

Lernen an der VHS

An der VHS lernen erwachsene Menschen.

Viele Kurse gibt es an der VHS: Malen, Fotografieren, Computer, Sprachen, Gesundheit und vieles mehr.

Viele Dinge können Sie lernen, auch wenn Ihnen das Lernen schwer fällt.

Oft müssen Sie auch nicht lesen oder schreiben können, um dabei zu sein.

Wir möchten, dass Sie viel Spaß haben und etwas neues entdecken.

Wir helfen Ihnen dabei.

Die Kurse beginnen an einem festen Termin. Zu den Kursen muss man sich anmelden.

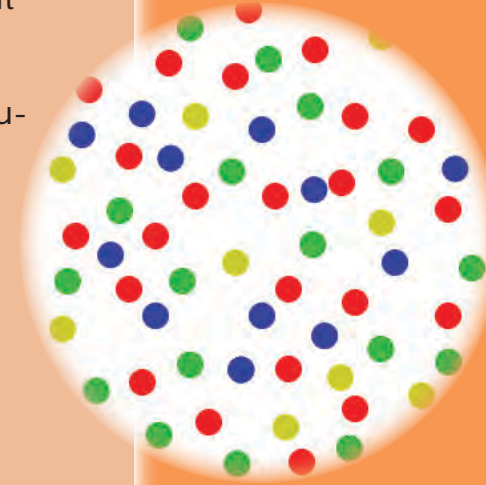
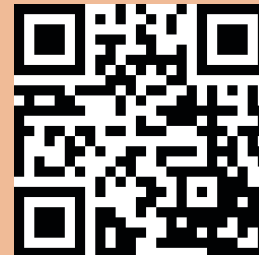
Nicht jeder Kurse passt für Sie. Sind Sie unsicher, ob der Kurs gut für Sie ist? Holen Sie sich Hilfe! Am besten Sie fragen Ihre Betreuung oder einen Freund.

Noch Fragen?

Bitte fragen Sie Ihre Betreuung oder einen Freund, wenn Sie etwas nicht verstehen.

Sie können auch die Volkshochschule anrufen. Wählen Sie folgende Nummer:
02373/903-8400

VHS Menden-Hemer-Balve
Untere Promenade 28
58706 Menden
fon: 02373/903-8400
fax: 02373/903-10-8400
info@vhs-mhb.de
www.vhs-mhb.de
www.facebook.de/vhsmhb
www.youtube.com/vhsmhb



ICH BIN DABEI!

Lernen an der VHS
für Menschen mit
geistiger, seelischer
oder psychischer
Behinderung

Herbst/Winter
2016/2017

GESELLSCHAFT

Gemeinsam lernen und gesund bleiben

KOMM, SING UND SPIEL MIT UNS

Wenn du Lust hast, Lieder in gemeinsamer Runde zu singen und zu spielen, bist du hier richtig. Wir benutzen auch eine Gitarre und weitere einfache Instrumente. Mit viel Spaß probieren wir die Instrumente aus und singen dazu. Auch ohne Erfahrung mit dem Singen seid ihr herzlich willkommen!

Manche Schlager und Popsongs werdet ihr schon kennen. Wir werden aber auch einige Volkslieder singen. Im Kurs werdet ihr also singen, musizieren und viel über die Musik erfahren.

216/23003Y

Thorsten Roy, freitags, 11.11.16, 16.30 - 18 Uhr, 5 x, Menden, Haus der VHS, Raum B 12, 10 UE, 37,50 €

ACRYLMALEREI „INNERE WELTEN“

Malerei ist Freiheit. Ohne feste Regeln können alle Dinge gemalt werden, die uns in den Sinn kommen. Dabei können wir auch gut fühlen, welche Stimmung wir haben. Diese Stimmung können wir dann mit Farbe ausdrücken. So werden unserer Kreativität keine Grenzen gesetzt.

Alle Kursmaterialien werden bereitgestellt. Bereits vorhandene Farben, Pinsel und Keilrahmen können mitgebracht werden.

216/2411Y

Corinna Häußler/Nils Bonk, freitags, 9.9.16, 16.30 - 18 Uhr, 5 x, Menden, Haus der VHS, Raum B 11, 10 UE, 41,50 €

WERKEN MIT HOLZ

Wer Freude am Werken hat, ist in diesem Kurs genau richtig. Aus Holz werden wir diesmal kleine weihnachtliche Objekte bauen. Dabei lernen wir den Gebrauch wichtiger Werkzeuge und einfache Grundkenntnisse der Holzbearbeitung wie z.B. sägen, feilen, schleifen und leimen kennen. Eigene Ideen können eingebracht werden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Alle Materialien und Werkzeuge werden gestellt.

216/24184Y

Johannes Büschleb, freitags, 28.10.16, 16.30 - 18 Uhr, 5 x, Menden, Haus der VHS, Raum A U2, 10 UE, 62,50 €

Bitte mitbringen: praktische, robuste Kleidung

FOTOGRAFIE „KONTRASTE“

Die Gegensätze von „hell und dunkel“, „alt und neu“, „groß und klein“, „schwarz und weiß“ stehen im Mittelpunkt dieses Fotokurses. Wo finden wir diese Kontraste und wie schaffen wir welche? Zusätzlich werden die Grundlagen der Fotografie weiter vertieft. Es werden auch praktische Tipps für fortgeschrittene Hobbyfotografen gegeben.

216/2449Y

Nils Bonk/Corinna Häußler, samstags, 12.11.16, 11 - 12.30 Uhr, 5 x, Menden, Haus der VHS, Raum B 12, 10 UE, 47,50 €, Bitte mitbringen: je zwei Speicherkarten für deine Digitalkamera

SCHNELLE, EINFACHE KÜCHE

Schnell, einfach und trotzdem unheimlich lecker! Wir kochen neue Gerichte mit wenig Aufwand. Da kann auch mal der Besuch mitessen...

216/5304Y

Christiane Wessel, Samstag, 17.9.16, 10 - 13.45 Uhr, 1 x, Hemer, Sauerlandpark, Raum O22, 5 UE, 21,50 € (inkl. Lebensmittel)

Bitte mitbringen: Schürze, Spül- und Trockentuch, Vorratsbehälter und Getränk

FITNESS, SPORT & SPASS

Hier findet man neue Freunde und hat Spaß mit anderen.

Wir trainieren und bauen aus Bänken, Matten und Kästen Bewegungslandschaften. Wir spielen Spiele wie Fußball, Federball, Kegeln und Hockey und tragen kleine Wettkämpfe aus. Alles was uns in Schwung bringt und rein ins Freizeitvergnügen holt wird gemacht. Bewegung tut gut, lasst euch überraschen!

216/5605Y

Holger Klippel, freitags, 16.9.16, 17.45 - 18.45 Uhr, 15 x, Menden, Gymnasium der Stadt Menden / Rodenbergschule, Turnhalle, 20 UE, 67,60 €

