Küche besteht nicht nur aus Kebap und Co., sondern bietet eine Vielzahl an unterschiedlichen raffinierten Rezepten, die mit einigen Tricks einfach nachgekocht werden können.

Bitte bringen Sie Geschirrhandtuch mit!

Termin: Freitag, 07.10.2011, 18.30 bis 21.30 Uhr

Ort: Lehrküche der Gemeinschaftsschule (altes Realschulgebäude)

Gebühr: Euro 8,00 plus Lebensmittelumlage VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Tatort Küche IV - Kochen für Männer

SB

Leitung: Andrea Reckler

Ob Anfänger oder Profi, hier gibt es endlich ein neues Angebot für alle Männer, die in lustiger Runde gemeinsam kochen möchten und bisher nie einen Platz in den schon seit Jahren bestehenden Kochgruppen gefunden haben.

Bitte bringen Sie Geschirrhandtuch mit!

Beginn: 02.11.2011

Termine: 3mal mittwochs, 19.00 bis 22.00 Uhr

Ort: Lehrküche der Gemeinschaftsschule (altes Realschulgebäude)

Gebühr: Euro 21,60 plus Lebensmittelumlage VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)

Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Tatort Küche XVII - Kochen für Männer

SB

Leitung: Marlene Brinkmeier

Beginn: 24.10.2011

Termine: 3mal montags, 19.00 bis 22.00 Uhr  
Ort: Lehrküche der Regionalschule Nordost  
Gebühr: Euro 21,60 plus Lebensmittelumlage VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Tatort Küche XXII - Kochen für Männer

SB

Leitung: Marlene Brinkmeier

Beginn: 01.11.2011

Termine: 3mal dienstags, 19.00 bis 22.00 Uhr  
Ort: Lehrküche der Regionalschule Nordost

Gebühr: Euro 21,60 plus Lebensmittelumlage VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seiten)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

## Das perfekte Weihnachtsmenü 2011

SB

Leitung: Andrea Reckler

Nein, keine Gans, aber trotzdem klassisch mit Vorspeise, Zwischengang, Hauptgericht und Dessert.

Bitte bringen Sie ein Geschirrhandtuch mit!

Termin: Samstag, 26.11.2011, 10.00 bis 16.00 Uhr

Ort: Lehrküche der Gemeinschaftsschule (altes Realschulgebäude)

Gebühr: Euro 16,00 plus Lebensmittelumlage VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

## Trinken

### Bierbrauseminar

SB

Leitung: Torsten Schumacher

In einem eintägigen Kursus können die Teilnehmer lernen, wie nach guter alter Tradition ein leckeres, individuelles Bier gebraut wird, das sich absolut von den herkömmlichen Industriebieren unterscheidet.

Materialekosten in Höhe von 5,00 Euro sind an den Dozenten zu zahlen.

Mindestteilnehmerzahl: 10, max. 20 Teilnehmer. Ein Samstag im Herbst 2012, 9.30 bis 17.30 Uhr

Ort: Küche der Schule Breitenfelde

Gebühr: Euro 20,00

VHS Breitenfelde Tel. 04542/853 690

### Bier selber brauen

LA

Leitung: Dr. Hagen Rudolph

Im Seminar lernen Sie, wie ein beliebiges Bier nach alter Tradition zu Hause gebraut wird. Sie erfahren alles, was Sie über Zutaten, Gerätschaften, Herstellung und Pflege Ihres Bieres wissen müssen.

Teilnehmerzahl: bis 12 Personen

Freitag, 18.03.2011 von 18.30 bis 22.00 Uhr  
Samstag, 19.03.2011 von 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Küche der Albinus-Gemeinschaftsschule, Schulstraße

Gebühr: Euro 36,00

VHS Lauenburg

Anmeldung u. Info.: Tel. 04153 / 798810,

E-Mail: info@hagenrudolf.de

## Wassersport

### UKW-Sprechfunkzeugnis Binnen

LA

Leitung: Y. Frühauf u. Martin Frühauf (Ausbilder des Deutschen Motor-Yachtverbandes)  
Seit 2007 ist es gesetzlich vorgeschrieben, Charterschiffe mit Sprechfunkgeräten auszustatten. Gleichzeitig gehört zum Führen dieser

Schiffe der Nachweis eines Funkerzeugnisses. An zwei Wochenenden werden Schiffsführer sorgfältig in Theorie und Praxis auf die Prüfung zum Erlangen des Funkzeugnisses vorbereitet. Direkt an den Sprechfunkgeräten wird während der Ausbildung geübt. Nach bestandener Prüfung kann der Schiffsführer in allen nationalen und internationalen Binnengewässern von Nord- und Ostsee bis zum Mittelmeer am Sprechfunk teilnehmen.  
Beginn: 12.11.2011

Termine:

2mal samstags Theorie, 12. u. 19.11.2011, 13.00 - 17.00 Uhr

2mal sonntags Praxis, 13. u. 20.11.2011, 10.30 - 13.30 Uhr

Praktische und theoretische Prüfung gem. Absprache in Hamburg

Lehr- und Lernunterlagen werden zur Verfügung gestellt.

Gebühr: Auf Anfrage

Gaststätte Skippertreff im Yachthafen Lauenburg, Hafenstraße

VHS Lauenburg

Anmeldung Tel. 04153 5400800, 01718112185, E-Mail: martinfruehauf@kabelmail.de

### Segelführerscheine (Sonderkurs)

MÖ

Leitung: Peter Morgenroth

a) Segelgrundschein

Praxis und Theorie

Beginn: 04.09.2011

Ort: Segelschule am Jägerdenkmal 1, Ratzeburg VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 04541/83200

### Motorbootführerscheine (Sonderkurs)

MÖ

Leitung: Peter Morgenroth

-Amtlicher Führerscheine für Boote mit mehr als 5 PS Binnen und See-

Vorbereitung: Montag, 19.09.2011, 19.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg

Die Gebühr erfragen Sie bitte bei der Anmeldung unter Tel. 04541/83200.

VHS Mölln

## Sonderprogramme Ausstellungen / Tagesfahrten / Studienreisen

### Sprachferien in England

MÖ

Die Arbeiterwohlfahrt Mölln bietet in den Sommerferien 2012 wieder ihre beliebten Sprachreisen für Schüler nach England an. Die Unterbringung erfolgt in Gastfamilien.

Einzelheiten über Dauer, Ziel und Preise erfahren Sie werktags von 9.00 bis 12.00 Uhr unter Tel. 04542/7766 von der Awo Mölln.

Die Arbeiterwohlfahrt bietet zusammen mit Europartner-Reisen auch Sprachferien für Erwachsene in England und Frankreich an. Angeboten wird ein Sprachkurs: täglich 6 Unterrichtsstunden à 45 Minuten, vormittags in Gruppen zu maximal 8 Personen. Sein Ziel ist es, vorhandene Sprachkenntnisse zu aktivieren, um die Kommunikationsfähigkeit in der Fremdsprache zu verbessern. Vorgesehen sind außerdem touristische Ausflüge in die Umgebung. Die Unterbringung erfolgt in erprobten Gastfamilien.

Einzelheiten über Dauer, Ziel und Preise erfahren Sie werktags von 9.00 bis 12.00 Uhr unter Tel 04542/7766 von der Awo Mölln. VHS Mölln

### Studienreise nach Kopenhagen

MÖ

Leitung: Irene Dörpinghaus

Im Rahmen der Dänisch-Kurse fahren regelmäßig einzelne Gruppen der VHS Mölln für ein Wochenende nach Kopenhagen. Einzelheiten über Termine, Kosten und Voraussetzungen werden in den Kursen „Dänisch“ bekannt gegeben. Die Teilnahme ist nicht an die Kursbelegung gebunden; Voraussetzung sind allerdings dänische Sprachkenntnisse.

VHS Mölln

Anmeldung: Tel. 04543 / 89 12 25

### Panorama der antiken Metropole - Ausstellung im Pergamonmuseum in Berlin

SB BÜ

Leitung: Volker Martens

Details zur Ausstellung fordern Sie bitte bei der VHS Schwarzenbek an.

Termin: Donnerstag, 13. Oktober 2011

Busfahrt ab Schwarzenbek, Abfahrt 7.30 Uhr, Zustiegemöglichkeit in Büchen, Uhrzeit bitte bei der VHS erfragen, Rückkehr gegen 20.30 Uhr

Kosten: Euro 55,00 für Fahrt, Eintritt und Führung (Kinder/Jugendliche bis 14 Jahren zahlen eine ermäßigte Gebühr!)

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Edvard Munch - Rätsel hinter der Leinwand Ausstellung in der Kunsthalle Bremen

SB

Leitung: Volker Martens

Details zur Ausstellung fordern Sie bitte bei der VHS Schwarzenbek an.

Termin: Samstag, 05.11.2011

Bahnfahrt ab Schwarzenbek, Abfahrt 9.00 Uhr, Rückkehr gegen 19.00 Uhr.

Kosten: Euro 30,00 für Bahn, Eintritt und Führung

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388

Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

### Max Liebermann Vortrag von Marion Koch

SB

Leitung: Volker Martens

In Zusammenarbeit mit dem Amtsrichterhaus Schwarzenbek

In dem Einführungsvortrag wird das Leben und der künstlerische Werdegang Max Liebermann vorgestellt.

Termin: Mittwoch, 19.10.2011, 19.30 Uhr

Ort: Amtsrichterhaus Schwarzenbek, Körnerplatz 10

Gebühr: Euro 10,00

VHS Schwarzenbek, Tel. 04151 / 53 88

### Führung durch die Sonderausstellung "Max Liebermann", Kunsthalle Hamburg

SB

Leitung: Volker Martens

In Zusammenarbeit mit dem Amtsrichterhaus Schwarzenbek

Termin: Freitag, 04.11.2011, 14.00 Uhr

Treffpunkt: Foyer Galerie der Gegenwart, Kunsthalle Hamburg

Gebühr: Euro 5,00 zzgl. Eintritt Kunsthalle

VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)  
Bitte geben Sie den genauen Kurstitel an!

**VHS-Studienreise nach Rumänien**

**SB**

Leitung: Volker Martens  
Sie können über die VHS Schwarzenbek dieses faszinierende Land auf einer Studienreise im Mai 2012 entdecken.  
Details zur Studienreise fordern Sie bitte bei der VHS Schwarzenbek an  
Preis: Euro ca. 1300,00 abhängig von der Teilnehmerzahl  
Im Preis enthalten: Flug mit Lufthansa: Hamburg-Bukarest-Hamburg; 10x Übernachtung mit Frühstück und Abendessen; alle Eintritts- und Besichtigungskosten  
Bitte erkundigen Sie sich an der VHS Schwarzenbek nach dem genauen Reiseternin.  
VHS Schwarzenbek Tel. 04151/5388  
Anmeldung schriftlich (Formular letzte Seite)

**Theaterfahrten**

**VHS Büchen - Gudow**

**BÜ**

Theaterabo - Theaterfahrt nach Lüneburg  
Wir haben ein Sonntagsabonnement.  
Spielzeit 2011/2012  
7 Vorstellungen, Beginn jeweils um 19.00 Uhr  
16.10.2011 Buddenbrooks, Schauspiel  
13.11.2011 Tosca, Oper  
08.01.2012 My Fair Lady, Musical  
12.02.2012 Ein Käfig voller Narren, Musical  
11.03.2012 Bewegende Zeiten, Ballett  
22.04.2012 Don Giovanni, Oper  
20.05.2012 Tod im Turm, Musical  
Abfahrt ab Büchen 17.45 Uhr mit Zustiegsmöglichkeiten in Gudow, Güster, Franzhausen, Witzeeze, Dalldorf und Lauenburg.  
Rückkehr gegen 22.30 Uhr.  
Das Abo kostet inkl. Busfahrten zwischen ca. Euro 161,00 und Euro 195,00. Falls Sie einmal „schnuppern“ möchten, melden Sie sich bei Manfred Schulz, Tel. 04155/3639. Gelegentlich verschenken Teilnehmer Karten für eine Vorstellung. Falls Sie für die nächste Spielzeit Interesse haben, lassen Sie es uns wissen.  
VHS Büchen - Gudow e.V., Tel. 04155/3639 u. 3551

**Vier Fahrten zu den Highlights der Hamburger Kulturszene**

**DA**

In Zusammenarbeit mit der Hamburger Volksbühne e.V. bietet die Volkshochschule Dassendorf ein preiswertes und bequemes Kulturprogramm an. Sie erleben vier Fahrten in die Hamburger Theater und die Staatsoper für nur Euro 147,00 pro Person (inklusive Eintrittskarten und Busfahrten):  
Komödie Winterhuder Fährhaus - Der blaue Engel  
Termin: Mittwoch 16.11.2011, 19.30 Uhr  
Laeiszhalle Hamburg - Weihnachtsgala mit Original Don Kosaken Chor Serge Jaroff  
Termin: Donnerstag 22.12.2011, 20 Uhr  
Ernst Deutsch Theater - Blütenträume  
Termin: Dienstag 13.03.2012, 19.30 Uhr  
Staatsoper Hamburg - Die kleine Meerjungfrau  
Termin: Mittwoch 25.04.2012, 19.30 Uhr  
Der Bus fährt jeweils 90 Minuten vor Vorstellungsbeginn zentral vor der Geschäftsstelle der VHS Dassendorf, Am Wendel 2a, ab. Ihre Eintrittskarten erhalten vor der jeweiligen Veranstaltung im Bus. Das Konzept der Volksbüh-

ne beruht auf den günstigen Karten, die sich durch eine ausgewogene Platzverteilung unseres EDV-Systems ergeben. Die Platzvergabe variiert für jeden Teilnehmer in den Kategorien 1 bis 4. Spielplanänderungen sind vorbehalten.  
**Kurs-Nr. U 208 00**  
VHS Dassendorf  
Verbindl. Anmeldung bis zum 07.10.11, Tel. 04104/ 699 146

**Theaterabonnement - Hamburger Bühnen Kulturprogramm 1**

**LA**

Inhalt: Ernst-Deutsch-Theater, Laiszhalle, Staatsoper Hamburg, Ohnsorg Theater  
In Zusammenarbeit mit der Hamburger Volksbühne e.V. bietet die VHS Lauenburg ein preiswertes und bequemes Kulturprogramm an. Sie erleben vier Veranstaltungen der Hamburger Bühnen:  
1) Ernst-Deutsch-Theater  
- Heute wieder Hamlet Von Reiner Lewandowski  
Mit Volker Lechtenbrink  
Termin: Dienstag, 01.11.2011, 19.30 Uhr  
2) Laeiszhalle Hamburg - Kleiner Saal  
- Weihnachten bei den Buddenbrooks  
Vorleser: Clemens von Ramin  
Termin: Sonntag, 18.12.2011, 19.00 Uhr  
3) Staatsoper Hamburg  
- La Traviata Oper von Giuseppe Verdi  
Klassische Inszenierung von Folke Abenius  
Termin: Donnerstag, 16.02.2012, 19.30 Uhr  
4) Ohnsorg Theater  
- Endlich allein (Alone together)  
Mit Heidi Mahler, Joachim Bliese, Robert Eder, Axel Stosberg u.a.  
Termin: Mittwoch, 11.04.2012, 20.00 Uhr  
Preis: Euro 99,00 mit eigenem PKW  
Ein Busservice kann ab Lauenburg für Euro 60,00 hinzu gebucht werden.  
Bei einer Gebühr von Euro 3,00 können Abonnenten 10 Tage vor Beginn Ihre Aufführung tauschen!  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 040 227006-30, E-Mail: steffen@vb-hh.de

**Theaterabonnement - Hamburger Bühnen Kulturprogramm 2**

**LA**

Inhalt: Staatsoper, CCH, Winterhuder Fährhaus, Laeiszhalle  
In Zusammenarbeit mit der Hamburger Volksbühne e.V. bietet die VHS Lauenburg ein preiswertes und bequemes Kulturprogramm an. Sie erleben vier Veranstaltungen der Hamburger Bühnen:  
1) Staatsoper Hamburg  
- Die Zauberflöte Oper von Mozart  
Termin: Mittwoch, 30.11.2011, 19.00 Uhr  
2) CCH  
- Schwanensee von Peter Tschaikowsky  
St. Petersburger Staatsballett  
Termin: Freitag, 13.01.2012, 20.00 Uhr  
3) Komödie Winterhuder Fährhaus  
- Kalender Girls  
Mit Brigitte Grothum, Marijam Agischewa, Manon Straché, Gabi Gasser u.a.  
Termin: Mittwoch, 07.03.2012, 19.30 Uhr  
4) Laeiszhalle - Großer Saal  
- Philharmoniker Hamburg  
Dirigent: Ivor Bolton, Solistin: Ragna Schirmer (Klavier)  
Benjamin Britten: Suite on English Folk Tunes  
Ludwig van Beethoven: Konzert für Klavier und Orchester Nr. 1 C-Dur op. 15  
Frederick Delius: Brigg Fair – an English Rhapsody  
Wolfgang Amadeus Mozart: Sinfonie Nr. 39 Es-Dur KV 543  
Termin: Montag 16.04.2012, 19.30 Uhr  
Preis: Euro 112,00 mit eigenem PKW  
Ein Busservice kann ab Lauenburg für Euro 60,00 hinzu gebucht werden.  
Bei einer Gebühr von Euro 3,00 können Abonnenten 10 Tage vor Beginn Ihre Aufführung tauschen!  
VHS Lauenburg  
Anmeldung: Tel. 040 227006-30, E-Mail: steffen@vb-hh.de

**Aufführungen**



**Kleine Bühne Theateraufführungen**

**MÖ**

**der Stadt Schwarzenbek**

22.10.2011 - Seine Braut war das Meer  
Musikalisches Schauspiel u.a. mit Nina Petri  
20.11.2011 - Tadellöser und Wolff  
Schauspiel u.a. mit Hannelore Dröge  
15.12.2011 - Wer nimmt Oma 2011?  
mit Hans Scheibner  
15.01.2012 - Männerbeschaffungsmaßnahmen  
musikalisches Schauspiel u.a. mit Jasmin Wagner u. Ulla Meineke  
16.02.2012 - Anna Karenina  
u.a. mit F.-J. Dieken und Jürgen Hoppe  
Festsaal des Rathauses Schwarzenbek  
Beginn: 20.00 Uhr. Karten für den freien Verkauf (ab Euro 14,00) sind im Tabakshop Lange im Sky-Markt erhältlich.  
Abonnements ab Euro 50,00 über Stadt Tel. 881-132  
Anmeldungen sowie weitere Informationen erhalten Sie in der Stadtverwaltung Schwarzenbek, Tel.: 04151/ 881132

**Senioren**

**Seniorenfrühstück - Sonntagmorgen in Gesellschaft**

Leitung: Lothar Ahrend  
Seit September 2000 bietet der Seniorenbeirat das Seniorenfrühstück in geselliger Runde an. Es erfreut sich, die Teilnehmerzahl bestätigt es, eines regen Zuspruchs.  
Genießen auch Sie den Sonntagmorgen mit gutem Frühstück zu zivilen Preisen und guter Unterhaltung.  
Im Restaurant „Soltstraatenhus“ Lauenburg/Elbe, Reeperbahn,  
jeweils von 8.00 Uhr bis 11.30 Uhr an folgenden Sonntagen:  
21.08./ 18.09./ 23.10/ 27.11./ 18.12.2011  
VHS Lauenburg  
Info: Tel. 04153 52 111

**Seniorenbeirat der Stadt Lauenburg/Elbe  
Seniorenachmittage 2011 / 2012**

Treffpunkt: MOSAIK-Festsaal, Raiffeisenweg 1a · Beginn: 15.00 Uhr, Eintritt frei

**Donnerstag 08.09.2011**

Lauenburg vor 50 Jahren, musikalische Unterhaltung an der Hammondorgel  
Dr. W. Boehart, Herr Krzenzck

**Donnerstag 12.01.2011**

Namibia - Land der Kontraste  
Herr Heinz-Achim Borck, Mölln

**Donnerstag 13.10.2011**

Wenn Haus und Grundstück zu groß werden - Eigentum im Alter  
Immobilienervice Gallandt  
Deel-Dansers, Tanzen nach Country- und Popmusik  
Tanzgruppe der LSV

**Donnerstag 09.02.2011**

Ein musikalischer Namittag - Döntjes und Musik  
Bubi Twesten  
Aktuelles aus Lauenburg  
Bürgervorsteher/Bürgermeister

**Donnerstag 10.11.2011**

Ernährung im Alter - Gut ernährt, genussvoll älter werden  
N. N.  
Kinder-Tanzgruppe im Karnevalsmonat  
Karnevalsverein Schnakenbek  
Aktuelles aus Lauenburg  
Bürgervorsteher/Bürgermeister

**Donnerstag 08.03.2011**

In Zusammenarbeit mit der Raiffeisenbank Lauenburg - „Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung“  
Juristin Monika Dittmer

**Donnerstag 12.04.2011**

Modenschau in alt bewährter Form  
„Für jedes Alter das Richtige“  
Modellkommode  
Kühlungsborn

**Donnerstag 08.12.2011**

Adventsfeier für Jung und Alt  
Seniorinnenchor und Musikkreis der Albinus-Gemeinschaftsschule

**Donnerstag 10.05.2011**

Shanty's für Jung und Alt  
Aktuelles aus Lauenburg  
Lauenburger Kielschweine  
Bürgervorsteher/Bürgermeister

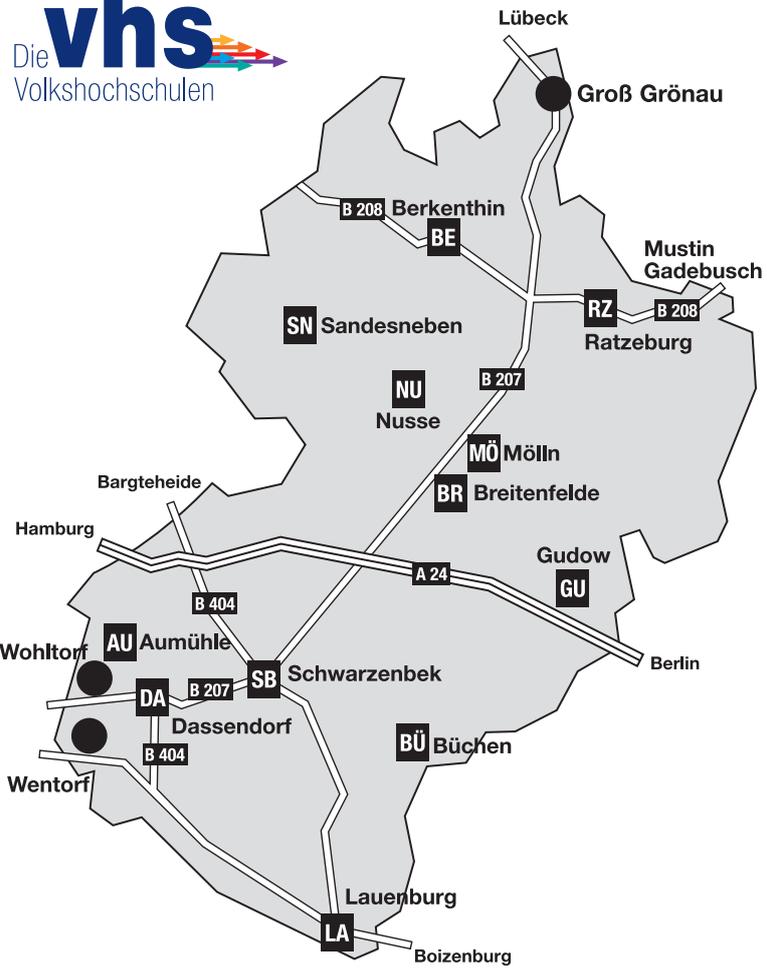
**Ausfahrten:**

Dienstags  
20.09.2011 nach Perleberg  
18.10.2011 nach Bremerhaven  
17.04.2011 nach Wernigerode  
Termin offen nach Ottersberg  
Mai 2012  
08.07.2011 bis 12.07.2012 5-tägige Sommerfahrt

Änderungen vorbehalten!

Die Teilnehmer/Innen an den Veranstaltungen sind gegen Unfall- und Haftpflichtschäden nicht versichert!

Sprecher: Klaus Hölting,  
Windmühlenkamp 9,  
21481 Lauenburg/Elbe,  
Tel. 04153 51474



### Adressenübersicht

<p><b>AU</b> VHS Aumühle-Wohltorf e.V. Bergstr. 9, 21521 Aumühle Tel. und Fax: 04104 / 80360 Internet: www.vhs-aumuehle-wohltorf.de E-Mail: VHS.AU-WO@gmx.de</p>	<p><b>LA</b> VHS Lauenburg e.V. Postfach 15 51, 21474 Lauenburg/Elbe Tel.: 04153/5509997 Fax: 04153/5509998 Internet: www.vhs-lauenburg.de E-Mail: info@vhs-lauenburg.de</p>
<p><b>BE</b> VHS Berkenthin e.V. Schützenstraße 3, 23919 Berkenthin Tel.: 04544/413 Fax: 04544/614 Internet: www.vhs-berkenthin.de E-Mail: info@vhs-berkenthin.de</p>	<p><b>MÖ</b> VHS Mölln Postfach 1330, 23879 Mölln Tel.: 04542/89660 Fax: 04542/5986 Internet: www.vhs-moelln.de E-Mail: post@vhs-moelln.de</p>
<p><b>BR</b> VHS Breitenfelde e.V. Schulstraße 17, 23881 Breitenfelde Tel.: 04542/853690 Fax: 04542/89828 Internet: www.vhs-breitenfelde.de E-Mail: leitung@vhs-breitenfelde.de</p>	<p><b>RZ</b> VHS Ratzeburg Unter den Linden 1, 23909 Ratzeburg Tel.: 04541/8000-146 Fax: 04541/8000-9999 Internet: www.ratzeburg.de E-Mail: vhs.ratzeburg.info</p>
<p><b>BÜ</b> VHS Büchen - Gudow e.V. Postfach 1150, 21510 Büchen Tel.: 04155/3551 Fax: 04155/3550 Internet: www.vhs-buechen-gudow.de E-Mail: info@vhs-buechen-gudow.de</p>	<p><b>SN</b> VHS Sandesneben-Nusse e.V. Nelkenweg 16, 23898 Sandesneben Tel.: 04536/808262 Fax: 04536/808263 Internet: www.VHS-Sandesneben.de E-Mail: vhs.sandesneben-nusse@gmx.de</p>
<p><b>DA</b> VHS Dassendorf e.V. Am Wendel 2a, 21521 Dassendorf Tel.: 04104/699146 Fax: 04104/699181 Internet: www.vhs-dassendorf.de E-Mail: service@vhs-dassendorf.de</p>	<p><b>SB</b> VHS Schwarzenbek e.V. Berliner Str. 1-5, 21493 Schwarzenbek Tel.: 04151/5388 Fax: 04151/894522 E-Mail: VHS.Schwarzenbek@t-online.de Internet: www.VHS-Schwarzenbek.de</p>

## Anmeldung

Kurs(e)

\_\_\_\_\_

Name Vorname

\_\_\_\_\_

Straße

\_\_\_\_\_

PLZ Wohnort

\_\_\_\_\_

Telefon

\_\_\_\_\_

Ich beantrage Ermäßigung, weil

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(Ein Nachweis (Kopie) ist begefügt)

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich für den/die oben angegebenen Kurs(e) an. Ich erkenne die im VHS-Programm veröffentlichten Teilnahmebedingungen der jeweiligen Volkshochschule an.

Datum Unterschrift

\_\_\_\_\_

## Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich die VHS \_\_\_\_\_ zur einmaligen Abbuchung der Gebühr für o.g. Kurs(e) von meinem Konto.

Bank

\_\_\_\_\_

BLZ

\_\_\_\_\_

Kontonummer

\_\_\_\_\_

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Wir benachrichtigen Sie nur, wenn ein Kurs nicht wie angegeben stattfinden kann. Ihre Angaben werden nur für Verwaltungszwecke bearbeitet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nur im Rahmen des Lastschriftverfahrens oder des Mahnverfahrens bei nicht bezahlter Kursgebühr).

Datum Unterschrift

\_\_\_\_\_