



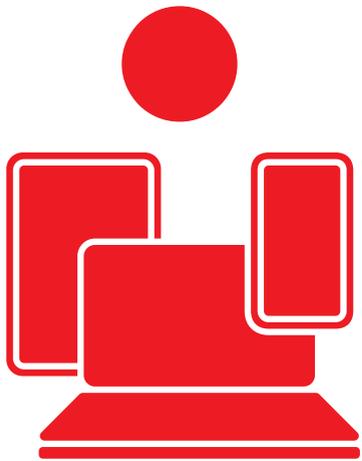
Digital sein ist einfach.

PROGRAMM AUGUST 2020 – JULI 2021

VOLKSHOCHSCHULE „KARL MUNDT“



vhs 100 Jahre
Wissen teilen



Wir helfen Ihnen dabei,
die digitale Sparkassenwelt
zu verstehen.

 Rhön-Rennsteig
Sparkasse

rrspk.de

VOLKS- HOCHSCHULE „KARL MUNDT“

RATHAUS HEINRICHS

PROGRAMM AUGUST 2020 – JULI 2021

WIR SCHENKEN IHNEN GEHÖR!

HÖRGERÄTE
MÖCKEL

Audiologie und Hörakustik

100€* GUTSCHEIN

- ✓ Auswahl aus über 1.000 Modellen der besten Hersteller
- ✓ Persönliche und unabhängige Beratung
- ✓ Einstellung der Hörgeräte auf Ihr individuelles Hörprofil mit unserem patentierten AnpassSystem audiosus (in Südthüringen nur bei uns)
- ✓ Kostenfreier und unverbindlicher Test der Geräte in Ihrer gewohnten Umgebung
- ✓ Auf Wunsch Hörgeräte-Rundumschutz und Service-Paket „Möckel Sorglos & Sicher“

* Vorzeigbar in allen HÖRGERÄTE MÖCKEL-Filialen. Gültig für Neukunden. Anrechenbar auf den privaten Eigenanteil bei einer beidseitigen Hörgeräteversorgung und Vorlage einer HNO ärztlichen Verordnung. Nicht mit anderen Rabatten und Aktionen kombinierbar. Nicht in bar auszahlbar.

IN IHRER NÄHE:

98527 SUHL

Rimbachstraße 6
Telefon: 03681 / 728182

98527 SUHL

Steinweg 14
Telefon: 03681 / 8041580

98553 SCHLEUSINGEN

Kirchstraße 16b
Telefon: 036841 / 43827

Weitere Standorte finden Sie in: Meiningen, Bad Salzungen, Schmalkalden, Vacha, Dermbach, Neuhaus, Gerstungen, Wutha-Farnroda Rödental, Sonneberg und Rudolstadt.

www.hoergeraete-moeckel.de

BAUWI
FIRMENGRUPPE

**MITARBEITER
GESUCHT!**



Wir sind eine erfolgreiche mittelständische Bauunternehmung mit Hauptsitz in Suhl, welche sich seit nunmehr über 50 Jahren immer wieder durch zuverlässige Leistung und Kundenzufriedenheit auszeichnet. Unser Tätigkeitsfeld umfasst Hoch- und Tiefbau, Schlüsselfertigbau, Ingenieurbau, Projektentwicklung, Sanierung sowie der Herstellung von Transportbeton und Schüttgütern aus Kalkstein.

Starten Sie Ihre Zukunft bei uns:

Wir bieten Ihnen eine interessante Ausbildung bzw. einen verantwortungsvollen Arbeitsplatz in der Region mit moderner technischer Ausrüstung, leistungsgerechter Bezahlung, Aufstiegsmöglichkeiten und regelmäßigen Weiterbildungsmaßnahmen.

Wir freuen uns über die Zusendung Ihrer vollständigen und aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen per Post oder eMail.

BAU UND BETON GMBH OBJEKT DRESDEN EKZ GMBH & CO. KG
 IMMOBILIEN GMBH VERWALTUNGS GMBH
 KALKSTEINWERK GMBH THÜRINGER PHARMAGLAS GmbH & Co. KG

Interesse geweckt ...?

Jetzt bewerben !

Wir stellen ein (m/w):

- Bauleiter
- Poliere / Vorarbeiter
- Facharbeiter (Hoch-/Tiefbau)
- Kalkulator
- Kraftfahrer
- Azubi's
- Praktikanten

Hauptstraße 357
D- 98529 Suhl

+ (49) 36846 / 64 - 0
+ (49) 36846 / 64 - 150
www.bauwi.com
info@bauwi-suhl.de
[bauwi_official](#)
[bauwi-bau-und-beton-grmbh](#)



Hochbau - Tiefbau - Schlüsselfertigbau - Ingenieurbau - GU - Projektentwicklung - Steinbruch - Transportbeton

Verkehrsakademie

Forschung - Beratung - Schulung



Ausbildungsangebote:

- Fahrschule PKW, LKW, Bus
- Kraftfahrer Güter-/Personenverkehr
- Gabelstapler, Ladekran, Baumaschinen
- Fahrlehrer PKW, Motorrad, LKW, Bus
- Gefahrgut aller Klassen
- Verkehrsleiter

VI Verkehrsinstitut GmbH Thüringen

Rennsteigstraße 2-6 | 98544 Zella-Mehlis | Telefon 03682 46405-0 | www.verkehrsinstitut-thueringen.de

Liebe Leserinnen und Leser,

Sie halten das neue Kursheft der Volkshochschule „Karl Mundt“ in Ihren Händen.

Die vergangenen Monate waren und sind außergewöhnlich verlaufen – zahlreiche Einschränkungen kennzeichneten das private und das öffentliche Leben. Auch die Volkshochschule Suhl war davon betroffen und musste ab dem 13. März vorübergehend ihre Türen schließen. Nach umfangreichen Vorbereitungen für einen sicheren Neustart konnte die Einrichtung ab dem 25. Mai schrittweise in den Normalbetrieb zurückkehren. Wir haben fast all unsere Kurse wieder aufgenommen und gehen davon aus, dass wir im September wieder ein nahezu normales Angebot für alle Interessierten vorhalten können. Das können Sie diesem Heft entnehmen.



Die Zeit der Schließung war für uns auch eine Zeit, in der wir vieles überdenken und anpassen konnten. So sind wir froh, mit Frau Heber eine neue Fachbereichsleiterin bei uns begrüßen zu dürfen. Wir wünschen ihr alles Gute für ihre Arbeit an unserer Volkshochschule!

Aber auch unser Angebot wurde neu gedacht und auf die Situation abgestimmt. Die Digitalisierung wurde schlagartig zu einem Schwerpunkt der Bildungsarbeit. Mit Augenmaß haben wir unser Programm auch dahingehend ergänzt, dass wir deutlich mehr Online-Angebote aufgenommen haben, um die Breite unseres Gesamtprogrammes zu erweitern. Digitale Angebote sind eine wertvolle Bereicherung des Bildungsangebotes der Volkshochschulen, jedoch werden die Präsenzkurse auch weiterhin im Vordergrund stehen.

Die Volkshochschule besitzt selbstverständlich einen Bildungsauftrag, aber zugleich – und dies zeigt sich in Krisenzeiten besonders stark – auch einen sozialgesellschaftlichen Auftrag. Diesen nehmen wir gerne wahr und legen unseren Fokus dabei verstärkt auf das gemeinsame Lernen in der Gruppe in unserer Einrichtung, gehen dabei auch über die Räume der Volkshochschule hinaus. Mit dem Heft 2020/2021 haben wir versucht, ein breites und abwechslungsreiches Programm für Sie zusammenzustellen.

Natürlich benötigen wir Ihre Unterstützung und Ihre Mitarbeit, um auch in Zukunft aktuell zu bleiben und um vor allem auch auf Ihre Wünsche eingehen zu können. Sie werden sehen, dass einiges neu im Angebot ist.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Entdecken und Ausprobieren der vielfältigen Kurse und interessanten Veranstaltungen.

Mit besten Grüßen

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'André Knapp'. The signature is stylized and fluid.

André Knapp
Oberbürgermeister der Stadt Suhl

Herzlich willkommen!

In Ihrer easyApotheke Aue-Suhl



**Wir freuen uns auf
Ihren Besuch!**

**Viel Beratung, viel Auswahl,
viel Ersparnis* - einfach viel drin!**

* Für rezeptpflichtige Arzneimittel, die der Arzneimittelpreisverordnung unterliegen,
sowie für Bücher gelten einheitliche Abgabepreise.



easyApotheke
Aue Suhl

Inhaber: Marco Heusinger e.K.
Würzburger Str. 29, 98529 Suhl

@ <http://aue-suhl.easyapotheken.de>
aue-suhl@easyapotheken.de



Tel.: 03681 / 86 732-0
Fax: 03681 / 86 732-22



Mo-Fr 08:00 - 20:00 Uhr
Sa 08:00 - 20:00 Uhr

Volkshochschule „Karl Mundt“ Suhl

Öffentliche Einrichtung der Erwachsenenbildung, angeschlossen dem Thüringer Volkshochschulverband e. V., gefördert vom Land Thüringen

Ihr(e) Ansprechpartner(innen) in der VHS



Politik, Gesellschaft, Umwelt und Externe
Schulabschlüsse

Prof. Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS

Telefon: 80 60 6-12

E-Mail: olaf.kretzer@vhs-th.de



Fremdsprachen/Deutschkurse, Geschichte,
Pädagogik/Psychologie,
Alphabetisierung/Grundbildung

Wiebke Heber, Pädagogische Mitarbeiterin

Telefon: 80 60 6-14

E-Mail: wiebke.heber@vhs-th.de



Kulturelle Bildung, Studienreisen/Exkursionen,
Gesundheit und Fitness, EDV, Arbeit und Beruf,
Rat und Tat

Adrienne Höfling, Pädagogische Mitarbeiterin

Telefon: 80 60 6-15

E-Mail: adrienne.hoeffling@vhs-th.de



Entgelte und Finanzen

Karin Gressler

Telefon: 80 60 6-13

E-Mail: karin.gressler@vhs-th.de



Sekretariat

Gabriele Hupka

Telefon: 80 60 60

E-Mail: gabriele.hupka@vhs-th.de

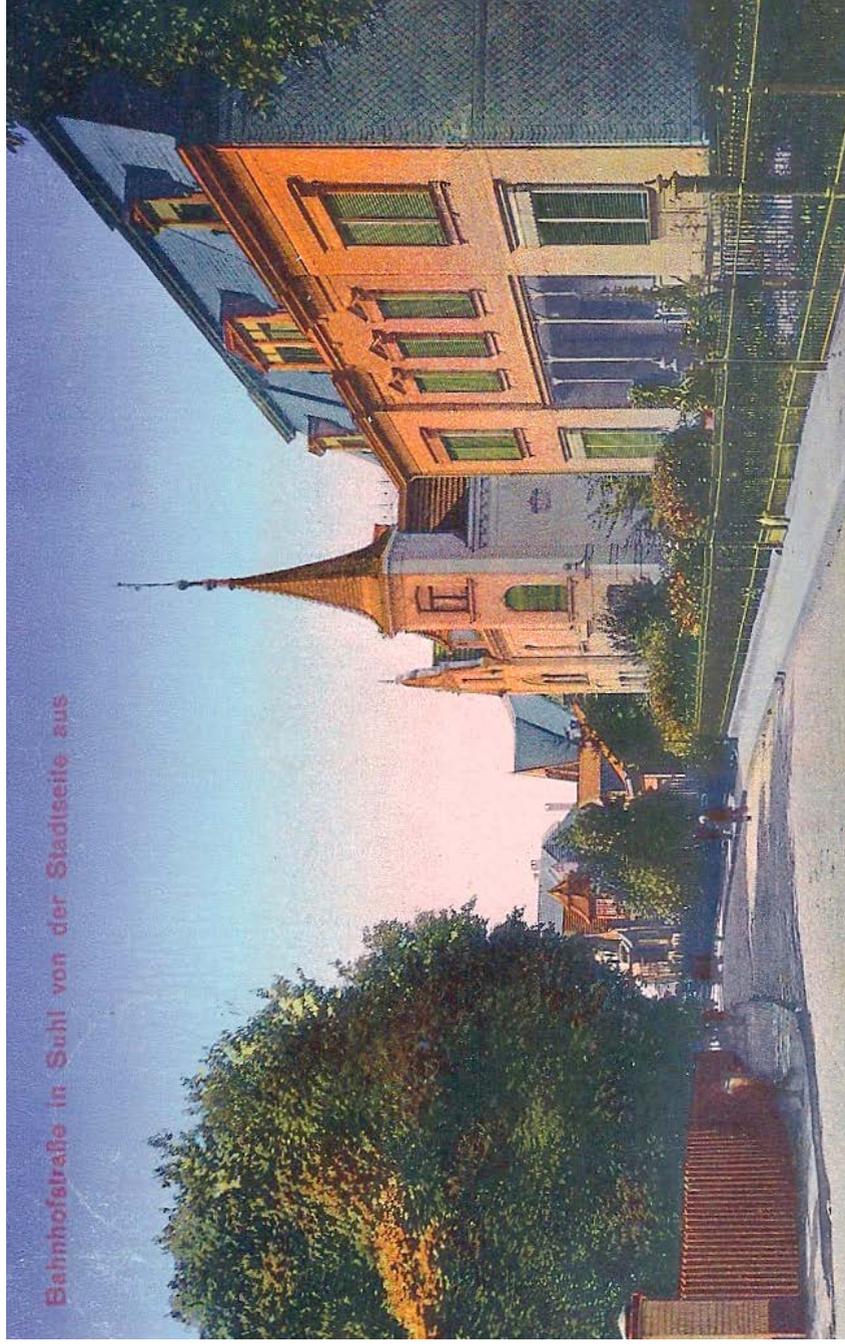
In eigener Sache – Angaben zur VHS

Historisches Heinrichser Rathaus,
Meininger Str. 89, 98529 Suhl
Telefon: 0 36 81 - 80 60 60
Telefax: 0 36 81 - 80 60 6-21
E-Mail: info@vhs-suhl.de
Internet: www.vhs-suhl.de
Die VHS Suhl ermöglicht Barriere-
freiheit für Zugang und Nutzung.

Geschäftszeiten der Volkshochschule Suhl:

Montag:	9–18 Uhr
Dienstag:	9–18 Uhr
Mittwoch:	Sprechzeit nur nach Vereinbarung
Donnerstag:	9–18 Uhr
Freitag:	9–13 Uhr

Individuelle Terminwünsche nach vorheriger
Vereinbarung! Anmeldungen sind auch über
die Internet- bzw. E-Mail-Adresse der Volks-
hochschule möglich.



Bahnhofstraße in Suhl von der Stadtseite aus

Bahnhofstraße 4 und 6

(Stadtarchiv Suhl)

Leitbild der Volkshochschule „Karl Mundt“ Suhl

Identität und Auftrag

Die VHS ist eine öffentliche und gemeinnützige, juristisch nicht selbstständige Einrichtung der Stadt Suhl. Ihr Auftrag basiert auf der Verfassung des Freistaates Thüringen. Sie ist durch das ThürEBG staatlich anerkannt und gefördert sowie als kommunale Pflichtaufgabe beschrieben. Sie arbeitet parteipolitisch und konfessionell unabhängig und sichert die Freiheit der Lehre.

Die VHS ist das traditionsreiche kommunale Weiterbildungszentrum der Stadt Suhl. Sie ist ein Ort für Bildung, Begegnung und Kommunikation sowie sinnvolle Freizeitbetätigung. Die Zugangsbedingungen sind so gestaltet, dass grundsätzlich niemand von der Teilhabe an Weiterbildung ausgeschlossen ist. Die näheren Einzelheiten werden in den entsprechenden Ordnungen geregelt.

Allgemeine Ziele

Die VHS unterbreitet ein vielseitiges differenziertes Angebot, das das lebensbegleitende Lernen von Erwachsenen aller Altersgruppen unterstützt. Sie betrachtet es als ihre Aufgabe, diese Angebote in hoher Qualität, an den aktuellen Bedürfnissen der Gesellschaft sowie von Gruppen und Einzelnen orientiert anzubieten.

Ihr Ziel ist es, die Position der VHS auf dem regionalen Weiterbildungsmarkt zu behaupten und auszubauen. Teilnehmerorientierte moderne Organisationsformen und die effektive Verwendung von finanziellen Mitteln sichern die Zukunftsfähigkeit der VHS.

Definition gelungenen Lernens

Ausgangspunkt für gelungenes Lernen ist eine individuell ausgerichtete Lernberatung durch die FachbereichsleiterInnen, die die TeilnehmerInnen in die Lage versetzt, passgenau fehlende Wissensbausteine zu ergänzen, bestimmte Fähigkeiten weiter auszuprägen oder einen Wissensvorlauf zu erzielen.

Hauptindikator gelungenen Lernens ist die Annahme der Angebotsvielfalt des jeweiligen Jahresprogramms durch die Bürger der Stadt Suhl und aus dem Umland.

Auf der persönlichen Ebene steht die Erweiterung von Allgemein-, Berufs- und Spezialwissen, die Ausprägung differenzierter Fertigkeiten sowie die Steigerung von Kreativität, sozialer Kompetenz und Kommunikationsfähigkeit für gelungenes Lernen, ebenso die Betätigung in schöpferischer, persönlichkeitsstabilisierender oder persönlichkeitsentwickelnder Aktivität, die von den TeilnehmerInnen als Bereicherung erlebt wird, im Vordergrund.

Diese Arbeit kann nur gelingen, weil sich die VHS selbst als lernende Organisation versteht und entsprechende Fähigkeiten und Fertigkeiten durch eigene Weiterbildung erworben und ausgebaut werden.

Kunden

Adressaten und TeilnehmerInnen sind bildungsinteressierte Bürger, unabhängig von sozialer Herkunft und Nationalität, sowie Firmen, Institutionen, Vereine u. a. Gruppierungen. Für spezielle Zielgruppen erarbeitet die VHS gesonderte Angebote, u. a. für Kinder und Jugendliche, Menschen mit Behinderungen, Eltern und Senioren. Die unterschiedlichen Lernvoraussetzungen der Menschen bestimmen unsere offene, barrierefreie und inklusive Lernkultur.

Werte

Die VHS Suhl arbeitet zukunftsorientiert, bürgernah und zuverlässig. Sie orientiert sich an Werten wie Qualitätsbewusstsein, Wirtschaftlichkeit und sozialem Engagement. Sie bietet Bildungs-, Beratungs-, Präventions-, Integrations- und Freizeitangebote auf hohem Niveau an, dazu Unterstützung bei der Lernmethodik und der Orientierung in politischen, sozialen, weltanschaulichen und alltäglich-praktischen Bereichen.

Die Zusammenarbeit mit den KursleiterInnen und TeilnehmerInnen ist durch Kollegialität, partnerschaftliches Miteinander und Offenheit geprägt.

Fähigkeiten

Die MitarbeiterInnen der VHS sind befähigt, ausgehend von der Analyse des Bildungsbedarfs, ein umfangreiches und differenziertes Bildungsprogramm auf hohem Niveau zu erstellen, welches jederzeit durch aktuelle Themen ergänzt werden kann. Darüber hinaus erarbeiten sie gemeinsam mit speziellen Auftraggebern Bildungsmaßnahmen mit individuellem Zuschnitt.

Die hauptamtlichen MitarbeiterInnen verfügen über Hochschulabschlüsse, langjährige Berufserfahrung, Fach- und Sozialkompetenz und Engagement. Für die Umsetzung des Bildungsauftrages steht ein Kreis von DozentInnen und KursleiterInnen mit Fachkompetenz, pädagogisch-psychologischen Fähigkeiten und didaktisch-methodischen Erfahrungen im Bereich Erwachsenenbildung zur Verfügung. Dieser Kreis wird ständig erweitert und differenziert.

Leistungen

Die VHS Suhl sichert ein umfangreiches, inklusiv gestaltetes Programmangebot in den Fachbereichen Politik – Gesellschaft – Umwelt, Kreatives Gestalten-Kunst-Kultur, Gesundheit und Bewegung, Sprachen, Arbeit und Beruf, Alphabetisierung – Grundbildung - Schulabschlüsse, Rat und Tat.

Dazu erhalten alle Interessierten eine kompetente und umfassende Bildungsberatung. Die VHS steht als Kooperationspartner für Einrichtungen, gesellschaftliche Organisationen und Interessengruppen zur Verfügung. Die Angebote weisen ein ausgewogenes Preis-Leistungs-Verhältnis auf. Die VHS ermöglicht über ein gestaffeltes Entgeltsystem Chancengleichheit

und Bildungszugang für alle. Für die persönliche Orientierung bieten die MitarbeiterInnen der VHS dem bildungsinteressierten Bürger folgende Serviceleistungen an:

1. Bildungsberatung/Beratung zur Bildungsprämie
2. Einstufungstests im Sprachenbereich/Sprachstandsanalysen
3. Prüfungen mit anerkanntem Abschluss
4. Teilnahmebestätigungen
5. Bildungsangebote an spezielle Zielgruppen, Vereine, Firmen, öffentliche Einrichtungen und deren Umsetzung
6. Geschenkgutscheine
7. Unterstützung bei der Anbahnung von Kontakten im Rahmen von Netzwerkprojekten und weiteren Arbeitsbeziehungen
8. Öffnung des historischen Heinrichser Rathauses für touristische und museale Aktivitäten; Bereitstellung der historisch geprägten Räumlichkeiten für Veranstaltungen von Kooperationspartnern, gesellschaftlichen Gremien, Vereinen etc.

Ressourcen

Die VHS Suhl finanziert sich aus Fördermitteln des Freistaates Thüringen, des Bundes, des Europäischen Sozialfonds, diversen Stiftungsmitteln, Zuschüssen der Stadt und aus Teilnehmerentgelten. Die VHS Suhl verfügt über barrierefreie und erwachsenenbildungsgerecht eingerichtete Schulgebäude. Unsere qualifizierten und in der Erwachsenenbildung erfahrenen Lehrkräfte sorgen für einen pädagogisch-methodisch ansprechenden und sozialkompetenten Unterricht, verbunden mit adäquater und optimaler Stoffauswahl im Lehr- und Lernprozess. Sie sind bestrebt, möglichst allen TeilnehmerInnen Aspekte gelungenen Lernens erleben zu lassen. Die VHS verfügt über langjährige, gut funktionierende Kooperationsbeziehungen, die das Angebotsspektrum erweitern und differenzieren.



Hiermit wird der Erwachsenenbildungseinrichtung

**Volkshochschule
„Karl Mundt“ Suhl**

für den Zeitraum
vom 24. November 2018 bis 23. November 2022

das **iwis-Qualitätstestat**
verliehen.

Jena, den 01. November 2018

1. Vorsitzender iwis e.V.
Prof. Dr. Erich Schäfer

iwis

Institut für Weiterbildung, Beratung und Planung im Sozialen Bereich iwis e.V.
cio EAH Jena, FB Sozialwesen • PF 100314 • 07703 Jena

Tierarztpraxis Dr. Kühnel



**Dr. med. vet.
Friederike Kühnel**
prakt. Tierärztin

Unsere Sprechzeiten:

- **Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag:**
9 – 12 und 15 – 18 Uhr
- **Mittwoch:**
vormittags OP-Zeit und 14 – 16 Uhr
- **Reptilien- und Exotensprechstunde:**
Dienstag 9 – 12 Uhr

Rimbachstraße 53b 98527 Suhl Tel.:03681-8049020, Fax 03681-8049022
kontakt@tierarztpraxis-kuehnel.de
www.tierarztpraxis-kuehnel.de - www.vogel-reptilientierarzt.de



Freie KfZ-Werkstatt

Alexander Kieß
K f Z - M e i s t e r b e t r i e b

Simsonstraße 2 • 98529 Suhl

Fon: 0 36 81/45 49 45 • Fax: 0 36 81/45 49 47

Mail: kfz-werkstatt-kiess@t-online.de



RHÖN-RENNSTEIG-VERLAG

EINE IDEE VORAUS

MEDIEN | WERBUNG | DRUCK

ERHARD-SCHÜBEL-STRASSE 2 | 98529 SUHL-HEINRICHS

TELEFON 03681 89 35-0 | FAX 03681 89 35-22

VERLAG@R-R-V.DE | WWW.R-R-V.DE

Verzeichnis der Kurse und Veranstaltungen



A Politik • Gesellschaft • Umwelt

A1 Studium Generale	14
A2 Aktuelles aus Politik und Gesellschaft – Zeitgeschichte	18
A3 Geschichte – Suhler Regionalgeschichte	26
A4 Recht	28
A5 Familienbildung – Pädagogik – Psychologie	29
A6 Umweltbildung	34



B Kultur • Kunst • Gestalten

B1 Studienreisen – Exkursionen	40
B2 Schreiben – Lesungen – Ausstellungen	43
B3 Malen – Zeichnen	44
B4 Floristik – Töpfern – Plastisches Gestalten	48
B5 Musik	50
B6 Fotografie – Film	50
B7 Textiles Gestalten – Schneider	53



C Gesundheit und Bewegung

C0 Fitness für Senioren	58
C1 Autogenes Training – Yoga – Entspannung	60
C2 Gymnastik – Bewegung – Körpererfahrung	65
C3 Vorträge zur Gesundheitsbildung	68
C4 Pflegekurse	69



D Sprachen

D0 Senioren-Sprachkurse	81
D1 Deutsch als Fremdsprache	86
D2 Englisch	89
D3 Französisch	94
D4 Italienisch	97
D5 Russisch	98
D6 Spanisch	98
D7 Weitere Sprachen	99
D8 Sprachkurse für den Urlaub	100



E Arbeit und Beruf

E0 PC Senioren-Programme	105
E1 EDV Grundlagen	107
E2 EDV Anwendungen	107
E3 Büropraxis – Schreibtechnik – Steno – Rhetorik	109
E4 Weitere Angebote der beruflichen Zusatzqualifikation	109



F VHS-Lernzentrum Lesen und Schreiben • Grundbildung • Schulabschlüsse

F1 VHS-Lernzentrum Lesen und Schreiben	112
F2 Rechnen – Mathematik	119
F3 Externe Schulabschlüsse über den zweiten Bildungsweg	120



G Mit Rat und Tat



A1 Studium Generale mehr wissen – weiter denken

VHS-Kurse Astronomie

A1.1 Reise zum „Rand“ des Sonnensystems

Alles hat ein Ende.... Gilt dies räumlich gesehen auch für unser Sonnensystem? Aber was ist denn der „Rand“ des Sonnensystems? Wie kann ich ihn erreichen und was geschieht dort Besonderes? Viele Fragen ... und viele weitere stellen sich sicherlich sofort, wenn man über unsere kosmische Heimat spricht. Leider erfährt man sehr wenig nur zu diesem Thema – das wollen wir ändern!

Dauer	2 UE, 1 Veranstaltung
Termin	So., 18.10.2020, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Sternwarte und Planetarium, Hoheloh 1
Referent	Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS Suhl/Schul- und Volkssternwarte Suhl
Gebühr	€ 4,00/Tageskasse

A1.2 Bedrohung aus dem All

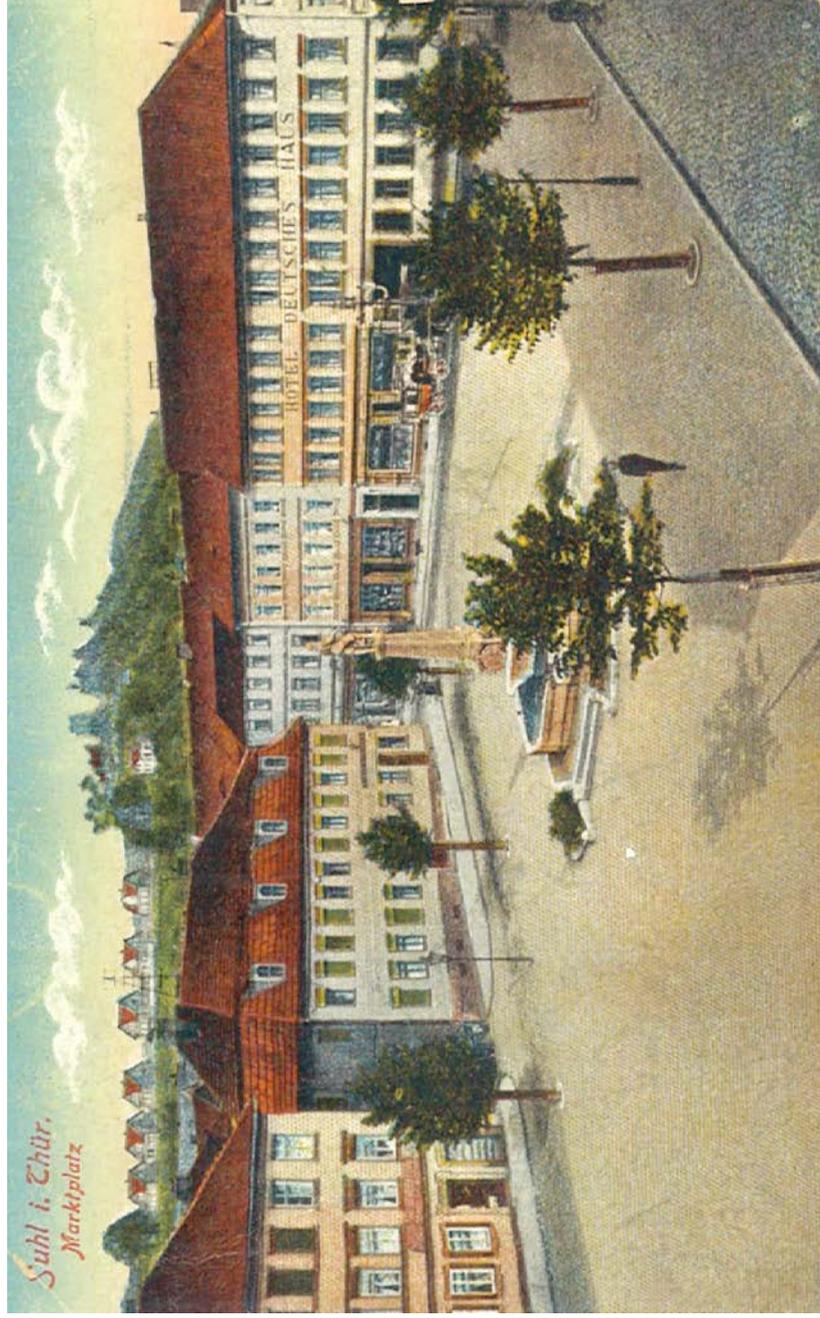
Wer sucht nicht am Abend bei klarem Himmel nach Sternschnuppen? Sie sollen Glück bringen....Aber was hat es mit den Sternschnuppen auf sich und warum sind sie eng verwandt mit einer der größten Gefahren für die Menschheit? Die Menschheit gefährdet sich selbst durch eine zunehmende „Vermüllung“ der Umlaufbahn der Erde! Die Bedrohung gibt es nicht – es sind viele verschiedene Komponenten, welche in diesem Vortrag vorgestellt und deren Gefährdungspotenzial abgeschätzt wird.

Dauer	2 UE, 1 Veranstaltung
Termin	Mi., 18.11.2020, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Sternwarte und Planetarium, Hoheloh 1
Referent	Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS Suhl/Schul- und Volkssternwarte Suhl
Gebühr	€ 4,00/Tageskasse

A1.3 21. Südthüringische Astronomische Tag

(Vorträge, Führungen, Planetariumsvorführungen u. v. m.)

Dauer	12 UE, 1 Tag, 10:00–19:30 Uhr
Termin	Sa., 5.12.2020
Ort	Sternwarte und Planetarium, Hoheloh 1
Referent	Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS Suhl/Schul- und Volkssternwarte Suhl
Gebühr	entgeltfrei



Marktplatz um 1900

(Stadtarchiv Suhl)



A1.4 Stern von Bethlehem – was ist dran an der Geschichte?

Alle Jahre wieder steht zu Weihnachten der Stern von Bethlehem im Mittelpunkt von Geschichten, Spielen oder Filmen. Was war es wirklich? Die Astronomen haben jahrhundertlang gesucht und eine Erklärung gefunden, die plausibel und realistisch ist. Das Besondere in diesem Jahr 2020: Wir finden am Himmel eine ähnliche Konstellation wie zur Zeit von Christi Geburt.

Dauer	2 UE, 1 Veranstaltung
Termin	Mi., 16.12.2020, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Sternwarte und Planetarium, Hoheloh 1
Referent	Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS Suhl/Schul- und Volkssternwarte Suhl
Gebühr	€ 4,00/Tageskasse

A1.5 Rush hour am Mars und wann ist der erste Mensch vor Ort?

In den nächsten Wochen werden mehrere unbemannte Marsmissionen in den Orbit des roten Planeten einschwenken – wo schon einige andere Raumsonden auf sie warten. Warum fliegen gerade jetzt so viele Missionen zum Mars? Welche Aufgaben haben diese Raumsonden? Wie realistisch ist der erste bemannte Raumflug zum Mars – 60 Jahre nach Gagarin?

Dauer	2 UE, 1 Veranstaltung
Termin	Mi., 20.1.2021, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Sternwarte und Planetarium, Hoheloh 1
Referent	Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS Suhl/Schul- und Volkssternwarte Suhl
Gebühr	€ 4,00/Tageskasse

A1.6 Warum steht die Erde schief – oder wie kamen wir zu den Jahreszeiten?

Jeder Globus, den man in Museen, Schulen oder vielleicht auch zu Haus sieht zeigt eine „schiefe“ Erde! In der Grundschule lernt man, dass diese Schiefe die Ursache für die Jahreszeiten ist. Warum aber haben wir diese Schiefe und wieso entstehen dadurch die Jahreszeiten? Was hat diese Schiefelage damit zu tun, dass die Sternzeichen nicht mehr stimmen? Viele Fragen – es wird viele Antworten geben!

Dauer	2 UE, 1 Veranstaltung
Termin	Mi., 17.2.2021, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Sternwarte und Planetarium, Hoheloh 1
Referent	Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS Suhl/Schul- und Volkssternwarte Suhl
Gebühr	€ 4,00/Tageskasse



A1.7 Ostern: Die Kirche und die Astronomie

Das Osterdatum – ein schwieriges Problem! Das gilt nicht nur für die Astronomie und die Kirche, sondern auch für die Mathematik. Einer der größten Mathematiker aller Zeiten arbeitete auch an der Osterformel, aber trotzdem funktioniert sie nicht immer. Der Vortrag möchte die Suche nach dem korrekten Osterdatum und die dabei auftretenden Probleme näher durchleuchten.

Dauer	2 UE, 1 Veranstaltung
Termin	Mi., 24.3.2021, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Sternwarte und Planetarium, Hoheloh 1
Referent	Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS Suhl/Schul- und Volkssternwarte Suhl
Gebühr	€ 4,00/Tageskasse

A1.8 60 Jahre erster Mensch im All

Am 12.04.1961 startete Juri Gagarin mit seinem Raumschiff Wostok 1 zum ersten Flug eines Menschen ins All. Nur 4 Jahre nach Sputnik 1 bereits der erste Mensch im Weltraum – die Geschwindigkeit der Entwicklung der Raumfahrt war unglaublich. Der Vortrag geht auf diese Anfangszeit der Raumfahrt ein und durchleuchtet sie um herauszuarbeiten, warum dieser Schwung später stetig weniger wurde.

Dauer	2 UE, 1 Veranstaltung
Termin	Mo., 12.4.2021, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Sternwarte und Planetarium, Hoheloh 1
Referent	Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS Suhl/Schul- und Volkssternwarte Suhl
Gebühr	€ 4,00/Tageskasse

A2 Aktuelles aus Politik und Gesellschaft – Zeitgeschichte

A2.1 Die „Aktion Oberhof“ 1950/1951. Neue wissenschaftliche Erkenntnisse zum Vertreibungsereignis

(in Kooperation mit dem Landesbeauftragten des Freistaats Thüringen zur Aufarbeitung der SED-Diktatur/ThLA))

Oberhof steht für Wintersport und Urlaub im Mittelgebirge. Seit den 1950er Jahren wurde der Ort zum zentralen Erholungs- und Wintersportzentrum der Werktätigen der DDR ausgebaut, in dem auch Walter Ulbricht regelmäßig gastierte. Doch der Ausbau zum Freizeitidyll hatte seinen Preis. Zwischen dem 13. November 1950 und dem 7. Februar 1951 wurden über 50 Oberhofer Familien aus dem Ort gewaltsam ausgesiedelt. Der Besitz vieler Betroffener wurde be-



schlagnahmen und enteignet. Etwa 30 Hotels, Pensionen, Gasthäuser und private Betriebe gingen anschließend in Staatsbesitz über. Ziel der Vertreibungen und Enteignungen war es, private Unterkünfte in Oberhof in Erholungs- und Kureinrichtungen des Freien Deutschen Gewerkschaftsbundes zu überführen. Die Vortragende hat in Thüringer Archiven und im Bundesarchiv in Berlin neue Quellen zur „Aktion Oberhof“ erschlossen und gibt einen Einblick in die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse zum Thema.

Dauer	2 UE, 1 Abend
Termin	Do., 12.11.2020, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referentin	Dr. Anke Geier, Mitarbeiterin beim Landesbeauftragten des Freistaats Thüringen zur Aufarbeitung der SED-Diktatur (ThLA)
Gebühr	entgeltfrei

A2.2 Die dunkle Seite der DDR. Informationen über Repression, Opfergruppen und Aufarbeitung der Vergangenheit

(in Kooperation mit der Landesbeauftragten des Freistaats Thüringen zur Aufarbeitung der SED-Diktatur)

Die Erinnerung an die DDR ist vielfältig und vielschichtig. Die persönlichen Erinnerungen unterscheiden sich mitunter stark von der offiziellen Erinnerungspolitik, in der die DDR viele Jahre allein auf Opfer und Täter der Geheimpolizei Staatssicherheit reduziert wurde. In dieser Erzählweise finden sich viele ehemalige DDR-Bürger nicht wieder. Trotzdem darf die DDR nicht verharmlost und verklärt werden, zeigte der SED-Staat doch in fast allen Lebensbereichen die Merkmale einer Diktatur. Die Opfergruppen und die Formen der Repression veränderten sich im Laufe der Zeit. Der Vortrag zeichnet die Geschichte der DDR anhand der Repressionen gegen ihre Bürger nach und will damit über diesen Teil der Geschichte aufklären.

Dauer	2 UE, 1 Abend
Termin	Do., 14.1.2021, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referentin	Dr. Anke Geier, Mitarbeiterin beim Landesbeauftragten des Freistaats Thüringen zur Aufarbeitung der SED-Diktatur (ThLA)
Gebühr	entgeltfrei



A2.3 Orte der Heimerziehung in Thüringen zwischen 1945 und 1990

(in Kooperation mit der Landesbeauftragten des Freistaats Thüringen zur Aufarbeitung der SED-Diktatur)

Nach bisherigen Recherchen gab es in Thüringen zwischen 1945 und 1990 mindestens 136 Orte der Heimerziehung. Dies waren 68 Normalheime, 24 Spezialheime – zu denen auch die Jugendwerkhöfe und ihre Außenstellen gezählt werden, 9 Durchgangsheime sowie 35 sonstige Heime – hierzu werden konfessionelle Heime und Säuglingsheime gezählt. Von diesen Heimorten sind nur einige wenige der Öffentlichkeit in Thüringen bekannt. Über den Ort „Kinderheim“ wird in erster Linie nur unter den Betroffenen gesprochen. Ein Forschungsprojekt des Bürgerkomitees des Landes Thüringen e.V. will das ändern. Im Vortrag wird das Forschungsprojekt vorgestellt. Zudem werden generelle Informationen zur Heimerziehung in der DDR präsentiert.

Dauer 2 UE, 1 Abend

Termin Do., 11.3.2021, 18:00–19:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referentin Dr. Anke Geier, Mitarbeiterin beim Landesbeauftragten des Freistaats Thüringen zur Aufarbeitung der SED-Diktatur (ThLA)

Gebühr entgeltfrei

vhs

Sie können etwas,
was andere lernen wollen?

Werden Sie Kursleiter
an der Volkshochschule!

Die Volkshochschule sucht
engagierte Kursleiterinnen und
Kursleiter auf Honorarbasis.

Mehr Informationen unter
vhs-th.de/kursleiter-werden
oder bei Ihrer VHS!



Anzeige des Thüringer
Volkshochschulverbands e.V.



Maler Gering



- Anstrich- und Tapezierarbeiten
- Fußbodenbelagarbeiten aller Art
- Fassadengestaltungen
- Trockenbau

Am Rotebächle 2 · 98527 Suhl

☎ 0 36 81/72 60 82 · Funk 0160/7 14 01 79

Fax 0 36 81/30 60 94 · www.malergering.de



DR. WEIHRACH
HAUSSINGEN

Patent- und Rechtsanwälte

Kanzlei für nationalen und internationalen

Gewerblichen Rechtsschutz

Büros: Thüringen und Sachsen-Anhalt

Patente & Marken

www.WEIHRAUCH-PATENT.com

office@weihrauch.de

Werner-Seelenbinder-Str. 17 | 98529 Suhl

Fon: +49 . 3681 . 35 33 90



Ihr **ALTGOLD** ist
GELD WERT!
+ **ALTSILBERANKAUF**



**IMMER
AKTUELLE PREISE**

Barankauf bei
Uhren Steigleder

Steinweg 19 • 98527 Suhl • Tel. (0 36 81) 72 71 54



A2.4 Wirtschaftsspionage/Spionageabwehr

(in Kooperation mit dem Amt für Verfassungsschutz Thüringen)

Eine in unserer Region häufig verkannte Gefahr ist die Wirtschaftsspionage. Vor allem kleine Unternehmen, die häufig auch international tätig sind, geraten immer mehr in das Visier von Spionagemassnahmen – online oder offline. Im Vortrag wird ein Überblick gegeben über Interessen, Ausspähungsziele, Arbeitsweise und -methoden fremder Nachrichtendienste. Gleichzeitig werden aber auch Präventionshinweise gegeben und Hilfsmöglichkeiten aufgezeigt.

Dauer 2 UE, 1 Abend

Termin Mo., 18.11.2020, 18:00–19:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referent Mitarbeiter des Amtes für Verfassungsschutz Thüringen

Gebühr entgeltfrei

A2.5 Reichsbürger

(in Kooperation mit dem Amt für Verfassungsschutz Thüringen)

Ein zunehmend aktueller werdendes, schwieriges Thema steht an diesem Tag auf unserem Programm. Vieles wurde zu den Reichsbürgern schon geschrieben, aber es bleiben immer noch viele Fragen offen. Was sind ihre Grundgedanken? Wie gefährden Sie die öffentliche und private Sicherheit der Bürger? Woran erkennt man sie? Auf diese und viele weitere Fragen möchte wir Ihnen Antworten geben.

Dauer 2 UE, 1 Abend

Termin Do., 22.10.2020, 18:00–19:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referent Mitarbeiter des Amtes für Verfassungsschutz Thüringen

Gebühr entgeltfrei

A2.6 Islamismus

(in Kooperation mit dem Amt für Verfassungsschutz Thüringen)

Im Vortrag werden Grundlagen sowie die Ausbreitung des Islamismus einschließlich seiner internationalen und nationalen Erscheinungsformen sowie seiner (pseudo-) religiösen Grundlagen vorgestellt. Aktuelle Bezüge zur Rolle des Islamismus in Thüringen werden bei der Diskussion mit einbezogen.

Dauer 2 UE, 1 Abend

Termin Do., 26.11.2020, 18:00–19:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referent Mitarbeiter des Amtes für Verfassungsschutz Thüringen

Gebühr entgeltfrei



Suhl, Thür.

Alt-Suhl

Freundsbrücke

(Stadtarchiv Suhl)



A2.7 Scientology

(in Kooperation mit dem Amt für Verfassungsschutz Thüringen)

Das Thema Scientology war in letzter Zeit kaum in den öffentlichen Medien anzutreffen – zu viele andere Themen standen im Vordergrund. Trotz allem ist es aber auch heute noch von größter Aktualität und soll daher einmal in einem Vortrag aufgearbeitet werden. Was verbirgt sich eigentlich alles hinter dem Begriff „Scientology“? Welche Gefahren gehen davon aus? Auf diese Fragen – und hoffentlich noch viele andere mehr – wird der Vortrag eine Antwort geben.

Dauer 2 UE, 1 Abend
 Termin Do., 18.2.2021, 18:00–19:30 Uhr
 Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal
 Referent Mitarbeiter des Amtes für Verfassungsschutz Thüringen
 Gebühr entgeltfrei

A2.8 Der Thüringer Verfassungsschutz stellt sich vor

In der Öffentlichkeit gibt es viele falsche oder ungenaue Vorstellungen darüber, was der Verfassungsschutz Thüringens so alles „treibt“. Hinzu kommen die Eindrücke, welche man aus Filmen über Geheimdienste erhält... und schon hat man ein Bild im Kopf. Die tatsächliche Arbeit des Verfassungsschutzes ist aber (zumeist) unspektakulär, aber umso wichtiger – Schutz vor Kräften, die die grundrechtlich garantierte Freiheit der Bundesrepublik und ihrer Einwohner bedrohen. Welche das sind und welche Möglichkeiten der Verfassungsschutz in Thüringen wirklich hat, erfahren Sie in diesem Vortrag.

Dauer 2 UE, 1 Abend
 Termin Do., 25.3.2021, 18:00–19:30 Uhr
 Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal
 Referent Mitarbeiter des Amtes für Verfassungsschutz Thüringen
 Gebühr entgeltfrei



A3 Geschichte – Suhler Regionalgeschichte

„Mehr als die Vergangenheit interessiert mich die Zukunft, denn in ihr gedenke ich zu leben.“

(Albert Einstein, 1879–1955)

A3.1 „Sütterlin“ – Augenmaß und Feinsinn

A3.1.1 „Sütterlin“ – Grundkurs

Hin und wieder ergeben sich Berührungspunkte mit der Schreibschrift „Sütterlin“, sei es durch Dokumente aus alten Zeiten oder rein Interesse halber. Da die Schreibweise der Sütterlin-Buchstaben allgemein nicht mehr gebräuchlich und heutzutage fast unbekannt ist, werden Ihnen diese zunächst in einem Einführungsteil anschaulich vorgestellt. Anschließend erfolgt die praktische Schriftführung, anfangs buchstabenweise, danach in kurzer Textform.

Dauer 16 UE, 4 Termine, samstags, 09:00–12:00 Uhr

Termine 12.9./19.9./26.9./10.10.2020

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.02

Kursleiter Hans-Peter Erdmann, Sömmerda

Gebühr € 64,00

A3.1.2 „Sütterlin“ – Aufbaukurs

Dauer 16 UE, 4 Termine, samstags, 09:00–12:00 Uhr

Termine 7.11./14.11./21.11./28.11.2020

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.02

Kursleiter Hans-Peter Erdmann, Sömmerda

Gebühr € 64,00

A3.1.3 „Sütterlin“ – Workshop

Dauer 4 UE, 1 Termin

Termin Sa., 5.9.2020, 09:00–12:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 1.04

Kursleiter Hans-Peter Erdmann, Sömmerda

Gebühr € 16,00



A3.1.4 „Sütterlin“ – Vertiefungskurs

Der Kurs richtet sich speziell an die Teilnehmer, welche bereits den Grund- und Aufbaukurs absolviert haben. Erworbenes Wissen und Können wird reaktiviert und vertieft.

Dauer	12 UE, 3 Termine, samstags, 09:00–12:00 Uhr
Termine	auf Anfrage im Frühjahr 2021
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.02
Kursleiter	Hans-Peter Erdmann, Sömmerda
Gebühr	€ 48,00

A3.2 Auf Spurensuche nach den Ahnen

Sich mit der Vergangenheit seiner Familie zu beschäftigen oder gar Uraltahnen weit hinten im Mittelalter ausfindig zu machen, ist für viele Personen sehr interessant und längst kein Privileg mehr für Leute mit Rang und Namen.

Das Seminar beschäftigt sich mit Grundlagen der Genealogie, Forschungsmethoden, genealogischen Quellen, Computergenealogie, Darstellung der Forschungsergebnisse, Genealogie und Genetik. Wie gehe ich ganz praktisch an das Thema heran? Wie nehme ich Einsicht in Kirchenbücher, Seelenregister, Archivakten und wissenschaftliche Veröffentlichungen?

Dauer	9 UE, 3 Abende
Termin	Mi., 24.2./3.3./10.3.2021, 18:30–20:45 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referent	André Gressler
Gebühr	€ 30,60

A3.3 Unser Brauchtum zum Jahreswechsel

Adventskranz, Weihnachtsbaum, Mistelzweig, Äpfel, Nüsse und Stollen... das verbinden die meisten von uns mit den Gedanken an die Weihnachtszeit und den Jahreswechsel. Doch woher kommen diese Bräuche? Was ist der Ursprung? Welche tiefe Symbolik steckt dahinter? Fragen rund um die Adventszeit, das Weihnachtsfest und die Raunächte werden in einem unterhaltsamen Mix beantwortet.

Dauer	3 UE, 1 Veranstaltung
Termin	Sa., 28.11.2020, 15:00–17:15 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Gewölbekeller (max. 25 Plätze)
Referentin	Astrid Kempuß
Gebühr	€ 10,20/ermäßigt Kinder und Schüler: € 5,10/Tageskasse



A3.4 Unser Brauchtum zum Osterfest

Osterstrauß, Hasen, Küken, bunte Eier ... das gehört für die meisten Menschen zum Osterfest dazu. Woher kommen diese Bräuche? Welche tiefe Symbolik verbirgt sich dahinter? Fragen rund um diese Symbole der Osterzeit werden in einem unterhaltsamen Mix von Astrid Kempuß beantwortet.

Dauer 3 UE, 1 Veranstaltung

Termin Sa., 20.3.2021, 15:00–17:15 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Gewölbekeller
(max. 25 Plätze)

Referentin Astrid Kempuß

Gebühr € 10,20/ermäßigt Kinder bis 12 Jahre: € 5,10/Tageskasse



Hinweis Abrufangebote

Die Veranstaltungen zum Brauchtum sind nach vorheriger individueller Absprache über die Volkshochschule auch abrufbar. Sie können nach vorheriger Gruppenanmeldung für Schulklassen, interessierte Gruppen, Vereine etc. auch zu Extra-Terminen angeboten werden (mindestens 8 Teilnehmer). Entgelt nach Sonderkalkulation!

A4 Recht

Ab Januar 2021 planen wir verschiedene Angebote für Sie im Bereich Steuerrecht. Zu folgenden Themen werden zurzeit noch Terminabsprachen mit der Rechtsanwältin Carolin Knauf getroffen. Genaue Termine erfahren Sie aus der Presse oder auf unserer Web-Seite www.vhs-suhl.de.

- Steuererklärung für Rentner
- Einkommensteuererklärung für Einwohner aus anderen EU-Staaten und Nicht-EU-Staaten
- Einkommensteuer für Arbeitnehmer, Selbständige und Freiberufler
- Unternehmensgründer: Welche steuerlichen Aspekte sind zu beachten?
- Wie errichte ich ein Testament? Welche Arten von Testamenten gibt es?
- Testament, Erbrecht, Schenkung



A5 Familienbildung – Pädagogik – Psychologie

„Dass wir wieder werden wie die Kinder ist eine unerfüllbare Forderung. Aber wir können zu verhindern versuchen, dass die Kinder werden wie wir.“

(Erich Kästner, 1899–1974)

Familienbildung will Eltern unterstützen, nicht vordergründig belehren oder Vorschriften machen. Familienbildung bietet vielmehr gute Tipps, Erfahrungen, sachliche Informationen – und vieles mehr: Neue Kontakte, Anlaufpunkte, praktische Hilfen rund um den ganz normalen Familienalltag.

A5.1 Elternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes „Starke Eltern – starke Kinder“

Erziehung ist Beispiel und Liebe. Trotzdem steht hinter aller Fürsorge und Zuwendung Erziehungsarbeit, die manchmal sehr aufreibend sein kann. So profitieren Sie und Ihre Kinder: Elternkurse helfen, den Familienalltag zu entlasten und das Miteinander zu verbessern. Elternkurse zeigen Möglichkeiten auf, Konflikte zu bewältigen und zu lösen. Elternkurse bieten Raum zum Nachdenken und zum Austausch mit anderen Müttern und Vätern und machen Spaß. Detailfragen zum Kursinhalt und -ablauf bitte an die Caritas-Beratungsstelle, Frau Hübner Tel.: 0 36 81 – 71 18 14 richten!

Dauer	30 UE, 10 Treffen, donnerstags, 18:30–20:45 Uhr
Termine	18.2./25.2./4.3./11.3./18.3./25.3./15.4./22.4./29.4./6.5.2021
Ort	Caritas-Beratungsstelle Suhl, Hohe Röder 1
Referentin	Dipl. med. Regina Hübner, Elternkurstrainerin Dipl.-Psychologin Susann Weiner, Elternkurstrainerin
Gebühr	€ 30,00





A5.2 Ein Pflegekind bringt Lebendigkeit in Ihre Familie

- Informationen rund um das Thema „Pflegekind“

Diese Veranstaltung informiert Alleinstehende, Alleinerziehende, Familien mit oder ohne eigene Kinder, unverheiratete Paare sowie gleichgeschlechtliche Partnerschaften, die sich dafür interessieren, ein Pflegekind bei sich zu Hause aufzunehmen. Sie erhalten Informationen und kompetente Beratung zu den Voraussetzungen, zum Überprüfungsverfahren der Hilfe zur Erziehung, den Grundlagen der vertraglichen Kooperation mit dem Jugendamt, zur Situation von Pflegeeltern und Möglichkeiten der Qualifizierung und Beratung von Pflegepersonen.

Im Seminar wird eine „echte“ Pflegemutter anwesend sein und in authentischer Art und Weise über die facettenreiche, spannende und nicht immer einfache Aufgabe und Verantwortung sprechen.

Dauer 2 UE, 1 Abend

Termin Do., 8.10.2020, 19:00–20:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.02

Referentin Karoline Nötzold, Allgemeiner Sozialer Dienst im Jugend- und Schulverwaltungsamt/Pflegekinderdienst

Gebühr entgeltfrei

A5.3 Klare Sprache – Glückliche Familie

- Vortrag

Wissen Sie, welchen großen Einfluss Ihre Sprache auf ein harmonisches Miteinander in der Familie hat? Ist Ihnen klar, was bei Ihren Kindern, Ihrem Partner oder anderen Familienmitgliedern ankommt, wenn Sie sprechen? – Wissen Sie, was Ihre Sprache mit Ihnen macht?

Wortschatz, Grammatik, Sprechtempo und Satzmelodie haben eine große Auswirkung auf unsere Kommunikation. Das LINGVA ETERNA® Sprach- und Kommunikationskonzept macht Sie sensibel für die spezifische Wirkung von Wörtern, Redewendungen und Satzmustern. Es zeigt Ihnen sprachliche Alternativen auf und gibt Anregungen für eine „Glückliche-Familien-Sprache“.

Methode: Impulsvortrag, Gespräch

Zielgruppe: Eltern, Großeltern, Alleinerziehende, Ehrenamtler, Pädagogen, Erzieher*innen, Betreuer*innen sowie generell Sprachinteressierte

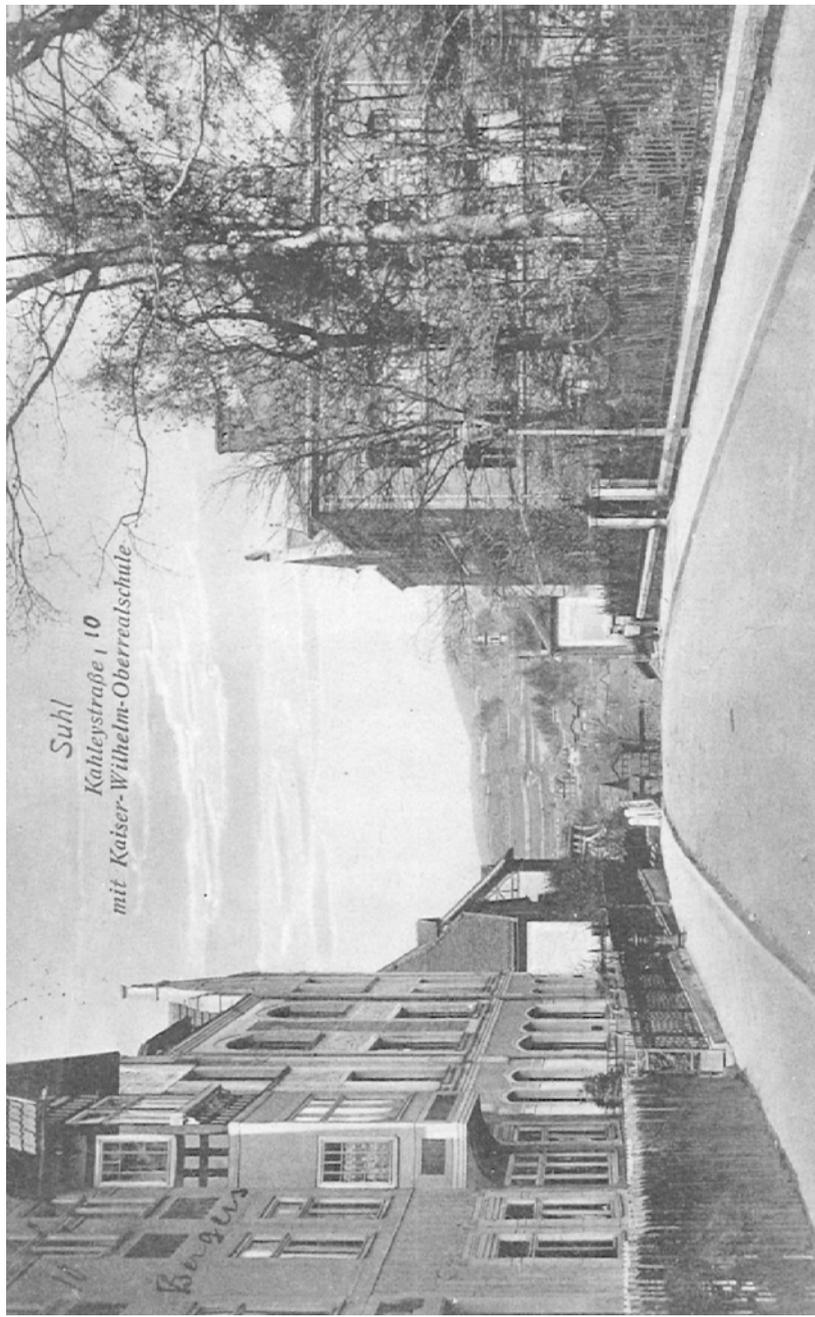
Dauer 2 UE, 1 Abend

Termin Do., 5.11.2020, 19:00–20:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referent Dirk Eichhorn-Mödel, LINGVA ETERNA® Dozent und Coach

Gebühr € 6,80 (mind. 8 Teilnehmer*innen)



Suhl
Kohleystraße 10
mit Kaiser-Wilhelm-Oberrealschule

Friedenstraße

(Stadtarchiv Suhl)



A5.4 Deutlich reden, wirksam handeln – Kinder mit Sprache liebevoll begleiten

• Seminarreihe

Kinder brauchen klare Regeln und Grenzen. So wird es ihnen leicht, sich zu orientieren. Fehlen diese Grenzen, werden Kinder haltlos. Sie sind dann außer Rand und Band und benehmen sich auch so. Es ist manchmal eine Herausforderung, diesem Verhalten achtsam zu begegnen. Wichtig ist, dass Sie mit Kindern klar und liebevoll reden. Konfliktpunkte lassen sich oft auf einfache Weise lösen, wenn wir achtsam werden und hören, was in unseren Worten außerdem mitschwingt. Jedes Wort wirkt – immer!

Mit dem bewussten Einsatz Ihrer Sprache wird es einfach, Aufmerksamkeit zu bekommen und an Klarheit und Gelassenheit zu gewinnen. So können Sie Kindern Halt geben und liebevoll Grenzen setzen.

In dieser Seminarreihe erleben Sie das LINGVA ETERNA® Sprach- und Kommunikationskonzept und dessen Wirkung an praktischen Beispielen. Nutzen Sie die Möglichkeit, sprachliche Alternativen für eine liebevolle Begleitung Ihrer Kinder zu entdecken.

Methode: Impulsvortrag – Seminargespräch – Übungssequenzen

Zielgruppe: Eltern, Großeltern, Alleinerziehende, Ehrenamtler, alle Sprachinteressierten, max. 20 Teilnehmer;

Dauer 2 UE pro Abend, gesamt 3 Abendveranstaltungen/6 UE

Termine jeweils Donnerstag, 10.12.2020/28.1.2021/25.2.2021, 19:00–20:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referent Dirk Eichhorn-Mödel, LINGVA ETERNA®
Dozent und Coach

Gebühr € 61,20 (mind. 8 Teilnehmer*innen)





A5.5 Jedes Wort wirkt! – Kommt an, was ich meine?

• Vortrag

In einer Zeit vielfältiger Kommunikationsformen dient uns unsere Sprache vor allem der Übermittlung von Informationen. Dabei bewirkt unser Sprachgebrauch viel mehr als nur die reine Informationsweitergabe.

Wissen wir wirklich was wir sagen, wenn wir sprechen? Wissen wir immer, wie wir etwas sagen? Ist uns klar, was bei unserem Gesprächspartner ankommt?

Dieser Vortrag gibt Ihnen Antworten. Erfahren Sie, wie Sie durch den bewussten Einsatz Ihrer Sprache beruflich und privat auf einfache Weise noch mehr erreichen können. – Damit künftig ankommt, was Sie meinen, wenn Sie etwas sagen.

Das LINGVA ETERNA® Sprach- und Kommunikationskonzept macht Sie sensibel für die spezifische Wirkung von Wörtern, Redewendungen und Satzmustern. Sie werden sprachliche Alternativen erleben und bemerken: Jedes Wort wirkt – immer!

Methode: Impulsvortrag, Gespräch

Zielgruppe: Teilnehmer*innen aller Altersstufen (ab 16 Jahre) mit Interesse an bewusstem Umgang mit Sprache;

Dauer 2 UE, 1 Abend

Termin Di., 2.2.2021, 19:00–20:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referent Dirk Eichhorn-Mödel, LINGVA ETERNA® Dozent und Coach

Gebühr € 6,80/Abendkasse (mind. 8 Teilnehmer*innen)

A6 Umweltbildung

A6.1 Vortrag: Vogel des Jahres 2021

(in Kooperation mit dem NABU Suhl)

Wir erfahren Interessantes über die Lebensweise, den Lebensraum und die Gefahren für den Vogel des Jahres 2021. Doch können auch wir etwas für ihn tun? Der NABU gibt Hinweise dazu.

Dauer 2 UE, 1 Abend

Termin Februar 2021, 18:00–19:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referentin Marianne Herrmann

Gebühr entgeltfrei



A6.2 Vortrag: Schlaraffenland für Bienen

(in Kooperation mit dem NABU Suhl)

Wie mache ich meinen Garten bienenfreundlich?

Ohne Wild- und Honigbienen gäbe es kein Obst, kein Gemüse und keine Blumen. Wer einen Garten hat, der kann viel für den Erhalt der nützlichen Insekten tun. Grünflächen in der Stadt oder private Gärten sind heutzutage häufig so gestaltet, dass sie das menschliche Auge erfreuen sollen, sind also auf die Ästhetik ausgerichtet. Was für Bienen, aber auch für andere Lebewesen interessant ist, wird nicht berücksichtigt. Da Lebensräume und Nahrungsangebot für Bienen immer weniger werden, sind künftig bienenfreundliche Gärten immer wichtiger, die ganzjährig Nahrungsangebote und Nistplätze bieten.

Welche eigenen Wünsche an den Garten hat man, wie will man ihn nutzen? Wie kann man dabei auch der Artenvielfalt gerecht werden? Welche bienenfreundlichen Stauden und Gehölze gibt es?

Vielfältige Anregungen gibt uns der Vortrag dazu.

Dauer	2 UE, 1 Abend
Termin	März 2021, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referentin	Marianne Herrmann
Gebühr	entgeltfrei

Ihre tagesaktuelle Lokalzeitung –
kostenlos – online



**Neue
Henneberger Zeitung**

www.nhz24.de



A6.3 Vortrag: Aus der Natur auf den Tisch

(in Kooperation mit dem NABU Suhl)

Eine besonders vielfältige Salatbar bieten Wald, Wiesen und sogar der eigene Garten. Was machen Gartenbesitzer mit Pflanzen wie Brennesseln oder Giersch? Viele sagen: Weg damit! Beide Pflanzen bekommen gerne den Stempel „Unkraut“ aufgedrückt. Dass sie aber durchaus ihre Berechtigung haben und vor allem auch gut schmecken, lässt sich hingegen in einem aktuellen Trend erkennen. Wie und welche Wildkräuter kommen auf den Teller – oder in die eigene kleine Hausapotheke? Diese und viele andere interessante Fragen beantworten wir.

Dauer	2 UE, 1 Abend
Termin	April 2021, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referentin	Marianne Herrmann
Gebühr	entgeltfrei

NEU!

A6.4 Kurs Klimawandel: Grundlagen, Situation, Ausblick und Diskussion

Der Klimawandel beherrscht seit Jahren die öffentliche Diskussion. Doch je mehr Informationen zur Verfügung stehen, umso schwerer fällt es, ihn grundlegend zu verstehen. Zu viele Abhandlungen zum Thema setzen bereits Wissen voraus oder lassen wichtige Fragen offen, die ein grundlegendes Verstehen erschweren. Andere Beiträge sind zu wissenschaftlich verfasst, Diskussionen versuchen zu oft nur, das mittlerweile für viele leidige Thema zu verdrängen. Der Kurs erarbeitet mit Beispielen und Übungen sorgfältig die Grundlagen, ohne zu tief in die speziellen Bereiche der Naturwissenschaften zu gehen. Zusammenhänge werden erörtert, Folgen und Konsequenzen aufgezeigt. Lösungen sollen auch von den Teilnehmern diskutiert und erarbeitet werden. Neben dem reinen Wissen werden die Strategien der beteiligten Gesellschaftsteile erkannt, und welche Motive sie haben, mit dem Klimawandel umzugehen. Der Teilnehmer erhält Tipps und Wissen, wie er in Diskussionen zum Thema bestehen kann und mit welchen Argumenten zu rechnen ist. Der Kurs ist für alle Menschen mit und ohne Vorwissen geeignet.

Dauer	12 UE, 6 Veranstaltungen
Termin	Di., 6.10.2020, 19:00-20:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referent	Michael Schäfer, Diplom-Umwelt-Ökonom
Gebühr	€ 40,80



NEU!

A6.5 Landesberichte

Wir wollen in dem neuen Format „Landesberichte“ Länder und Regionen vorstellen, die einerseits nicht so im Blickpunkt der Öffentlichkeit stehen, andererseits aber hochinteressant sind. In den Vorträgen wollen wir einen Blick auf Land und Leute – Geschichte und Gegenwart werfen und das verbinden mit charakterisierenden Bildern aus den Regionen.

Gleichzeitig rufen wir alle, die vielleicht Eindrücke, Informationen, Bilder über Regionen oder Länder haben, die nicht so „angesagt“ sind, sich bei uns zu melden, um vielleicht dann auch einen Vortrag bei uns zu halten. Es muss kein Multivisions- oder 3D-Vortrag sein, eigene Geschichten können manchmal viel mehr aussagen. Wir wollen die Länder kennenlernen und diese unseren Besuchern näherbringen. Helfen Sie uns dabei!

A6.5.1 Landesbericht: Albanien

Das kommunistische Albanien – Reise zu den Orten der Erinnerung

Albanien ist als Reiseland auf der Balkanhalbinsel (noch) ein Geheimtipp. Es gibt Strände am Mittelmeer, Berglandschaften und wunderschöne Seen. Historische Stätten wechseln sich ab mit unberührter Natur. Bewegt man sich aufmerksam durch das Land, scheinen aber immer wieder Belege für die düsteren Jahre zwischen 1944 und 1990 durch. In diesem Zeitraum beherrschte die kommunistische Partei Albaniens, mit dem Diktator Enver Hoxha an der Spitze, das Land. Es entstanden u. a. Arbeitslager ähnlich dem Gulag-System in der Sowjetunion, die Gefängnisse füllten sich mit politischen Häftlingen, 1967 wurde ein totales Religionsverbot erlassen und Albanien isolierte sich immer stärker, selbst innerhalb des kommunistischen Herrschaftsbereiches. Erst 1990 wurde nach gewaltsamen Kämpfen das kommunistische Regime gestürzt.

Im Vortrag wird auf die Geschichte des Kommunismus in Albanien eingegangen und die mühsame Aufarbeitung der jüngsten Vergangenheit an ausgewählten Orten der Erinnerung, wie beispielsweise dem Gefängnis- und Arbeitslager in Spaç und dem Internierungslager in Tepelena, dargestellt. Biografien von Betroffenen und Fotografien der Reise ergänzen den Bericht.

Dauer	2 UE, 1 Veranstaltung
Termin	Do., 19.11.2020, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referentin	Dr. Anke Geier
Gebühr	€ 6,80/Abendkasse



A6.5.2 Landesbericht: Nepal

Nepal – Geschichte, Kultur, Natur

Zu Füßen des Himalayas, des Gebirges mit den höchsten Erhebungen der Erde, liegt ein Land, welches sich erst in den letzten Jahren dem Tourismus öffnete – und den Besuchern unglaublich viel zu bieten hat. Die reine Reduktion auf die Berge ist allerdings vollkommen unzureichend. Das Land hat historisch und kulturell unglaublich viel zu bieten. Wussten Sie, dass hier Buddha geboren wurde? Eingepasst zwischen den beiden bevölkerungsreichsten Staaten der Welt, China und Indien, versuchte dieser kleine Staat seinen eigenen Weg zu gehen. Die Existenz des Staates war in den Jahrhunderten immer wieder bedroht. Sei es von China, Indien oder Großbritannien und auch in der Gegenwart gab es immer wieder teilweise radikale Umstürze.

Der Vortrag soll die Geschichte und die soziale und politische Entwicklung des Landes beleuchten, aber selbstverständlich auch einen Überblick über die beeindruckende Natur des Landes geben.

Dauer 2 UE, 1 Veranstaltung

Termin Do., 28.1.2021, 18:00–19:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referent Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS Suhl/Schul- und Volkssternwarte Suhl

Gebühr € 6,80/Abendkasse

IMPRESSUM

Herausgeber:

Volkshochschule „Karl Mundt“, Meiningener Str. 89, 98529 Suhl

Telefon: 03681 806060, Telefax: 03681 8060621

E-Mail: info@vhs-suhl.de, Internet: www.vhs-suhl.de

Anzeigenbetreuung und Gesamtherstellung:

Rhön-Rennsteig-Verlag GmbH, Erhard-Schübel-Str. 2, 98529 Suhl

Telefon: 03681 89350, Telefax: 03681 893522

E-Mail: verlag@r-r-v.de, Internet: www.r-r-v.de

Alle Rechte vorbehalten. Für Änderungen, Irrtum und Druckfehler keine Haftung des Herausgebers. Nachdruck, Vervielfältigung, Abschrift, Kopie oder anderweitige Verwendung, auch auszugsweise, ist nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers gestattet.



A6.6 Smart Democracy Online-Veranstaltung: Wald ist mehr als Holz: Gesunde Wälder – gesunde Menschen

Es gibt nur noch wenige Urwälder auf dieser Welt und die Zerstörung der Wälder schreitet in rasantem Tempo weiter voran. Meistens werden Wälder zum Ausbau landwirtschaftlicher Nutzflächen gerodet. Auch Waldbränden kommt eine Schlüsselrolle zu. Aber fast immer beginnt die Zerstörung der Wälder mit dem Fällen der Bäume. Dabei sind Wälder weit mehr als Land und Holz. Sie sind die Lunge unserer Erde, sie sind der Kern unseres Klimas und sie sind Hotspots der Artenvielfalt. Darüber hinaus haben sie auch direkte Auswirkungen auf unsere Gesundheit: Beispielsweise zeigen Untersuchungen aus Brasilien einen Zusammenhang zwischen Waldrodungen und der Zunahme von Malaria-Erkrankungen. Im Rahmen der Veranstaltungsreihe wird die weitreichende Bedeutung unserer Wälder näher beleuchtet und wir diskutieren die notwendigen Schritte für ihren Erhalt.

Dauer	2 UE, 1 Abend
Termin	Mi., 23.9.2020, 19:00–20:30 Uhr
Ort	Online – virtueller Kursraum
Referent*innen	Dr. Susanne Winter, Programmleitung Wald im WWF Deutschland Philipp Gerhardt, Diplom-Forstwirt und Organisator der Plattform baumfeldwirtschaft.de
Gebühr	entgeltfrei

INNENAUSBAU

► TROCKENBAU
► AKUSTIKBAU
► BRANDSCHUTZ

Inhaberin: **Cornelia Ader-Müller**

98529 Suhl • Meininger Straße 77

☎ (0 36 81) 30 57 50 • Fax (0 36 81) 30 57 70

E-Mail: kontakt@innenausbau-ader.de



B1 Studienreisen – Exkursionen

B1.1 Studienfahrt zum Bundestag auf Einladung des MdB Mark Hauptmann

Die VHS Suhl hatte in Zusammenarbeit mit der VHS Hildburghausen auf Einladung unseres Bundestagsabgeordneten Mark Hauptmann für den Herbst des Jahres eine Fahrt in den Deutschen Bundestag nach Berlin geplant. Aufgrund der aktuellen Situation und der noch nicht absehbaren Entwicklungen halten wir an diesen Plänen zwar fest, bitten aber um Entschuldigung, dass wir aktuell noch nicht in der Lage sind, endgültig zu sagen, ob und wann diese Veranstaltung stattfindet.

B1.2 Studienfahrt zum Thüringer Landtag auf Einladung des MdL Diana Lehmann

Die VHS Suhl hatte für den Herbst des Jahres auf Einladung unserer Landtagsabgeordneten Frau Diana Lehmann eine Fahrt in den Thüringer Landtag geplant. Aufgrund der aktuellen Situation und der noch nicht absehbaren Entwicklungen halten wir an diesen Plänen zwar fest, bitten aber um Entschuldigung, dass wir aktuell noch nicht in der Lage sind, endgültig zu sagen, ob und wann diese Veranstaltung stattfindet. Achten Sie bitte auf aktuelle Informationen auf der Homepage der VHS Suhl.

B1.3 Studienfahrt zur Europäischen Union auf Einladung der Thüringer EU-Abgeordneten Marion Walsmann

Im Herbst plant die VHS „Karl Mundt“ Suhl in Zusammenarbeit mit und auf Einladung von unserer Thüringer Europaabgeordneten Marion Walsmann eine Fahrt nach Brüssel. Ziele der Fahrt sind u.a. Besuche in verschiedenen Einrichtungen der EU sowie der NATO. Aufgrund der aktuellen Situation können wir bisher Ihnen noch nicht endgültig sagen, ob und wie die Fahrt stattfinden wird. Achten Sie bitte auf aktuelle Informationen auf der Homepage der VHS Suhl.



Städtische Nahverkehrsgesellschaft mbH
Suhl/Zella-Mehlis

Auskünfte und
Fahrpläne über:
Tel. 03681 39430
Fax 03681 39433-9
info@sngonline.de
www.sngonline.de

IMMER EINE GUTE VERBINDUNG!

FAHREN SIE MIT UNS ZU ALLEN ZIELEN
IN SUHL UND ZELLA-MEHLIS.





Waffenschütz Guts. im Sthiringer Walde, Bismarckturm

Dornberg

(Stadtlarchiv Suhl)



B2 Schreiben – Lesungen – Ausstellungen

B2.1 Offene Zeilenspringer-Schreibwerkstatt

Austausch von eigenen literarischen Texten und Anregungen zu eigenen Kreationen

Dauer 30 UE, 10 Termine

Termin Mo., 11.1.2021, 19:00–21:15 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, Gewölbekeller (max. 25 Plätze)

Referent Dietmar Hörnig

Gebühr entgeltfrei

B2.2 Ausstellungen 2020/2021

Durch die Covid-19-Einschränkungen mussten wir einige unserer geplanten Veranstaltungen und auch Ausstellungen absagen bzw. verschieben. Dadurch werden wir im Herbst/Winter die geplanten Ausstellungen durchführen. Aktuelle Infos unter www.vhs-suhl.de oder der Presse.

B2.2.1 Umbruch Ost – Lebenswelten im Wandel

30 Jahre nach der Friedlichen Revolution und 30 Jahre nach der Wiedervereinigung stellt diese Ausstellung in 20 Tafeln die Umbrüche dar, welche sich in der ehemaligen DDR ergaben. Zur Eröffnung der Ausstellung möchten wir im Rahmen einer Podiumsdiskussion mit Ihnen ins Gespräch kommen.

Teilnehmen werden das Mitglied des Bundestages, Herr Mark Hauptmann, die Mitarbeiterin des Beauftragten zur Aufarbeitung der SED-Diktatur in Thüringen, Frau Dr. Anke Geier, und der Leiter der VHS "Karl Mundt" Suhl, Herr Olaf Kretzer.

Termin Ende September/Anfang Oktober 2020

Ort Heinrichser Rathaus

B2.2.2 Sternenkinder

Im November werden wir die Ausstellung „Sternenkinder“ eröffnen. Nach der eigentlichen Vernissage zur Eröffnung bieten wir in wöchentlichem Rhythmus ergänzende Veranstaltungen und Lesungen an. Hinzu kommen Diskussionsrunden mit Ärzten, Seelsorgern und Betroffenen. Die genauen Termine können wir erst ab September bekanntgeben.

Termin Anfang November 2020

Ort Heinrichser Rathaus



B2.2.3 Frauenwahlrecht

Das Jahr 2021 ist, besonders im Freistaat Thüringen, ein „volles“ Wahljahr. Im Rahmen der Ausstellung soll daran erinnert werden, dass das Wahlrecht für Frauen erst spät erkämpft und allgemein akzeptiert wurde. In der Ausstellung werden sowohl der Kampf um das Frauenwahlrecht sowie dessen Einführung thematisiert. In unserer Eröffnungsveranstaltung wollen wir aber auch den aktuellen Stand und gegenwärtige Entwicklungen analysieren.

Termin Februar 2021

Ort Heinrichser Rathaus

B3 Malen – Zeichnen

B3.1 Mal- und Zeichenkurse für Anfänger und Fortgeschrittene

B3.1.1 Pastellmalen und -zeichnen

Kreiden sind die ältesten „Zeichenstifte“ der Menschheit und bieten als Pastellkreiden eine Fülle von Einsatz- und Ausdrucksmöglichkeiten. Sie zeichnen sich durch ihre Frische und Farbintensität aus und verbinden auf ideale Weise Zeichnen und Malen.

Auf landschaftlichen Motiven wird in diesem Kurs der Schwerpunkt liegen, aber auch eigene Motivvorlagen mit Blumen oder Stillleben sind willkommen und können gerne malerisch umgesetzt werden.

Jeder Teilnehmer entwickelt dabei, unterstützt von der Dozentin, seine eigene Arbeitsweise. Das individuelle Empfinden fließt in jedes Bild ein und gibt ihm den persönlichen Ausdruck.

Vorkenntnisse im Malen und Erfahrung im Umgang mit Farben sind wünschenswert, aber nicht zwingend erforderlich.

Bitte mitbringen: Sortiment Pastellkreiden, weiche Blei- oder Grafitstifte, Zeichenkohle, Knetgummiradierer, Karton oder Zeichenpapier 180 g/qm oder mehr oder spezielles Pastellpapier, gerne farbig, mindesten DIN 3 oder größer, Fixativ.

Bei Fragen zum Material ist vorab gerne telefonische Rücksprache möglich.

Material kann bei Bedarf zu günstigen Preise bei der Kursleitung erworben werden.

Dauer 30 UE, 10 Termine

Termin Di., 22.09.2020, 18:00-20:15 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus/R. 4.01

Kursleiterin Anke Hoffmann

Gebühr € 108,00



B3.1.2 Malen und Zeichnen am Vormittag

Dieser Kurs fördert die künstlerischen und handwerklichen Fertigkeiten der Teilnehmer, stärkt das Vertrauen in die eigene Wahrnehmung und regt zu neuen Sichtweisen an. In nachvollziehbaren Schritten werden technische Fertigkeiten vermittelt, die wir dann stückweise in unserer Malerei und Zeichnung anwenden können. In einer entspannten und geselligen Atmosphäre werden selbstgewählte und vorgeschlagene Themen bearbeitet und dabei die Beobachtungsgabe und das Gespür für gestalterische und farbliche Zusammenhänge gefördert.



Bitte mitbringen: Holzkohle (Stäbchen mittlerer Stärke), weiche Blei- oder Grafitstifte, Knetgummiradierer, Karton oder Zeichenpapier 180g/qm oder mehr, mindestens DIN 3 oder größer, Fixativ, weitere Materialien nach Belieben oder Verfügbarkeit. Bei Fragen zum Material, vorab gerne telefonische Rücksprache möglich.

Material kann bei Bedarf zu günstigen Preise bei der Kursleitung erworben werden.

Dauer 30 UE, 10 Termine

Termin Do., 24.09.2020, 10:00–12:15 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04

Kursleiterin Anke Hoffmann

Gebühr € 108,00

gewo
Daheim in Suhl.

beliebt

Gutenbergstraße 4 | 98527 Suhl
Tel. (0 36 81) 3 79-0 | www.gewo-suhl.de



B3.1.3 Malworkshop: Das lockere Aquarell

Möchten Sie wegkommen vom verkrampten, allzu genauen Aquarellieren? Haben Sie keine Lust mehr auf farblose, ausdruckschwache Bilder? Üben Sie den Mut zur Farbe, Spontaneität zuzulassen, der Hand zu vertrauen, die Komposition zu reduzieren, den Ausschnitt wahrzunehmen und erkennen Sie, dass weniger mehr ist. Das Aquarell hat die Kraft, ein scheinbar unbedeutendes Motiv lebendig werden zu lassen, es in Licht und Farbe zu tauchen. Die Verbindung von gezieltem Vorgehen und spontanem Einfall verhilft zu neuen Seh- und Arbeitsweisen. Sie finden schneller zu einem lockeren, individuellen Stil in Ihren Aquarellbildern. Miteinander erarbeiten wir uns Aquarelltechniken, die uns befähigen, kraftvolle, ausdrucksstarke Bilder zu gestalten. Ich helfe Ihnen dabei, sich auf Ihre eigene schöpferische Kraft einzulassen bzw. innere Hemmschwellen abzubauen.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Aquarellpinsel, Borstenpinsel, Tuschestifte, Farbstifte und Aquarellstifte wie vorhanden, Aquarellblock mindestens 250g/m² (Format nach Wunsch). Material kann bei Bedarf zu günstigen Preise bei der Kursleitung erworben werden.

Dauer 10 UE, 1 Tag
Termin Sa., 14.11.2020, 09:00-17:00 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04
Kursleiterin Anke Hoffmann
Gebühr € 36,00

B3.1.4 Malworkshop: Zeichnen mit Holzkohle

Ohne Einschränkung des Motivs wird in diesem Kurs ein breites Spektrum von Mal-Sujets angesprochen – abstrakt wie auch realistisch. Im Mittelpunkt steht das Zeichnen mit Holzkohle. Wir experimentieren auch mit vielfältigen Kombinationsmöglichkeiten der Holzkohle mit anderen Materialien. Handwerkliche Fähigkeiten werden entwickelt, damit eine optimale Anwendung der Farb- bzw. Tonwirkung sowie der Bildkomposition erzielt werden kann. Auch unsere lockere Gruppenatmosphäre führt zu einem offenen und konstruktiven Dialog über die Bildergebnisse. Dieser Kurs klärt auf über das Material, den Umgang damit und den Weg zum Bild.

Bitte mitbringen: Holzkohle mittlere Stärke, Knetgummiradierer, Karton oder Papier ab 180g/qm mindestens DIN 3 oder größer, Fixativ. Material kann bei Bedarf zu günstigen Preisen bei der Kursleitung erworben werden.

Dauer 10 UE, 1 Tag
Termin Sa., 13.2.2021, 09:00–17:00 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04
Kursleiterin Anke Hoffmann
Gebühr € 36,00



B3.1.5 Malworkshop: Acrylmalerei

Bei diesem Kurs erarbeiten bzw. vertiefen Sie anhand wechselnder Aufgabenstellungen Ihre Kenntnisse in Bildkomposition, (Farb-)Perspektive und den verschiedenen Einsatz- und Kombinationsmöglichkeiten von Acrylfarben (mit Farbstiften, Kreiden, Fineliner, Kohle usw.). Die Themenspanne reicht von Gegenständen aus dem Alltag, Stilleben, Interieurs, Alltagssituationen bis zu Landschaften und Architektur. Die so erarbeiteten Erkenntnisse lassen sich auf jedwede Bildthematik übertragen. Ein vielseitiger und abwechslungsreicher Kurs, der sowohl die „freie Malerei“ als auch die Gesetzmäßigkeiten der „konkreten“ Kunst ins Auge fasst und Sie auf eine spannende Entdeckungsreise mitnimmt, bei der auch die Experimentierfreude nicht zu kurz kommt.

Die entstehenden Bilder werden individuell und in der Gruppe besprochen. Erfahrungen mit Acrylfarben und Grundkenntnisse in Farblehre und Farbmischung sind wünschenswert, aber nicht zwingend erforderlich.

Dauer 10 UE, 1 Tag

Termin Sa., 15.05.2021, 09:00–17:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04

Kursleiterin Anke Hoffmann

Gebühr € 36,00

Spende **Blut.** **Spende Plasma.**

Spende jetzt. **Spende regelmäßig.** Denn **Spenden lohnt.**



Du bist mindestens 18 Jahre alt?

Du bist gesund + fit?

Frauen dürfen vier Mal, Männer sechs Mal innerhalb von 12 Monaten Vollblut spenden, wobei ein Abstand von mind. 8 Wochen zwischen zwei Spenden liegen muss.

Plasma spenden kannst du

bis zu 60 Mal im Kalenderjahr.

Infos zur Aufwandsentschädigung erhältst du vor Ort.

Wir bilden aus: MFA (m/w/d)


www.blutspendesuhl.de

Institut für Transfusionsmedizin Suhl Gemeinnützige GmbH, Albert-Schweitzer-Str. 15, 98527 Suhl

geöffnet: Mo-Do 7-18:30 Uhr, Fr 7-18 Uhr, Sa 9-12:30 Uhr

Termine Plasmaspende: Telefon 03681 373-130



B4 Floristik – Töpfern – Plastisches Gestalten

B4.1 Töpfern und Keramisches Gestalten

B4.1.1 Töpfern und Keramisches Gestalten – Weihnachtliche Keramik (Anf./Fortg.)

Die Formbarkeit des Materials Ton lässt schon seit Jahrtausenden in allen menschlichen Kulturen die Ideen sprudeln und die vielfältigsten Dinge entstehen. Weicher Ton in unseren Händen nimmt uns gefangen, lockt unsere gestalterische Energie hervor und motiviert uns zum Handeln. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie verschiedene Aufbautechniken, verschiedene Arten der Dekoration, Glasieren, Engobieren und weitere Techniken.

Alle Arbeiten werden im Kurs gebrannt.

Dauer 30 UE, 10 Vormittage

Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04

Kursleiterin Maritta Kästner-Langguth

Gebühr € 108,00/zzgl. Materialkosten

Kurs-Nr. B4.1.1 Di., 1.9.2020, 09:30–11:45 Uhr

Kurs-Nr. B4.1.2 Mi., 2.9.2020, 17:00–19:15 Uhr

Kurs-Nr. B4.1.3 Di., 12.1.2021, 09:30–11:45 Uhr

Kurs-Nr. B4.1.4 Mi., 13.1.2021, 17:00–19:15 Uhr

B4.1.3 Töpfern und Keramisches Gestalten (Anf./Fortg.)

Die Formbarkeit des Materials Ton lässt schon seit Jahrtausenden in allen menschlichen Kulturen die Ideen sprudeln und die vielfältigsten Dinge entstehen. Weicher Ton in unseren Händen nimmt uns gefangen, lockt unsere gestalterische Energie hervor und motiviert uns zum Handeln. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie Pflanztöpfe, Vögel, Vogelhäuser, Stelen und noch vieles mehr in Aufbautechnik anzufertigen. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Alle Arbeiten werden im Kurs gebrannt.



Dauer 30 UE, 10 Vormittage

Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04

Kursleiterin Maritta Kästner-Langguth

Gebühr € 108,00/zzgl. Materialkosten

Kurs-Nr. B4.1.5 Di., 23.3.2021, 09:30–11:45 Uhr

Kurs-Nr. B4.1.6 Mi., 24.3.2021, 17:00–19:15 Uhr



B4.2 Gold- und Silberschmieden

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, unter fachlicher Anleitung ein einfaches Schmuckstück aus 925 Sterling Silber anzufertigen.

Sie erhalten einen kleinen Einblick in die Grundtechniken des Goldschmiedens, wie Sägen, Feilen, Schmieden, Löten und Polieren. Ganz nach Ihrer Idee fertigen Sie einen Ring, Anhänger, Armreif, eine Brosche oder Ohringe, in die wunschgemäß auch Edelsteine eingearbeitet werden können.

Alle angefangenen Arbeiten werden in diesem Kurs fertiggestellt, so dass jeder Kursteilnehmer am Abend sein eigenes Schmuckstück in den Händen hält. Das Dozententeam bringt zur kreativen Anregung eine Auswahl an Anschauungsbeispielen mit.

Handwerkliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur die Lust am Ausprobieren!

Alle Zusatzkosten für Werkzeug- und Maschinenbenutzung (12,-€) sowie für das Silber nach Verbrauch und Edelsteine nach Wert werden direkt im Kurs verrechnet. Der Preis für ein kleines Schmuckstück liegt zwischen 40,- bis 60,-€.

Dauer 5 UE, 1 Abend oder 1 Tagesveranstaltung

Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04

Kursleiter Laura Herrmann, Oliver Reinelt

Gebühr € 28,00 für Abendkurs € 56,00 für Tageskurs

Kurs-Nr. B4.2.1 Do., 8.10.2020, 17:30–21:30 Uhr

Kurs-Nr. B4.2.2 Sa., 21.11.2020, 10:00–18:00 Uhr

Kurs-Nr. B4.2.3 Sa., 13.3.2021, 10:00–18:00 Uhr

Kurs-Nr. B4.2.4 Sa., 29.5.2021, 10:00–18:00 Uhr

B4.3 Drahtflechtkunst DIY

Drahtobjekte für Haus und Garten selbst gestalten – werden Sie kreativ und gestalten Sie Ihre eigenen Objekte. Ob Libelle, Engel oder eine Glocke flechten, versuchen Sie es. Nach einer Einführung in die Drahtflechtkunst gestalten wir eigene Drahtwerke. Jedes Werk wird ein Unikat sein, veredelt mit bunten Glaskugeln, verschiedenen Drähten oder Schätzen aus der Natur. Bringen Sie Ihre eigenen Ideen mit ein und lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf.

Dauer 12 UE, 6 Abende

Termin bei mind. 8 schriftl. Anmeldungen
im Herbst 2020

Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04

Kursleiterin Simone Rosenmüller

Gebühr € 43,20, zzgl. € 14,00 Materialkosten





B5 Musik

B5.1.1 Gitarre für Anfänger – Theorie und Praxis

Musikinteressierte werden an das praktische Musizieren auf der Gitarre herangeführt. Ziel des Kurses ist das Erlernen des Gitarrenspiels zur Liedbegleitung mit breit gefächertem Repertoire im Gruppenunterricht. Dabei sind keine Notenkenntnisse erforderlich.

Sie erlernen alle gebräuchlichen Akkord-Griffe (einschließlich der Barré-Griffweise) und üben diese Griffe im Gruppenspiel mit ausgesuchten Songs.

Dauer 30 UE, 15 Abende

Termin Di., 29.9.2020, 19:30–21:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04

Kursleiter Uwe Gerwien, Musikpädagogin, Musiker

Gebühr € 108,00

B5.2.1 Gitarre Aufbaukurs – Theorie und Praxis

Viele haben als Kinder oder Jugendliche ein Instrument gespielt, das später zur Seite gelegt wurde. Der Kurs bietet die Gelegenheit wieder neu zu beginnen, schon Gelerntes aufzufrischen und Neues dazu zu lernen (auch für Absolventen des Grundkurses geeignet).

Dauer 30 UE, 15 Abende

Termin Di., 29.9.2020, 17:45–19:15 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus/R. 1.04

Kursleiter Uwe Gerwien, Musikpädagogin, Musiker

Gebühr € 108,00

B6 Fotografie – Film

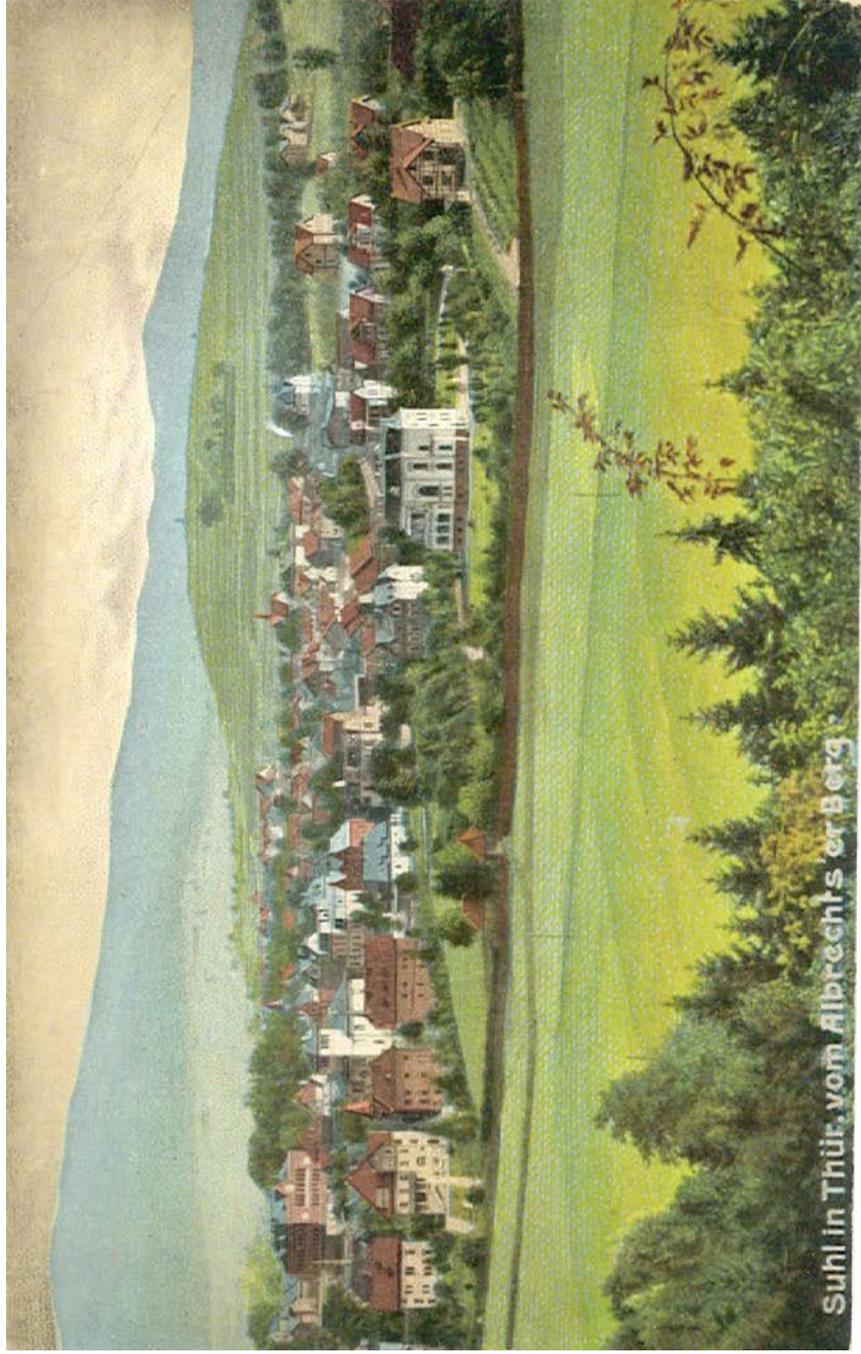
B6.1 Kino – Schauburg2go

Die VHS Suhl plant in Zusammenarbeit mit Herrn Spannbauer Ihnen auch wieder im Herbst 2020 und Frühjahr 2021 einige spezielle Filme zu zeigen. Filmtitel und Termine werden in der Presse und auf der Homepage der VHS veröffentlicht. Achten Sie bitte auf aktuelle Informationen auf der Homepage der VHS oder in der Presse.

Dauer 3 UE, 1 Abend

Ort Heinrichser Rathaus, Ratssaal

Referent Jörg Spannbauer



Suhl – Blick vom Albrechtser Berg um 1910

(Stadtarchiv Suhl)



B7 Textiles Gestalten – Schneidern

B7.1 Klöppelkurs – Anfänger/Fortgeschrittene

In diesem Kurs kann die traditionelle Technik des Klöppelns erlernt werden. Dazu gehört der Halb-, Leinen-, Ganz- und Formenschlag. Es werden Musterkanten, Deckchen und freie Klöppelarbeiten angefertigt. Anfangs können Arbeitsmaterialien ausgeliehen werden.

Dauer	20 UE, 5 Treffen
Termin	Di., 25.8.2020, 12:30–15:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 4.01
Kursleiterin	Gerlinde Rusch, Textilgestalterin
Gebühr	€ 72,00

B7.2 Nähen Grundkurs

Sie sind sich nicht sicher, ob das Nähen etwas für Sie ist? Erste Versuche waren vielleicht nicht so erfolgreich oder Ihre Nähmaschine steht seit Jahren ungenutzt in der Ecke? Starten Sie neu und probieren Sie es aus! Hier lernen Sie mit der Nähmaschine vertraut zu werden, erlernen grundlegende Kenntnisse im Zuschnitt und nähen für sich die ersten unkomplizierten Stücke. Hierzu gehören zum Beispiel: Kissenhüllen, kleine Taschen sowie Dekoartikel. Zur Advent-



und Weihnachtszeit können auch Platzdeckchen und Läufer mit Briefecken genäht werden. Eigene Ideen können mit der Kursleiterin, soweit sie umsetzbar sind, individuell abgesprochen werden. Als Beispiel: Wie kürzt man eine Jeanshose richtig? Wenn möglich, bitte die eigene Nähmaschine mitbringen. Bitte mitbringen: Stoffschere, Papierschere, Maßband, Garn, Stecknadeln/ Klammern, 1/2 m Baumwollstoff, Nähmaschine.

Dauer	32 UE, 8 Abende
Termin	Do., 1.10.2020, 18:00-21:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 4.01
Kursleiterin	Christl Tielböcker
Gebühr	€ 115,20



B7.3 Nähen Aufbaukurs

Neufertigung von Kleidungsstücken nach Schnittmuster (z. B. Jacken, Blusen, Hosen, Röcke). Sie lernen in diesem Kurs das

- a) Zuschneiden nach Schnittmuster
- b) Berechnen von Stoff und Zubehör
- c) Zuschnitt, Heften und Nähen.

Darüber hinaus lernen wir, wie Sie Ihre Kleidungsstücke ändern können, wenn sie länger, weiter oder enger gemacht werden müssen. Reißverschlüsse werden von der Kursleiterin mitgebracht.

Ab der 1. Unterrichtsstunde bitte mitbringen: Nähmaschine, Nähgarn (3-4 Rollen in der zum Stoff passenden Farbe), Bandmaß, Glaskopfstecknadeln, Nähnadel zum Heften, Schneiderschere, kleine spitze Trennschere, Papierschere, Schnittpapier, Bleistift/Filzstift/Kugelschreiber, 0,5 m Baumwollstoff, 0,5 m Bügelvlies 630.

Dauer	32 UE, 8 Abende
Termin	Di., 29.9.2020, 18:00–21:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 4.01
Kursleiterin	Christl Tielböcker
Gebühr	€ 115,20

B7.4 Nähkursreihe: Baustein-Projekte

B7.4.1 Endlos-Reißverschluss einnähen

In der Nähkurs-Abendreihe „Nähbausteine“ widmen wir uns an einem Abend dem Endlos-Reißverschluss. Am Projektbeispiel Stiftemappe lernen wir Tipps und Tricks zum Reißverschluss einnähen und schließen.

Dauer	4 UE, 1 Abend
Termin	Mo., 21.9.2020, 18:00–21:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 4.01
Kursleiterin	Ute Zohles
Gebühr	€ 14,40

B7.4.2 Metall-Reißverschluss einnähen – Wir nähen eine Kosmetiktasche

In der Nähkurs-Abendreihe „Nähbausteine“ widmen wir uns an einem Abend dem Einnähen eines Reißverschlusses. Am Projektbeispiel Kosmetiktasche mit Innenfutter lernen wir Tipps und Tricks zum Reißverschluss einnähen.

Dauer	4 UE, 1 Abend
Termin	Mo., 28.9.2020, 18:00–21:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 4.01
Kursleiterin	Ute Zohles
Gebühr	€ 14,40



B7.4.3 Endlos-Reißverschluss einnähen – Wir nähen eine Einkaufstasche mit Futter

In der Nähkurs–Abendreihe „Nähbausteine“ widmen wir uns an einem Abend der Schnittkonstruktion und optimierten Nähreihenfolge für Taschen mit Innenfutter. Am Projektbeispiel lernen wir Tipps und Tricks zum Erzeugen von Innenvolumen durch verschiedene Eckvarianten.

Dauer	4 UE, 1 Abend
Termin	Mo., 5.10.2020, 18:00–21:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 4.01
Kursleiterin	Ute Zohles
Gebühr	€ 14,40

B7.4.4 Patchwork Grundlagen

In der Nähkurs–Abendreihe „Nähbausteine“ widmen wir uns an einem Abend den Grundlagen von Patchwork. An einem kleinflächigen Projektbeispiel lernen wir Tipps und Tricks dieser traditionellen Technik. Bei geschickter Stoffwahl können die Nähergebnisse als Weihnachtsdekoration den Tisch schmücken.

Dauer	4 UE, 1 Abend
Termin	Mo., 12.10.2020, 18:00–21:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 4.01
Kursleiterin	Ute Zohles
Gebühr	€ 14,40

STARK Innovativ

Wir schweißen zusammen!

Gartentore, Zäune, Handläufe aus Stahl, Edelstahl, Aluminium

Stahl • Edelstahl • Aluminium

Simsonstraße 15 • 98529 Suhl

Telefon: 0 3681 / 35 33 01 Telefax: 35 33 02

Nico Stark: 0176 / 21 61 53 37

Martin Stark: 01 72 / 9 57 28 28

www.schlosserspezi.de • post@schlosserspezi.de



B7.4.5 „Der Endlos-Trick zum Taschennähen“ – Wir nähen einen Zugbandrucksack mit Futter

In der Nähkurs-Abendreihe „Nähbausteine“ widmen wir uns an einem Abend der Schnittkonstruktion und optimierten Nähreihenfolge für Zugbandbeutel und Rucksäcke mit Futter. Am Projektbeispiel lernen wir Tipps und Tricks wie individuelle Rucksäcke genäht werden, die sich als Geschenkverpackung mit Mehrwert eignen.

Dauer 4 UE, 1 Abend

Termin Mo., 30.11.2020, 18:00–21:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 4.01

Kursleiterin Ute Zohles

Gebühr € 14,40

B7.6 „Nähmaschinen-Date“ ... Wir lernen uns näher kennen. Du hast eine Nähmaschine und möchtest sie näher kennenlernen?

An einem Samstagvormittag treffen wir uns als Gruppe von Gleichgesinnten und schauen mal, welches Rad und welcher Schalter den Nähprozess beeinflussen. Bitte bringen Sie die Bedienungsanleitung mit, damit wir spezielle Fragen direkt klären können, z. B. welches Zubehör für deine Maschine geeignet ist. Vielleicht lernst du andere Nähmaschinenbesitzer kennen, die das gleiche Modell besitzen. Ihr könntet zukünftig gemeinsam nähen und Ideen, Stoffe sowie Zubehör austauschen. Wer weiß, so ein Date kann dein Leben verändern.



Bitte vergiss bei der Anmeldung nicht die Angaben zu deiner Nähmaschine: Fabrikat, Typ.

Dauer 4 UE, 1 Termin

Termin Sa., 23.1.2021, 09:30–12:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 4.01

Kursleiterin Ute Zohles

Gebühr € 14,40



B7.7 Jersey und andere Stretch-Materialien nähen

Im Kurs geht es um Tipps und Tricks zum Nähen von Jersey mit einer Haushalts-Nähmaschine: Nähen von elastischen Materialien.

Nähprojekte sind Loop/Schal, Mütze und ein einfach geschnittenes T-Shirt mit Übernahme des Schnittes von einem vorhandenen Shirt.

Wir lernen verschiedene Arten von Halsausschnittlösungen kennen.

Welche Nähadeln und welches Garn verwende ich?

Welche Einstellungen und Möglichkeiten meiner Nähmaschine sind nützlich?

Als Option zeigt der Kurs den Einsatz einer Overlock-Maschine.

Dauer 20 UE, 5 Abende

Termin Mo., 12.4.2021, 18:00–21:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 4.01

Kursleiterin Ute Zohles

Gebühr € 72,00

Ihre tagesaktuelle
Lokalzeitung –
kostenlos – online



Neue
Henneberger
Zeitung

nhz24.de



facebook.com/
RedaktionOnline



FLESSABANK Privatgirokonto

Mit dem Konto, das Ihnen ein Plus an Service bietet, fahren Sie gut.

Ein Girokonto ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Mit unserem Flessabank Privatgirokonto bieten wir Ihnen folgende besondere Leistungen:

- ✓ **kostengünstige Kontoführung**
- ✓ **persönliche Kundenberaterin oder Kundenberater**
- ✓ **MyBankingApp und Online-Banking rund um die Uhr**
- ✓ **Kreditkarte MasterCard®**

Friedensstraße 8
98527 Suhl

FLESSABANK
BANKHAUS MAX FLESSA KG
Die Bank mit dem Plus

www.flessabank.de



Die Kursangebote im Bereich „Entspannung und Wohlbefinden“ dienen der gesundheitlichen Prävention. Sie sind nicht als Therapie bei gesundheitlichen Beschwerden gedacht. Bei gesundheitlichen Beschwerden konsultieren Sie bitte vor der Anmeldung Ihren behandelnden Arzt.

C0 Fitness für Senioren

C0.1 Yoga am Vormittag

C0.1.1 Sanftes Yoga am Vormittag für Ältere

Dieser Yogakurs ist speziell auf die körperliche und gesundheitliche Situation der nicht mehr ganz Jungen zugeschnitten. Er soll helfen, die innere und äußere Vitalität zu erhalten oder zurück zu gewinnen. Es geht besonders um die nachlassende Gelenkigkeit, die mit den Yogaübungen, den „Asanas“, gut ausgeglichen werden kann, was zugleich eine hervorragende Sturz- und Osteoporosevorbeugung darstellt. Yoga kann auch helfen, die Sehkraft zu stärken. Spezielle Atemtechniken schützen vor Erkältungskrankheiten und dienen der Entspannung. Zugleich vermittelt der Kurs aber auch etwas von der Spiritualität des Yoga, die uns mit der Universalität des Lebens verbindet. Vorkenntnisse oder eine gute Konstitution braucht man für dieses Programm nicht.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer 20 UE, 10 Vormittage

Termine Mo. oder Do., ab Ende September 2020, 10:00–11:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.06

Kursleiterin Sabine Junge

Gebühr € 68,00



C0.2 Pilates am Vormittag

C0.2.1 Pilates für Senioren am Vormittag

Gerade im Alter fällt es Menschen schwerer, den Bewegungs- und Stützapparat im Lot zu halten. Muskelaufbau, Dehnung zur Erhaltung der Beweglichkeit und Elemente der Sturzprophylaxe sind daher für eine höhere Lebensqualität wichtig. Ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm mit individuellen Haltungskorrekturen verbessert die Körperwahrnehmung. Kleine Entspannungsübungen sorgen für Gelassenheit im Alltag.

In diesem Vormittagskurs werden die Übungen speziell für Senioren modifiziert, so dass jeder mithalten und Spaß dabei empfinden kann.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer	24 UE, 12 Vormittage
Termin	Mi., 2.9.2020, 12:15–13:45 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.06
Kursleiterin	Kathrin Hübner
Gebühr	€ 81,60

C0.3.1 Rückhalt – Gesunde Wirbelsäule am Vormittag

Maßvolle und regelmäßige sportliche Betätigung fördert Gesundheit und Wohlergehen bis ins hohe Alter. Schwerpunkte sind u. a. Rücken- und Beckenbodengymnastik, leichte Sportspiele sowie gezielte Übungen gegen Osteoporose. Auch sportlich Ungeübte oder gesundheitlich Gefährdete können das Programm bedenkenlos absolvieren.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer	16 UE, 12 Treffs
Termin	Herbst 2020, 08:00–09:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. E.03
Kursleiterin	Rita Denner
Gebühr	€ 54,40



Auen-Apotheke



Apothekerin *Catrin Fischer*
 Würzburger Str. 74 - 98529 Suhl
 Tel.: 03681 - 727133 Fax: 03681 - 709944

Öffnungszeiten:
 Mo. - Fr.: 8.00 - 18.00 Uhr
 Sa.: 8.00 - 13.00 Uhr

Mail: auen-apotheke-suhl@t-online.de - www.auen-apotheke-suhl.de



C0.3.2 Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

Mit den Jahren wachsen manchmal auch die Plagen. Maßvolle und regelmäßige sportliche Betätigung fördert Gesundheit und Wohlergehen bis ins hohe Alter. Umso mehr Grund, etwas für sich zu tun. Schwerpunkte dieses Kurses sind eine maßvolle Rückenschule, Wahrnehmungsübungen, gezielte Übungen gegen Osteoporose und wohltuende Entspannungsübungen mit Gleichaltrigen. Sie können lernen, auf sanfte und ausgeglichene Art und Weise Rückenschmerzen vorzubeugen. Sie erhalten Tipps und Anleitungen für den Alltag und erfahren Wichtiges über die körperlichen und seelischen Zusammenhänge. Die Übungen sind so kombiniert, dass sie auch von denjenigen gut ausgeführt werden können, die nicht mehr so beweglich sind wie früher.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer 16 UE, 12 Treffs

Termine ab Herbst 2020, Mo., 09:30–10:30 Uhr oder
Do., 09:00–10:00 Uhr oder 10:15–11:15 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. E.03

Kursleiterin Ingeborg Stoy

Gebühr € 54,40

C1 Autogenes Training – Yoga – Entspannung

C1.1 Yoga

C1.1.1 Yoga für den Rücken

Sie leiden unter Rückenschmerzen? Rücken-Yoga ist der Schlüssel für mehr Beweglichkeit in der Wirbelsäule. Eine wirkungsvolle Reihe, um den Rücken zu stärken und zu entspannen. Für gutes Rückgrat und Flexibilität. Angepasste Yogaübungen für Menschen mit Beschwerden in Rücken- und Halswirbelsäule. Regelmäßiges Rücken-Yoga kann bei Rückenproblemen in zweierlei Hinsicht Abhilfe schaffen.

Auf der physischen Ebene dehnt und kräftigt Yoga den gesamten Rumpf. Das stützt die Wirbelsäule. Konstante Rücken-Yoga-Praxis wirkt vorbeugend und hilft. Auf der psychischen Ebene sorgt „Yoga für den Rücken“ außerdem für geistige Ausgeglichenheit und eine bessere Stressresistenz.

Probieren Sie es einfach mal aus!

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

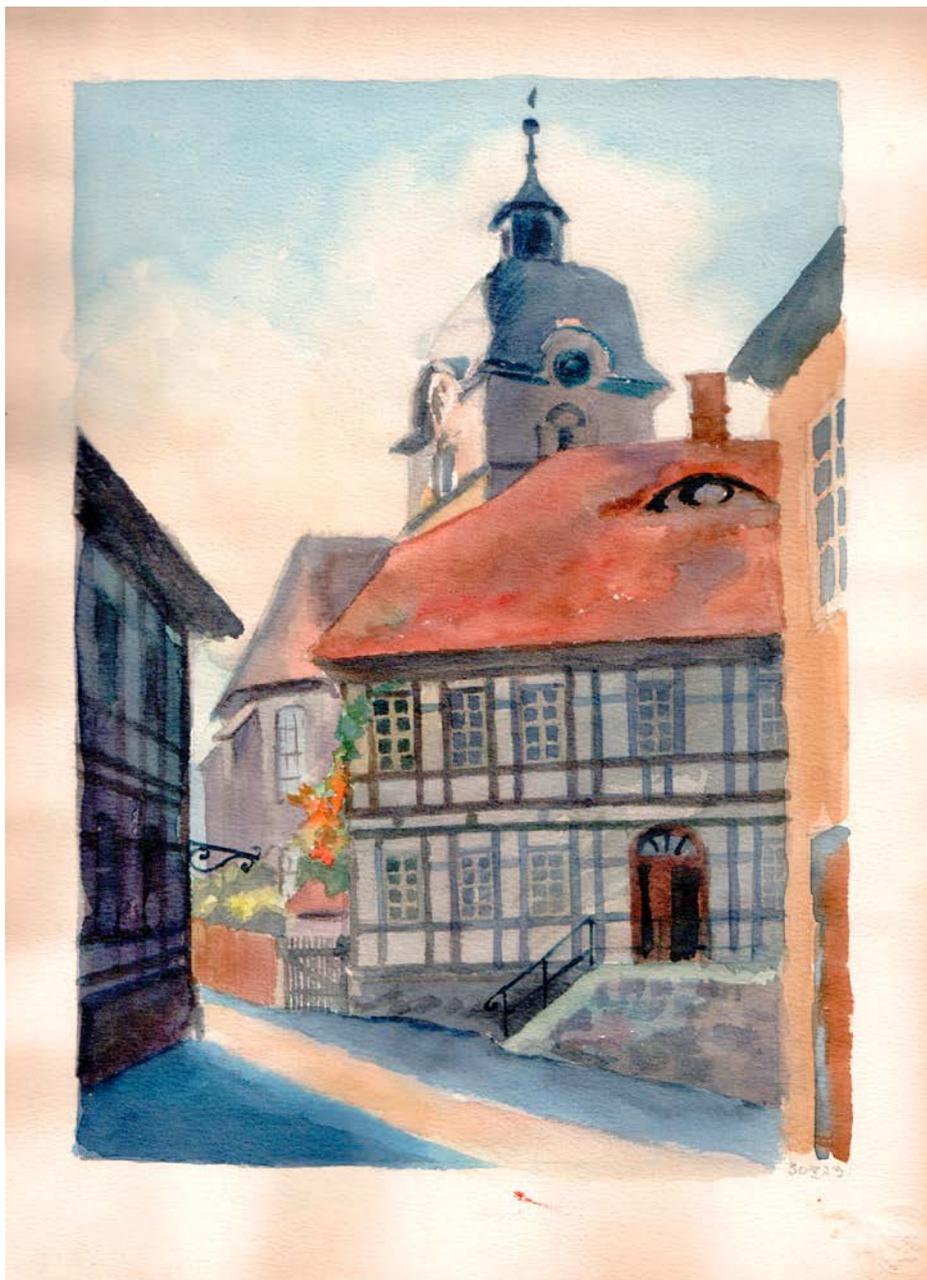
Dauer 20 UE, 10 Abende

Termin ab Ende September 2020, Mo., 18:00–19:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.06

Kursleiterin Sabine Junge

Gebühr € 68,00



Aquarell

(Stadtarchiv Suhl)



C1.1.2 Yoga – Fortgeschrittene

In diesem Kurs wollen wir neben den bereits bekannten Yogaübungen Elementen aus dem Yin-Yoga einfließen lassen. Yin-Yoga ist ein meditativer, achtsamer Yogastil, bei dem durch längeres Halten der einzelnen Übungen (Asanas) das tiefere Gewebe (Faszien) erreicht wird. Bei regelmäßigem Üben kann dies eine gute Vorbeugung von Beschwerden des Bewegungsapparates sein. In diesem Kurs werden Teilnehmer angesprochen, die bereits über eine regelmäßige Yogapraxis verfügen.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer 20 UE, 10 Abende

Termin ab Ende September 2020, Mi., 17:00–18:30 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.06

Kursleiterin Sabine Junge

Gebühr € 68,00

C1.2 Autogenes Training

Das Autogene Training ist eine Entspannungsmethode, deren wesentliches Merkmal die Selbstbeeinflussung ist. Einfach zu erlernen und vielfältig anzuwenden, ist es für so gut wie jeden Menschen geeignet. Wer die Grundlagen beherrscht und Autogenes Training regelmäßig praktiziert, kann seine gesundheitliche Situation verbessern und lernen, mit seiner inneren Anspannung besser umzugehen. Kleinere und größere körperliche Beschwerden können gelindert, die Kreativität gefördert und das Selbstvertrauen verbessert werden. Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer 20 UE, 10 Treffs

Termin Do., 1.10.2020, 17:30–19:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.06

Kursleiterin Denise Pfeufer, Entspannungspädagogin

Gebühr € 68,00

Natur • Gesundheits • Praxis

Beate Isabell Kampa

Heilpraktikerin, Elph-Therapeutin



98529 Suhl-Heinrichs • Erhard-Schübel-Straße 1
Tel.: (0 36 81) 70 41 33 • www.lichtklangkoerper.de



C1.3 QiGong – Tai Chi – Fortgeschrittene

Bei QiGong und Tai Chi vereinen sich sanfte Körperbewegungen mit intensiver Atmung und Meditation. Tai Chi wirkt entspannend, verbessert die Atemtechnik, stabilisiert das Herz-Kreislauf-System, schafft Linderung bei den verschiedensten Erkrankungen und ist auch vorbeugend wirksam. Der Kurs ist grundsätzlich für alle Altersgruppen geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränke, Handtuch.

Dauer	24 UE, 12 Abende
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.06
Kursleiter	Helmut Lauterbach
Gebühr	€ 81,60

Kurs-Nr. C1.3.1 Di., 22.9.2020, 18:00–19:30 Uhr

Kurs-Nr. C1.3.2 Di., 22.9.2020, 19:45–21:15 Uhr

C1.4 Progressive Muskelentspannung

Die Progressive Muskelentspannung gilt als eine wirksame Entspannungsmethode, um Anspannung und Stress gezielt zu begegnen. Mit bewusster An- und Entspannung bestimmter Muskelgruppen wird ein Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers erreicht.

Die Kursteilnehmer lernen unter professioneller Anleitung in der Gruppe die Vorgehensweise der Progressiven Muskelentspannung. Die Teilnehmer sollen befähigt werden, die Methode eigenständig anwenden zu können, um bei sich selbständig Ruhe, Gelassenheit und Konzentration herbeizuführen. Der Kurs ist für Erwachsene jeder Altersstufe geeignet – es sollten allerdings keine ernsthaften Erkrankungen vorliegen.

Möchten Sie gerne in hektischen Situationen gelassener werden, besser schlafen können und stressbedingten Krankheiten vorbeugen, dann ermöglichen Sie es sich durch Muskelentspannung!

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer	20 UE, 10 Treffs
Termin	Do., 28.1.2021, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.06
Kursleiterin	Denise Pfeufer, Entspannungspädagogin
Gebühr	€ 68,00



C2 Gymnastik – Bewegung – Körpererfahrung

C2.1 Sportkurse für eine gesunde Wirbelsäule

C2.1.1 Fit Mix – Bring Deinen Körper in Form

Mit vielseitigen Elementen zur Förderung von Spannkraft, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden werden in diesem Kurs die Teilnehmenden auf angenehme, sportliche Weise und Grundlage neuester gesundheitlicher Erkenntnisse auf dem Weg zur Verbesserung der Fitness begleitet.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Handtuch.

Dauer 24 UE, 12 Treffs

Ort GS Ringbergschule, Dörrenbachstr. 25, 98528 Suhl

Kursleiterin Gisela Stürmer

Gebühr € 81,60

Kurs-Nr. C2.1.1 Mi., 23.9.2020, 17:30–19:00 Uhr

Kurs-Nr. C2.1.2 Mi., 3.2.2021, 17:30–19:00 Uhr

C2.1.3 Aktiv und Gesund

Dieser Kurs vereint Elemente der traditionellen Gymnastik mit Elementen des Tiefenmuskeltrainings, Aerobics und Stretchings, um ein möglichst abwechslungsreiches, wirkungsvolles Sportprogramm speziell für Frauen zu erreichen.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer 24 UE, 12 Termine

Termin Mi., 23.9.2020, 17:30–19:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. E.03

Kursleiterin Elfi Hoffmann-Linz

Gebühr € 81,60



Fachpraxis für Podologie

Silke Mönch

staatlich anerkannte Podologin

Erhard-Schübel-Str. 10
98529 Suhl - Heinrichs

Telefon: 03681/3512819
Mobil: 0160/99147120



C2.1.4 Rückhalt – Gesunde Wirbelsäule

In 12 Übungseinheiten werden die Teilnehmer*innen in Theorie und Praxis zur Gesunderhaltung des gesamten Bewegungs- und Stützapparates geschult. Das Wissen über die Funktionen der verschiedenen Strukturen des gesamten Körpers, in Verbindung mit gezielten Übungsangeboten, soll die Teilnehmer*innen in die Lage versetzen, ihre Körperfunktionen besser zu verstehen und für die Gesunderhaltung Erkenntnisse und Motivation in den Alltag mitzunehmen.

Eine Vielfalt von Übungen aus den Bereichen STEP, AROHA, Faszientraining, Pilates, Yoga und Balance sind Bestandteile dieses Angebotes. Fähigkeiten wie Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit werden geschult und trainiert.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer 24 UE, 12 Nachmittage
Ort Heinrichser Rathaus, R. E.03
Kursleiterin Bärbel Krüger
Gebühr € 81,60

Kurs-Nr. C2.1.4 Mo., 31.8.2020, 14:30–16:00 Uhr

Kurs-Nr. C2.1.5 Mo., 31.8.2020, 16:30–18:00 Uhr

Kurs-Nr. C2.1.6 Do., 3.9.2020, 17:00–18:30 Uhr

Kurs-Nr. C2.1.9 Mo., 4.1.2021, 14:30–16:00 Uhr

Kurs-Nr. C2.1.10 Mo., 4.1.2021, 16:30–18:00 Uhr

Kurs-Nr. C2.1.11 Do., 7.1.2021, 17:00–18:30 Uh

C2.1.7 Ganzheitliche Rückenschule

Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens, zur Verbesserung der Beweglichkeit und Kraft, der Dehn-, Koordinations-, Lockerungs- und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie erlernen gelenk- und rüchenschonende Körperhaltungen und üben rüchengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Dadurch wird Ausgleich für Bewegungsmangel und einseitige Belastung des (Berufs-)Alltags geschaffen. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer 12 UE, 9 Abende
Termin Do., 24.9.2020, 19:15–20:15 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.06
Kursleiterin Heidrun Fanselau
Gebühr € 40,80



C2.2 Herz-Kreislauf-Training auf Steppaerobic-Brettern

C2.2.1 Step Aerobic – Einsteiger

Diese Fitnessgymnastik verbindet ein intensives Herz-Kreislauf-Training mit athletischen und tänzerischen Bewegungen, sodass Kondition, Kraft, Aussehen und Ausstrahlung verbessert werden.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer	24 UE, 12 Abende
Termin	noch in Absprache, 18:15–19:45 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. E.03
Kursleiterin	Sylvia Luck
Gebühr	€ 81,60

C2.2.2 Step Aerobic – Fortgeschrittene

Dauer	24 UE, 12 Abende
Termin	noch in Absprache, 20:00–21:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. E.03
Kursleiterin	Sylvia Luck
Gebühr	€ 81,60

C2.3 Pilates

C2.3.1 Pilates – Fortgeschrittene

Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Atemtechnik aus dem Pilates lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, der Kraft, Dehn-, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit, zur Stärkung der Körpermitte und des Rückens kennen. Sie erlernen gelenk- und rüchenschonende Körperhaltungen und üben rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk, Handtuch.

Dauer	24 UE, 12 Abende
Termin	ab Herbst 2020
Ort	Physiotherapie Rehnig, Würzburger Str. 1, 98529 Suhl
Kursleiterin	Kathrin Hübner
Gebühr	€ 81,60



C2.4 Selbstverteidigung

C2.4.1 Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen ab 18 Jahren

Belästigungen und gewaltsame Übergriffe in der Öffentlichkeit oder am Arbeitsplatz sind leider keine Seltenheit. In diesem Kurs wird darauf eingegangen, Gefahrensituationen im Vorfeld zu erkennen und darauf zu reagieren. Sollte dies nicht mehr möglich sein, lernen die Teilnehmer*innen im Kurs Angriffe einzuschätzen und mit möglichst wenig Aufwand abzuwehren. Weiterhin werden alle Aspekte moderner Selbstverteidigung ohne und mit Gegenständen trainiert, Übungen am Schlagpolster, Rollenspiele. Besondere Vorkenntnisse oder körperliche Fähigkeiten sind nicht erforderlich. Kleidung: Alltagskleidung (z. B. Jeans und T-Shirt), feste Turnschuhe sowie Getränk und Handtuch.

Dauer	8 UE, 4 Termine, samstags von 10:00–11:30 Uhr
Termin	ab Herbst 2020, bei mind. 8 schriftl. Anmeldungen
Ort	Heinrichser Rathaus
Kursleiter	Bernd Machinek, Lehrer für realistische Selbstverteidigung
Gebühr	€ 27,20

C3 Vorträge zur Gesundheitsbildung

C3.1 Vortrag und Praxis: Atme Dich frei und bleibe gesund!

Atmen bedeutet lebendig zu sein. Manchmal brauchen wir Anleitung und Führung zum richtigen Atmen. Dies wird an dem Abend möglich sein. Tiefenatmung, geführte Atmung, Wahrnehmung der Atmung und tönende Atmung. Durch leichte Bewegung verklebte Muskelfaszien lösen und noch vieles mehr. Entdecke dich neu!

Dauer	2 UE, 1 Abend
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Kursleiterin	Corinna Klett, Naturheilpraktikerin
Gebühr	€ 6,80/Abendkasse

Kurs-Nr. C3.1 Do., 12.11.2020, 19:00–20:30 Uhr

Kurs-Nr. C3.2 Do., 22.4.2021, 19:00–20:30 Uhr



C4 Pflegekurse

C4.1 Basispflegekurs – Pflege in der Häuslichkeit

Dieser Pflegekurs ist für Angehörige, ehrenamtlich Tätige und Interessierte gedacht.

Plötzlich eintretende Behinderungen, chronische Erkrankungen oder auch ständig zunehmende schwerwiegende Alterserscheinungen können dazu führen, dass bisher selbständige Personen Pflege brauchen. Bei günstigen Voraussetzungen gibt es in der Familie oder im Freundeskreis Menschen, die bereit und in der Lage sind, den Betroffenen in häuslicher Pflege zu helfen. Zusammen mit der AOK Plus möchten wir Angehörigen und allen an einer ehrenamtlichen Betreuungs- und Pflege Tätigkeit Interessierten Kenntnisse und Fähigkeiten für eine eigenständige Durchführung der Pflege vermitteln.

Die praktische häusliche Pflege steht im Mittelpunkt. Nach generellen Hinweisen zur Einrichtung von Pflegezimmern und Pflegebetten erfolgt durch qualifizierte Fachkräfte eine Einweisung in richtiges Heben, Tragen, Bewegen und Lagern. Es werden wichtige Erläuterungen zur Körperpflege, zu Körpersignalen und zur richtigen Ernährung gegeben. Im Kurs erfolgt eine Sensibilisierung und Motivation für die Begleitung von Senioren. Kenntnisse über Veränderungen, Besonderheiten und Erkrankungen im Alter werden vermittelt. Die Teilnehmenden erhalten viele nützliche Hinweise zum Leistungsrecht der Kassen, zum Betreuungsrecht und zu Fragen der Alltagsorganisation – aber auch das notwendige Wissen, um Grenzen der häuslichen Pflege zu erkennen.

Die Veranstaltungen werden von der AOK PLUS gefördert und sind für Teilnehmer*innen kostenfrei.

Dauer	10 UE, 5 Abende
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.05
Kursleiterin	Heidrun Weiß
Gebühr	entgeltfrei

Kurs-Nr. C4.1 Mi., 2.9.2020, 17:00–18:30 Uhr

Kurs-Nr. C4.2 Mi., 4.11.2020, 17:00–18:30 Uhr

	<p>Neue Henneberger Zeitung nhz24.de</p>	<p>Ihre tagesaktuelle Lokalzeitung – kostenlos – online</p>
---	---	---



C4.3 Pflegekurs PLUS – Pflege in der Häuslichkeit

Pflegekurs für Angehörige, ehrenamtlich Tätige und Interessierte

Plötzlich eintretende Behinderungen, chronische Erkrankungen oder auch ständig zunehmende schwerwiegende Alterserscheinungen können dazu führen, dass bisher selbständige Personen Pflege brauchen. Bei günstigen Voraussetzungen gibt es in der Familie oder im Freundeskreis Menschen, die bereit und in der Lage sind, den Betroffenen in häuslicher Pflege zu helfen. Zusammen mit der AOK Plus möchten wir Angehörigen und allen an einer ehrenamtlichen Betreuungs- und Pflege Tätigkeit Interessierten Kenntnisse und Fähigkeiten für eine eigenständige Durchführung der Pflege vermitteln.

Der Pflegekurs Plus – Pflege in der Häuslichkeit spricht Teilnehmende an, die bereits am Basispflegekurs teilgenommen haben oder einen Angehörigen schon seit längerer Zeit pflegen.

Die Teilnehmenden erhalten viele nützliche Hinweise zum Leistungsrecht der Kassen, zum Betreuungsrecht und zu Fragen der Alltagsorganisation – aber auch das notwendige Wissen, um Grenzen der häuslichen Pflege zu erkennen. Dem gegenseitigen Erfahrungsaustausch der Teilnehmer soll genügend Raum zur Verfügung gestellt werden.

Die Veranstaltungen werden von der AOK PLUS gefördert und sind für Teilnehmer*innen kostenfrei.

Dauer	10 UE, 5 Abende
Termin	Mi., 21.4.2021, 17:00–18:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.05
Kursleiterin	Heidrun Weiß
Gebühr	entgeltfrei

CONTAINERDIENST und RECYCLINGHOF GÜTH

ENTSORGUNGSFACHBETRIEB gemäß EfbV

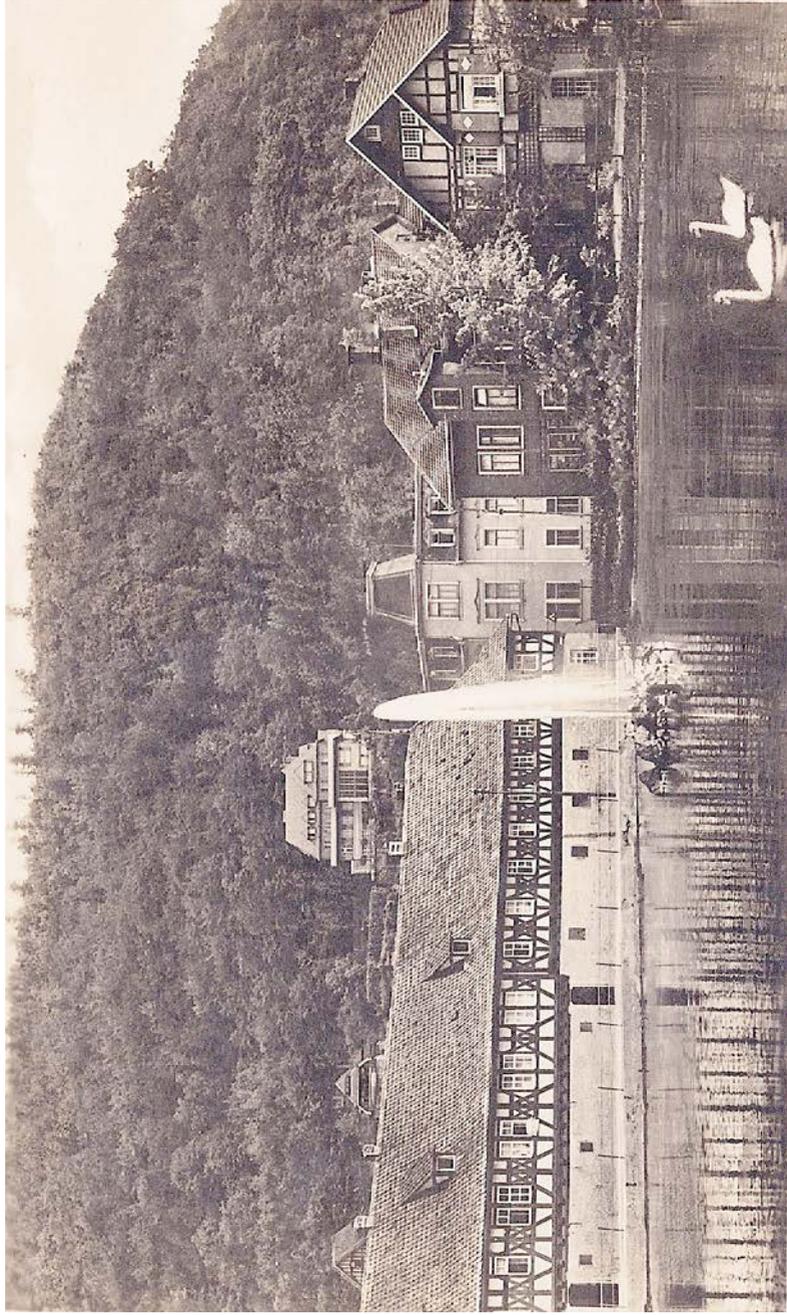
Fax 45 888-10 • Altetal 1 · 98529 SUHL



- Kippertransporte
- Wertstoffeffassung
- Bauschuttentsorgung
- Schrottentsorgung
- Gewerbemüllentsorgung
- Abriss- und Erdarbeiten
- Sperrmüllentsorgung
- Winterdienst



Suhl 03681
760 560
NEU 45 888-0



Herrenteich um 1915

(Stadterchiv Suhl)



C4.4 Pflegekurs PLUS – Demenzerkrankungen

Pflegekurs für Angehörige, ehrenamtlich Tätige und Interessierte

Plötzlich eintretende Behinderungen, chronische Erkrankungen oder auch ständig zunehmende schwerwiegende Alterserscheinungen können dazu führen, dass bisher selbständige Personen Pflege brauchen. Bei günstigen Voraussetzungen gibt es in der Familie oder im Freundeskreis Menschen, die bereit und in der Lage sind, den Betroffenen in häuslicher Pflege zu helfen. Zusammen mit der AOK Plus möchten wir Angehörigen und allen an einer ehrenamtlichen Betreuungs- und Pflege Tätigkeit Interessierten Kenntnisse und Fähigkeiten für eine eigenständige Durchführung der Pflege vermitteln.

Der Pflegekurs Plus zielt primär auf die Besonderheiten der Pflege und Betreuung eines demenzkranken oder psychisch kranken Menschen ab.

Die Teilnehmenden erhalten viele nützliche Hinweise zum Leistungsrecht der Kassen, zum Betreuungsrecht und zu Fragen der Alltagsorganisation – aber auch das notwendige Wissen, um Grenzen der häuslichen Pflege zu erkennen. Dem gegenseitigen Erfahrungsaustausch der Teilnehmer soll genügend Raum zur Verfügung gestellt werden.

Die Veranstaltungen werden von der AOK PLUS gefördert und sind für Teilnehmer kostenfrei.

Dauer	10 UE, 5 Abende
Termin	Mi., 17.2.2021, 17:00–18:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.05
Kursleiterin	Heidrun Weiß
Gebühr	entgeltfrei

Physiotherapie  **Madlen Seeber**

Rimbachstraße 53a · 98527 Suhl
 Tel.: 03681 / 3615188 · Mobil: 0176 / 32478727
 Mail: physiotheraphie.seeber@gmail.com



Änderungen und Informationen zur Bezuschussung unserer Gesundheitskurse durch die Krankenkassen

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

aufgrund geänderter Rahmenbedingungen der Gesetzlichen Krankenversicherungen (GKV) hat sich die Bezuschussung von Gesundheitskursen geändert. Die bundesweiten Richtlinien der Krankenkassen beinhalten eine Vielzahl von Kriterien, sodass nur ein Teil der vhs-Kurse bezuschussungsfähig ist. Generell gilt: Pro Versichertem und Kalenderjahr werden maximal 2 Kurse bezuschusst, wenn Sie als Teilnehmer/in mind. zu 80 % anwesend waren.

Weitere Kriterien für die Bezuschussung (vgl. Leitfaden Prävention des GKV) sind:

- Gruppengröße maximal 15 Personen
- nur Einsteiger- bzw. Wiederholerkurse, nicht Fortgeschrittenen-Kurse bzw. Dauerangebote
- Kursdauer mindestens 8 bis maximal 12 Termine, maximal 1.080 Minuten
- Kursleiterqualifikation ist genau definiert. Hier gelten unterschiedliche Maßstäbe: Die Qualifikation Übungsleiter/in Prävention wird nur über Sportvereine mit dem Siegel „Sport pro Gesundheit“ anerkannt.
- Kursinhalte sind genau definiert über Methoden und Übungen (Handlungsfelder und Präventionsprinzipien)

Durch die neuen Rahmenbedingungen fallen alle Kurse aus der Bezuschussung, die mind. eines der obengenannten Kriterien nicht erfüllen. Dabei sind auch Kurse und Kursleitungen betroffen, die bereits langjährig bezuschusste Kurse angeboten haben, nun aber nicht mehr den Prüfkriterien des Leitfadens Prävention der Krankenkassen entsprechen und durch das Online-Prüfverfahren der Zentralen Prüfstelle Prävention abgelehnt wurden, das keinerlei Ausnahmen zulässt.

Wir sind an der Kursbezuschussung der Teilnehmer*innen sehr interessiert. Aufgrund des neuen zentralen Anerkennungsverfahrens und der veränderten Rahmenbedingungen ist die Anzahl der bezuschussungsfähigen Kurse zurückgegangen. Bei Fragen zur Bezuschussungspraxis wenden Sie sich bitte direkt an Ihre Krankenkasse. Wir als Volkshochschule haben darauf leider keinen Einfluss.

Bitte beachten Sie bei Ihrer Kurswahl:

Alle Kurse an der Volkshochschule sind qualitätsgesichert. Wichtiger als ein Zuschuss der Krankenkasse ist, dass der Kurs Ihre Gesundheit fördert.

Ihre Volkshochschule



Gutenbergstraße 4
98527 Suhl
Tel. (0 36 81) 3 79-0
www.gewo-suhl.de



zentral

talentCAMPus

Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung.



Impressionen Osterferien 2019 – Motto:
„Mit Spirit bleibst du nicht im Regen stehen“



**Ihr wollt auch mal mitmachen?
Dann meldet euch hier an ...**

Volkshochschule Suhl
Tel.: 03681 806060
info@vhs-suhl.de
www.vhs-suhl.de



Für die Durchführung unseres talentCAMPus suchen wir ständig **Betreuer und Ehrenamtliche!** Falls Sie daran Interesse haben, dann sprechen Sie uns einfach an.



talentCAMPus
Ein Bildungs-
konzept des DVV

vhs
Deutscher
Volkshochschul-Verband

Jeder junge Mensch soll die bestmöglichen Bildungschancen erhalten – unabhängig von der sozialen Herkunft. Mit dem Programm „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ fördert das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) bis 2022 außerschulische Angebote der kulturellen Bildung. In lokalen Bündnissen für Bildung werden bundesweit Projekte für Kinder, Jugendliche und geflüchtete junge Erwachsene umgesetzt, die aus Verhältnissen kommen, die den Zugang zu Bildung erschweren. Durch die aktive Beschäftigung mit Kunst und Kultur erleben die jungen Menschen persönliche Wertschätzung, sie entwickeln neue Perspektiven und erlernen wichtige Fähigkeiten für ein erfolgreiches und selbstbestimmtes Leben.

Der Deutsche Volkshochschulverband (DVV) beteiligt sich als einer von 30 Programm-partnern mit seinem talentCAMPus-Konzept an dem größten Förderprogramm der kulturellen Bildung in Deutschland.

Wer kann mitmachen?

Das Ferienbildungsprogramm richtet sich grundsätzlich an alle Kinder und Jugendlichen im Alter zwischen 10 – 18 Jahren.

Was kostet die Teilnahme?

Die Teilnahme ist einschließlich Verpflegung und Materialien kostenlos.

Wie muss ich mich anmelden?

Schriftlich mit Anmeldeformular.



GEFÖRDERT VOM

**Kultur
macht STARK**
Bündnisse für Bildung



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



Sprachen verbinden Menschen und Kulturen

In unseren Sprachkursen

- erwartet Sie ein kommunikations- und handlungsorientierter Sprachunterricht,
- steht das Sprechen und Hören im Vordergrund, aber natürlich entwickeln Sie auch Ihre Kompetenzen im Lesen und Schreiben,
- können Sie Ihre Sprachkenntnisse systematisch von einer Niveaustufe zur nächsten verbessern, von A1-C2,
- bereiten Sie sich auf den Kontakt mit Sprechern der anderen Sprachen vor,
- erweitern Sie Ihre kulturellen und interkulturellen Kompetenzen,
- und nicht zuletzt verbessern Sie Ihre Chancen im Beruf.

Das Kurssystem der VHS Suhl mit den Kompetenzstufen A1-C2 entspricht dem vom Europarat empfohlenen Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Sprachen lernen mit System

Der Referenzrahmen ist ein europäisches Stufensystem, das die jeweiligen Fertigkeiten Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben in einem Raster von sechs international vergleichbaren Niveaustufen festlegt. Dieses Instrument schafft mehr Transparenz beim Sprachenlernen und -lehren in Europa. Für Sie als Teilnehmer*innen an Sprachkursen hat dies folgende Vorteile: Sie können Ihre eigenen Lernfortschritte auf jeder der 6 Stufen messen (A1, A2, B1, B2, C1, C2), siehe nachfolgende Tabelle. Jede Stufe enthält Beschreibungen, die im Detail definieren, was Sie als Lernende tun können, wenn Sie eine bestimmte Stufe erreicht haben.

EINE IDEE VORAUSS

MEDIEN · WERBUNG · DRUCK

RHÖN-RENNSTEIG-VERLAG

Erhard-Schübel-Str. 2 | 98529 Suhl-Heinrichs
Tel. 03681 89 35-0 | Fax 03681 89 35-22
verlag@r-r-v.de | www.r-r-v.de

natall_mis - Fotolia.com



Globalraster der 6 Kompetenzstufen des GER

Kompetenzstufe	Was kann der Lernende am Ende dieser Stufe?
ELEMENTARE SPRACHVERWENDUNG	A1 „KANN“ vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.
	A2 „KANN“ Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.
SELBSTSTÄNDIGE SPRACHVERWENDUNG	B1 „KANN“ die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.
	B2 „KANN“ die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.
KOMPETENTE SPRACHVERWENDUNG	C1 „KANN“ ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.
	C2 „KANN“ praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.



Wir beraten – Sie wählen

Sie möchten einen Sprachkurs besuchen? Vielleicht eine Sprache, welche Sie früher einmal gelernt haben? Sie möchten diese auffrischen und Ihre Kenntnisse erweitern? Sie sind unsicher, welche Niveaustufe für Sie die richtige ist? Unter den angegebenen Links können Sie Ihre Sprachkenntnisse testen. Einstufungstest für Englisch, Französisch, Spanisch und Deutsch
<http://www.cornelsen.de/sprachtest> oder
www.einstufungstests.klett-sprachen.de

Einstufungstests für verschiedene andere Sprachen (u. a. Italienisch und Business Englisch) finden Sie unter <http://www.sprachtest.de>

Die Tests basieren auf dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen des Europarats. Der GER definiert sechs Niveaustufen (A1, A2, B1, B2, C1, C2). Nehmen Sie sich einige Minutenzeit, einen Test im Internet auszufüllen und gehen Sie mit dem erzielten Ergebnis in die für Sie **kostenfreie Einstufungsberatung** Ihrer Volkshochschule. Hier helfen wir Ihnen gerne den geeigneten Kurs zu finden.

Beratung und Information: Wiebke Heber

Fachbereichsleiterin Sprachen

Telefon: 0 36 81-80 60 6-14

E-Mail: wiebke.heber@vhs-th.de

Sprachprüfungen/Zertifikate

Über Prüfungsarten, -inhalte und Vorbereitungsmodalitäten lassen Sie sich bei Bedarf im Fachbereich Sprachen informieren.

Eine Komplettübersicht aller möglichen Europäischen Sprachenzertifikate der telc GmbH/Frankfurt am Main sowie kostenlose Modelltests zum Download finden Sie unter www.telc.net.

Aktuelle Prüfungstermine unter:

www.vhs-th.de/sprachpruefungen oder

www.telc.net bzw. www.cambridgeenglish.org/exams-and-tests

Weitere Informationen erhalten Sie beim Thüringer Volkshochschulverband e. V. (TVV e. V. Jena).

Fachberatung: Dr. Beate Benndorf-Helbig

Saalbahnhofstr. 27, 07743 Jena

Tel.: 0 36 41 – 5 34 23-18

Fax: 0 36 41 – 5 34 23-23

E-Mail: beate.benndorf@vhs-th.de

Internet: www.vhs-th.de



Geprüft werden die Sprachen Deutsch, Englisch, Spanisch, Französisch, Italienisch, Russisch, Portugiesisch, Türkisch, Tschechisch.

Weitere Details über die Prüfungszentrale bei TVV e.V./Geschäftsstelle Jena:

Tel.: 0 36 41 – 5 34 23 14

E-Mail: katrin.staehle@vhs-th.de

D0 Senioren-Sprachkurse

Der Umgang mit der Fremdsprache ist eine interessante Art des Gedächtnis-trainings. Egal in welchem Lebensabschnitt: Die „grauen Zellen“ wollen aktiv sein!

Unsere Kurse bieten Anfängern und Kundigen die Möglichkeit, sich unter Gleichaltrigen in aufgelockerter Weise mit einer Fremdsprache zu beschäftigen. Sie dürfen aber auch gern unsere Standard-Sprachkurse besuchen!

D0.1 Englisch für Senioren/Anfänger A1

D0.1.1 Englisch für Senioren A1.1

(Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse)

Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	Mi., 9.9.2020, 09:30–11:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.02
Gebühr	€ 75,00

D0.1.2 Englisch für Senioren A1.2

Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	Mo., 14.9.2020, 10:00–11:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.02
Gebühr	€ 75,00

D0.1.3 Englisch für Senioren A1.3

Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	Mi., 16.9.2020, 09:20–10:50 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 1.03
Gebühr	€ 75,00



NEU!

D0.1.4 Englisch für Senioren/Refresher A1

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht
Termin Do., 28.1.2021, 15:00–16:30 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.05
Gebühr € 75,00

D 0.2 Englisch für Senioren/Fortg. A2/B1/B2 (Teilnehmer*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen)

D0.2.1 Englisch für Senioren A2.1

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht
Termin Do., 3.9.2020, 09:30–11:00 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.04
Gebühr € 75,00

D0.2.2 Englisch für Senioren A2.1

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht
Termin Fr., 4.9.2020, 09:30–11:00 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.05
Gebühr € 75,00

D0.2.3 Englisch für Senioren A2.1

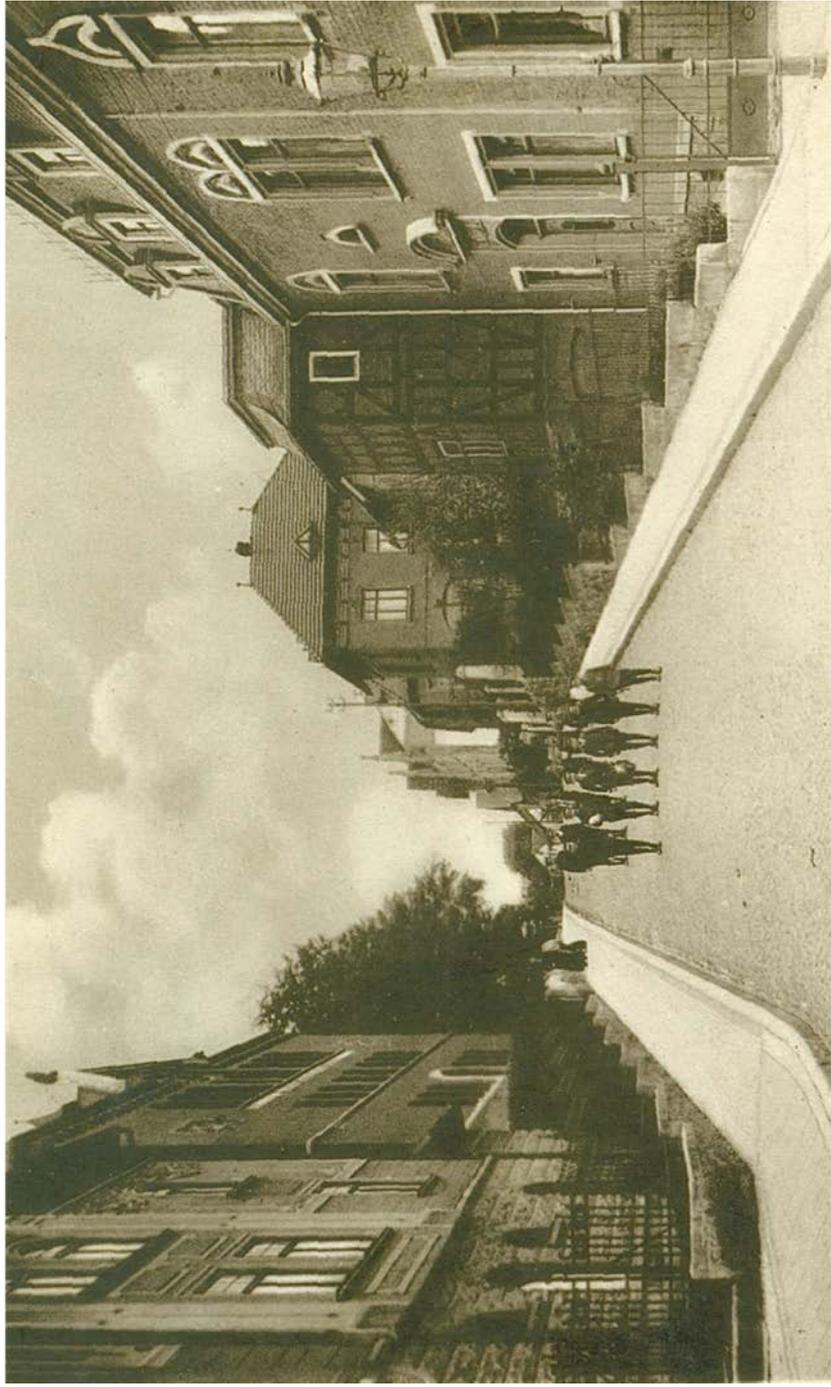
Dauer 60 UE, 30 x Unterricht
Termin Fr., 4.9.2020, 09:30–11:00 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 1.03
Gebühr € 150,00

D0.2.4 Englisch für Senioren A2.4

Dauer 60 UE, 30 x Unterricht
Termin Do., 7.1.2021, 09:30–11:00 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 1.03
Gebühr € 150,00

D0.2.5 Englisch für Senioren/Refresher A2

Dauer 60 UE, 30 x Unterricht
Termin Mo., 4.1.2021, 09:30–11:00 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 1.03
Gebühr € 150,00



Friedenstraße

(Stadtarchiv Suhl)



D0.2.6 Englisch für Senioren/Refresher A2

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht
Termin Mi., 18.11.2020, 09:00–10:30 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.05
Gebühr € 75,00

D0.2.7 Englisch für Senioren B1.1

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht
Termin Do., 3.9.2020, 15:00–16:30 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.05
Gebühr € 75,00

D0.2.8 Englisch für Senioren B1.1

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht
Termin Mo., 28.9.2020, 09:30–11:00 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.05
Gebühr € 75,00

Hinweis: Es war kein für Sie passender Kurstermin dabei? Dann fragen Sie im Fachbereich Sprachen nach, ob Sie in einen bereits laufenden Kurs „quer einsteigen“ könnten! Tel.: 0 36 81/80 60 6-14, Frau Heber.

Lesen Sie online:
rennsteig-blick.de

Rennsteig·Blick
Das aktuelle touristische Journal für den Thüringer Wald und Umgebung

EINE IDEE VORAUS

 RHÖN-RENNSTEIG-VERLAG
MEDIEN · WERBUNG · DRUCK



D1 Deutsch als Fremdsprache

D1.1 Landesprogramm „Start Bildung“

VHS „Karl Mundt“

Meininger Str. 89, 98529 Suhl

in Kooperation mit

wbm – werkstatt bildung & medien GmbH

Werner-Seelenbinder-Str. 19, 98529 Suhl

Fragen und Einschreibung: Katrin Westenberger (wbm Suhl)

Tel.: 0 36 81 – 70 93 34

E-Mail: katrin.westenberger@wbm-sonneberg.de

Wiebke Heber (VHS Suhl)

Tel.: 0 36 81 – 80 60 6-14

E-Mail: wiebke.heber@vhs-th.de

Das Projekt

In den letzten Jahren sind zahlreiche junge Menschen als Geflüchtete nach Deutschland gekommen. Sie bringen unterschiedliche schulische und berufliche Kenntnisse mit. Das Landesprogramm „Start Bildung“ ist ein Angebot in der Erwachsenenbildung zum Erwerb einer grundlegenden Allgemeinbildung. Es wird gefördert mit Mitteln des Thüringer

Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport (TMBJS). **Thüringen**  Freistaat  Ministerium für Bildung, Jugend und Sport

Programmziel

Absolventen des Landesprogramms „Start Bildung“ sollen die Möglichkeit bekommen, an staatlichen Regelsystemen (Schulen, Berufsschulen etc.) teilnehmen zu können, d. h. eine berufliche Ausbildung aufzunehmen oder berufsvorbereitende Bildungsmaßnahmen der Agentur für Arbeit wahrnehmen zu können.

Zielgruppe

Das Programm richtet sich an Jugendliche/Erwachsene im Alter von 18-35 Jahren, die nicht mehr der Schulpflicht unterliegen und keine ausreichenden sprachlichen und fachlichen Kenntnisse für den Erwerb eines Schulabschlusses oder die Aufnahme einer beruflichen Ausbildung haben. Die Teilnahme am Programm setzt Sprachkenntnisse auf dem Niveau A2 voraus. Im Idealfall schließen die Teilnehmer den Kurs mit der Prüfung telc Deutsch B1 oder „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (A2/B1) ab.



Zugangsvoraussetzungen

Teilnehmen können Personen ab 18 Jahren.

Kursbeginn: Dienstag, 1.9.2020

Dauer: 1200 Unterrichtseinheiten

Bitte nehmen Sie Kontakt zu wbm Suhl (Frau Westenberger) oder zum Fachbereich Sprachen, Frau Heber (VHS Suhl) auf, sollten Sie Fragen zu Kursbeginn, -inhalten und -zeiten haben.

D1.2 Deutsch als Fremdsprache/Deutsch als Zweitsprache: Abendkurse für Berufstätige (Zielniveau A1/A2/B1)

D1.2.1 DaF/DaZ: Abendkurs für Berufstätige (A1)

Gute Deutschkenntnisse sind für viele Arbeitnehmer wichtig, um im Beruf erfolgreich zu sein und außerhalb des Arbeitslebens Kontakte zu knüpfen. Unsere Abendkurse richten sich an Menschen mit noch keinen oder geringfügigen Deutschkenntnissen, die in Deutschland arbeiten oder sich weiterbilden wollen und für berufliche Zwecke ihre Deutschkenntnisse verbessern möchten.

Auch Unternehmen können die Angebote für eine Weiterbildung ihrer Mitarbeiter nutzen. Im Fokus stehen die Vermittlung und Vertiefung von Grundkenntnissen der deutschen Sprache (Hören, Leseverstehen, Schreiben, Sprechen). Einfache Satz- und Grammatikstrukturen sowie Basisvokabeln werden in Alltagssituationen trainiert, um Sprachbarrieren abzubauen und freies Sprechen gezielt zu ermöglichen.

Lehrbuch	nach Absprache im 1. Unterricht
Dauer	60 UE, 30 Abende
Termin	Mi., 30.9.2020, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 150,00/nur Selbstzahler (Folgekurse möglich!)

D1.2.2 DaF/DaZ: Abendkurs für Berufstätige (A2)

Im Fokus stehen die Vermittlung und Vertiefung von Grundkenntnissen der deutschen Sprache (Hören, Leseverstehen, Schreiben, Sprechen). Einfache Satz- und Grammatikstrukturen sowie Basisvokabeln werden in Alltagssituationen trainiert, um Sprachbarrieren abzubauen und freies Sprechen gezielt zu ermöglichen.

Lehrbuch	nach Absprache im 1. Unterricht
Dauer	60 UE, 20 Abende
Termin	auf Anfrage bei mind. 8 schriftl. Anmeldungen
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 150,00/nur Selbstzahler (Folgekurse möglich!)



D1.3 DaF-Vertiefungskurse

D1.3.1 DaF – Vertiefungskurs: Kommunikation, Lesen und Schreiben ohne Angst (B1+)

Verbesserte Kommunikation, mehr Sicherheit und weniger Fehler beim Lesen und Schreiben auf fortgeschrittenem Sprachniveau B1 ist das Motto des Vertiefungskurses. In dieser Art „Brückenkurs“ kommt ein topaktuelles Lehrwerk zum Einsatz, welches helfen wird, die früher erworbenen und nicht mehr vollständig aktiven Kenntnisse von A2/B1 aufzufrischen und zu vertiefen. Angesprochen sind Interessenten, die bereits solide Grundkenntnisse Deutsch betreffs Wortschatz, Aussprache und Grammatik haben und über grundlegende Schreibfertigkeiten verfügen. Besonders geeignet ist der Kurs für ehemalige Teilnehmer eines Integrationskurses, welche ihr Wissen auf dem Sprachlevel B1 vertiefen und festigen möchten, um danach eventuell den Schritt zu B2 zu wagen.

Lehrbuch nach Absprache im 1. Unterricht

Dauer 60 UE, 20 x Unterricht

Termin auf Anfrage

Ort Heinrichser Rathaus

Gebühr € 150,00/nur Selbstzahler

Unsere Kunden sind
unsere Nachbarn und
so beraten wir sie auch.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.



vr bank
Südthüringen eG 

Bahnhofstraße 7 · Suhl
Telefon 03681-7965 0

www.vrbank-suedthueringen.de



D1.3.2 DaF – Vertiefungskurs: Auf dem Weg zum Sprachniveau B2

Hier geht es vor allem um Wiederholung der Grammatik, Übungen im Schreiben und im Hör-und Leseverstehen, Training des freien Sprechens. Der Kurs kann auch als Vorbereitung auf eine telc Deutsch B2-Sprachprüfung besucht werden. Es werden häufige Fehlerquellen besprochen, es wird schwerpunktartig geübt, viel gesprochen und an der Vertiefung des Regelverständnisses gearbeitet.

Lehrbuch	nach Absprache im 1. Unterricht
Dauer	60 UE, 20 Abende
Termin	auf Anfrage
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 150,00/nur Selbstzahler

D2 Englisch

D2.1 Englisch A1.1

D2.1.1 Englisch (A1.1)

Kurs für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch	Network Now A1 Starter (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Do., 17.9.2020, 16:15–17:45 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 150,00

D2.2.1 Englisch – Wiedereinsteiger (A1.2)

Kurs für sprachlerngewohnte Einsteiger*innen nach Kurs A1.1

Lehrbuch	Network Now A1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Mo., 5.10.2020, 17:30–19:00 Uhr,
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.04
Gebühr	€ 150,00

D2.2.2 Englisch – Wiedereinsteiger (A1.2)

Lehrbuch	Network Now A1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Di., 6.10.2020, 18:30–20:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.04
Gebühr	€ 150,00



D2.2.3 Englisch-Wiedereinsteiger (A1.3)

Lehrbuch	Network Now A1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	Do., 17.9.2020, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 1.03
Gebühr	€ 75,00

D2.2.4 Englisch – Wiedereinsteiger (A1.4)

Kurs für Teilnehmer*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen (Wortschatz, Grammatik, Phonetik) zur Wiederholung und Vertiefung

Lehrbuch	Network Now A1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Mo., 11.1.2021, 16:30–18:00 Uhr
Ort	Friedrich-König-Gymnasium, Str. der OdF 3, R. 1.06
Gebühr	€ 150,00

D2.2.5 Englisch – Wiedereinsteiger (A1.4)

Kurs für Teilnehmer*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen (Wortschatz, Grammatik, Phonetik) zur Wiederholung und Vertiefung

Lehrbuch	Network Now A1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Di., 22.9.2020, 16:15–17:45 Uhr
Ort	Friedrich-König-Gymnasium, Str. der OdF 3, R. 1.06
Gebühr	€ 150,00

D2.3.1 Englisch (A2.1)

Teilnehmer*innen haben A1-Kurse absolviert bzw. analoge Sprachkenntnisse erworben.

Lehrbuch	Network Now A2.1 (Klett) auf dem Weg zu Niveau A2 – oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Mo., 14.9.2020, 18:30–20:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 150,00

D2.3.2 Englisch-Wiedereinsteiger (A2.1)

Lehrbuch	Enjoy English A2.1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	Mi., 4.11.2020, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.02
Gebühr	€ 75,00



D2.4.1 Englisch (A2.2)

Folgekurs nach A2.1 bzw. für Teilnehmer*innen mit analogen Sprachkenntnissen

Lehrbuch Network Now A2.2 (Klett) oder analoges Lehrwerk

Dauer 60 UE, 30 x Unterricht

Termin Folgekurs nach D2.3.1 oder D2.3.2

Ort Heinrichser Rathaus

Gebühr € 150,00

D2.5.1 English – Refresher-Kurs (A2)

Auffrischung für Wiedereinsteiger A2-Niveau

Lehrbuch Brush up A2 (HUEBER) oder analoges Lehrwerk

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht

Termin auf Anfrage

Ort Heinrichser Rathaus

Gebühr € 75,00

D2.6.1 English (B1.1)

Systematischer Spracherwerb auf dem Weg zum Niveau B1, sichert die Kenntnisse der Stufe A2, begleitet die Lernenden beim Übergang zu B1 und baut die sprachlichen Fähigkeiten solide und kommunikativ aus

Lehrbuch Network Now B1.1 (Klett) oder analoges Lehrwerk

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht

Termin Mi., 2.9.2020, 16:30–18:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 1.03

Gebühr € 75,00

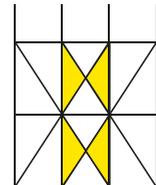
BUCHHAUS SUHL OHG

Friedrich-König-Straße 22

98527 Suhl

Telefon (0 36 81) 72 10 28 / 72 23 46

Telefax (0 36 81) 72 21 60



Und wenn Sie noch Fragen haben...

in Büchern finden Sie bestimmt eine Antwort!

Ihr Buchhaus Suhl sichert Ihnen

- **fachkundige Beratung**
- **breite Literaturauswahl**
- **kurzfristige Literaturbeschaffung**



D2.7.1 Englisch (B1.2)

Lehrbuch	Network Now B 1.2 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Fr., 4.9.2020, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Friedrich-König-Gymnasium, Str. der OdF 3, R. 1.06
Gebühr	€ 150,00

D2.7.2 Englisch (B1.3)

Lehrbuch	English Network Now B1.2 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Do., 7.1.2021, 16:30–18:00 Uhr
Ort	Friedrich-König-Gymnasium, Str. der OdF 3, R. 1.06
Gebühr	€ 150,00

D2.7.3 Englisch (B1.3)

Lehrbuch	English Network Now B1.2 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Mi., 20.1.2021, 17:15–18:45 Uhr
Ort	Friedrich-König-Gymnasium, Str. der OdF 3, R. 1.06
Gebühr	€ 150,00

D2.7.4 Englisch (B1.3)

Lehrbuch	English Network Now B1.2 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Mo., 7.9.2020, 18:15–19:45 Uhr
Ort	Friedrich-König-Gymnasium, Str. der OdF 3, R. 1.06
Gebühr	€ 150,00

D2.8.1 English – Refresher-Kurs (B1)

Auffrischung für Wiedereinsteiger auf B1-Niveau

Lehrbuch	English Refresher Now B1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	auf Anfrage
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 75,00



D2.9.1 Englisch (B2.1)

Systematischer Spracherwerb auf dem Weg zum Niveau B2

Lehrbuch	Speakout B2 (Pearson Longman) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Do., 1.10.2020, 18:15–19:45 Uhr
Ort	Friedrich-König-Gymnasium, Str. der OdF 3, R. 1.06
Gebühr	€ 150,00

D2.9.2 Englisch (B2.1)

Systematischer Spracherwerb auf dem Weg zum Niveau B2

Lehrbuch	Great! B2 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	Di., 3.11.2020, 17:15–18:45 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.05
Gebühr	€ 75,00

D2.10.1 Konversationskurs Englisch (A2/B1)

Kurs für Teilnehmer*innen, die Englisch bereits gut beherrschen und durch aktives Anwenden dem Vergessen entgegenwirken wollen; Konversation im Alltag auf A2/B1-Niveau

Lehrbuch	Let's talk now A2/In Conversation (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	auf Anfrage
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 75,00

D2.11.1 English Conversation (B1/B2) **ROCK YOUR ENGLISH LESSON**

Wie geht das? Entspannt in die Historie der (britischen) Rockmusik eintauchen, von A wie ANIMALS bis Z wie (LED) ZEPPELIN. Also viel Musik hören, einige Texte näher betrachten und so vielleicht den eigenen englischen Sprachschatz ein wenig erweitern. Die Musikauswahl unseres Dozenten Wolfgang List ist garantiert subjektiv (!!), der eine oder andere Wunschtitel kann aber sicher eingebaut werden.

DON'T THINK TWICE – JOIN US NOW!!

Dauer	6 UE, 3 Abende
Termine	vorauss. November 2020
Ort	z. Zt. in Absprache
Gebühr	€ 15,00



D2.12.1 Englisch für den Beruf – Business Communication A2/B1

Kurs speziell für Lernende mit anwendungsbereiten Kenntnissen, die in den Bereichen Sekretariat, Sachbearbeitung u. ä. tätig sind (Sprachniveau A2 vorausgesetzt); Beispiele und Übungen zum englischen Telefonieren sowie zu englischer Handelskorrespondenz (einschl. E-Mails)

Lehrbuch nach Vereinbarung im 1. Unterricht je nach Teilnehmerprofil
Dauer 30 UE, 10 x Unterricht
Termin auf Anfrage/1. Quartal 2021
Ort Heinrichser Rathaus
Gebühr € 75,00

D3 Französisch

D3.1.1 Französisch (A1.1)

Für Interessenten ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch Voyages neu A1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer 60 UE, 30 x Unterricht
Termin auf Anfrage
Ort Heinrichser Rathaus
Gebühr € 150,00

D3.2.1 Französisch (A1.2/A2)

Für Interessenten mit Vorkenntnissen sowie zum Wiederauffrischen

Lehrbuch Voyages neu A1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer 60 UE, 30 x Unterricht
Termin Di., 15.9.2020, 18:00–19:30 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.04
Gebühr € 150,00

D3.2.2 Französisch – Konversation (B1)

Lehrbuch Voyage neu B1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer 20 UE, 10 x Unterricht
Termin Mo., 21.9.2020, 18:30–20:00 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.02
Gebühr € 50,00



Gothaer Straße in Richtung Stadt um 1915

(Stadtarchiv Suhl)



D4 Italienisch

D4.1.1 Italienisch (A1.1)

Für Interessent*innen ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch nach Absprache im 1. Unterricht

Dauer 60 UE, 30 x Unterricht

Termin auf Anfrage

Ort Heinrichser Rathaus

Gebühr € 150,00

D4.2.1 Italienisch (A1.2)

Für Interessent*innen mit Vorkenntnissen sowie zum Wiederauffrischen

Lehrbuch Passo dopo passo A1(HUEBER) oder analoges Lehrwerk

Dauer 60 UE, 30 x Unterricht

Termin Di., 17.11.2020, 16:45–18:15 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 1.03

Gebühr € 150,00

D4.3.1 Italienisch Konversation (B1)

Teilnehmer*innen mit soliden Vorkenntnissen automatisieren ihr Sprachwissen und ihre Sprachfertigkeit.

Lehrbuch A voi la parola/Konversationskurs A2/B1 (Klett) oder analoges Lehrwerk

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht

Termin laufend ab Do., 23.7.2020, 16:45–18:15 Uhr

Quereinstieg möglich

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.05

Gebühr € 75,00



**Bau-
geschäft**

Ulf

Rösler

Maurermeister Ulf Rösler
Erhard-Schübel-Straße 8
98529 Suhl
Handy 0173 / 3 21 04 13

- Neubau • Um- und Ausbau
- Altbausanierung • Trockenbau
- Fliesenarbeiten • Außenanlagen



D5 Russisch

D5.1.1 Russisch (A1.1)

Lehrbuch	Jasno! A1-A2 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Mi., 30.9.2020, 17:30–19:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 150,00

D5.2.1 Russisch (A1.2/A2)

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer*innen, die in der Schule bereits Russisch gelernt und in der Folgezeit einiges davon vergessen haben. Es ist vorgesehen, Grundlagen der Phonetik und Grammatik zu wiederholen und zu festigen, bevor alle Teilnehmer*innen auf einer gemeinsamen Basis ihre Sprechfertigkeiten testen und natürlich weiterentwickeln können.

Lehrbuch	Jasno! A1+A2 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	auf Anfrage (bei mind. 8 Teilnehmern)
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 75,00

Folgekurse möglich!

D6 Spanisch

D6.1.1 Spanisch (A1.1)

Für Interessenten ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch	Caminos Hoy A1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	Do., 17.9.2020, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 150,00

D6.2.1 Spanisch (A1.2)

Für Wiedereinsteiger*innen mit geringfügigen Vorkenntnissen

Lehrbuch	Caminos Hoy A1 (Klett) oder analoges Lehrwerk
Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	laufend ab 10.6.2020, 18:00–19:30 Uhr Quereinstieg möglich!
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 75,00

Folgekurse möglich!



D7 Weitere Sprachen

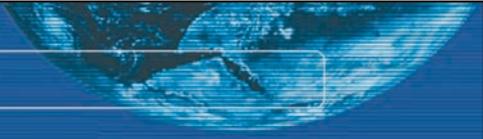
D7.1.1 Latein (A1.1)

Für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse	
Lehrbuch	nach Absprache im 1. Unterricht
Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	auf Anfrage
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 75,00

D7.2.1 Polnisch (A1.1)

Kurs für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse	
Lehrbuch	WITAM! aktuell A1 (HUEBER) oder analoges Lehrwerk
Dauer	60 UE, 30 x Unterricht
Termin	auf Anfrage bei mind. 8 schriftl. Anmeldungen
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 150,00

ACT LOCAL ...
... THINK GLOBAL!



<p>Übersetzungsbüro Haug-Heiden</p> <p>Jana Haug-Heiden Dipl.-Dolmetscherin/Dipl.-Übersetzerin Vereidigte Gerichtsdolmetscherin Mitglied im BDÜ</p>	<p>Kirchberg 6 D-98529 Suhl-Albrechts</p> <p>Tel.: +49 (0) 36 81 30 27 43 Fax: +49 (0) 36 81 30 60 74 Mobil: +49 (0) 171 69 15 770</p> <p>E-Mail: info@haug-heiden.de Web: www.haug-heiden.de</p>
--	--

TRADUCTORA JURADA • ПРИСЯЖНАЯ ПЕРЕВОДЧИЦА • CERTIFIED TRANSLATOR



D7.2.2 Polnisch (A1.2)

Kurs für sprachlerngewohne Einsteiger*innen zum Wiederauffrischen von Grundkenntnissen

Lehrbuch WITAM! aktuell A1 (HUEBER) oder analoges Lehrwerk

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht

Termin Do., 17.9.2020, 16:30-18:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.02

Gebühr € 75,00

D8 Sprachkurse für den Urlaub (A1.1/Folgkurse möglich!)

D8.1.1 Englisch für den Urlaub (A1/A2)

Kurs für Interessent*innen ohne Vorkenntnisse/zum Wiederholen und Vertiefen von Grundkenntnissen

Lehrbuch Hooray for Holidays! A1 (HUEBER) oder analoges Lehrwerk

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht

Termin Fr., 4.9.2020, 16:30–18:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.05

Gebühr € 75,00

D8.2.1 Französisch für den Urlaub (A1/A2)

Kurs für Interessenten ohne Vorkenntnisse/zum Wiederholen und Vertiefen von Grundkenntnissen

Lehrbuch Vives les vacances! Neu (HUEBER) oder analoges Lehrwerk

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht

Termin Do., 24.9.2020, 18:30–20:00 Uhr

Ort Heinrichser Rathaus

Gebühr € 75,00

D8.3.1 Italienisch für den Urlaub (A1/A2)

Kurs für Interessent*innen ohne Vorkenntnisse/zum Wiederholen und Vertiefen von Grundkenntnissen

Lehrbuch Viva le vacanze! Neu (HUEBER) oder analoges Lehrwerk

Dauer 30 UE, 15 x Unterricht

Termin auf Anfrage im Frühjahr 2021

Ort Heinrichser Rathaus

Gebühr € 75,00



D8.4.1 Spanisch für den Urlaub (A1/A2)

Kurs für Interessent*innen ohne Vorkenntnisse/zum Wiederholen und Vertiefen von Grundkenntnissen

Lehrbuch	¡Vivan las vacaciones! Neu (HUEBER) oder analoges Lehrwerk
Dauer	30 UE, 15 x Unterricht
Termin	auf Anfrage im Frühjahr 2021
Ort	Heinrichser Rathaus
Gebühr	€ 75,00

Mach was, das Sinn macht!

Werde **Bäcker** (m,w,d), **Konditor** (m,w,d) oder **Fachverkäufer im Lebensmittelhandwerk** (m,w,d).

STARTE DEINE AUSBILDUNG

 ... und erlebe wie toll es sich anfühlt, mit den eigenen Händen etwas zu (er-)schaffen und damit täglich Menschen glücklich zu machen.

BROT-VERSTEHER

GEBÄCK-IKONE

TEAMPLAYER

Backhaus Nahrstedt

ERFAHRE MEHR ÜBER DIE AUSBILDUNGSBERUFE UND LERNE UNS KENNEN!

Am besten bei einem **Schnuppertag** oder **Praktikum**.

So erreichst du uns:  
 Tel. 0 36 93 / 94 21 – 0 • bewerbung@nahrstedt.de
 www.nahrstedt.de/ausbildung



>> Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie



Sichern Sie sich die Bildungsprämie und schaffen Sie sich neue Chancen.

Einen Prämiegutschein können Bürgerinnen und Bürger erhalten, deren zu **versteuerndes Jahreseinkommen** derzeit 20.000 € (oder 40.000 € bei gemeinsam Veranlagten) nicht übersteigt. Mindestens die Hälfte der Weiterbildungskosten bringen Sie selbst auf, die andere Hälfte wird über den **Prämiegutschein bis zu einer Höhe von max. 500 €** abgedeckt.

Pro Person ist ein Prämiegutschein pro Kalenderjahr erhältlich.

Voraussetzung für einen Prämiegutschein ist in jedem Fall ein persönliches Beratungsgespräch in einer der Beratungsstellen.

Wer wird gefördert?

- Erwerbstätige/Selbständige
- geringfügig Beschäftigte (mind. 15 Std./Woche)
- Beschäftigte in Mutterschaftsurlaub oder Elternzeit

Was wird gefördert?

Seminare und Kurse, die Kenntnisse und Fertigkeiten vermitteln, die dem beruflichen Fortkommen dienen, über arbeitsplatzbezogene Anpassungsfortbildungen hinausgehen und außerhalb des Betriebes stattfinden, dem der/die Begünstigte angehört.

Wie ist das Vorgehen?

1. Beratungsgespräch in einer Beratungsstelle: Klärung der persönlichen Voraussetzungen, des Weiterbildungsziels und der Anforderungen an die Weiterbildung. **Mitzubringen sind: Lichtbildausweis, letzter Einkommenssteuerbescheid, Beschäftigungsnachweis und ggf. Nachweis über Aufenthaltsstatus.**
2. Die Beratungsstelle nennt auf dem Prämiegutschein das Weiterbildungsziel und geeignete Weiterbildungsanbieter.
3. Beim Weiterbildungsanbieter: Buchung des Kurses und/oder der Prüfung • Akzeptanz und Annahme des Gutscheins durch den Weiterbildungsanbieter • Begleichung der eigenen anteiligen Gebühren in Höhe des Gutscheinwertes

Die VHS Suhl ist seit 01.09.2015 Ihre Beratungsstelle in der Region:

Ansprechpartner:

Dr. Olaf Kretzer, Leiter der VHS, Tel.: 0 36 81/80 60 6-12

Weitere Informationen finden Sie unter **www.bildungspraemie.info**.

Suhl.

Bismarckturm a. d. Domberg
erbaut 1896 v. Bürger Suhl's
696 m ü. d. Meeresspiegel,



Bismarckturm um 1900 (Postkarte Verlag.Wilhelm Preuss Suhl, Stadtarchiv Suhl)



E0 PC Senioren-Programme

E0.1 Computerkurse für Senioren am Vormittag auf der Basis von Windows 10

E0.1.1 Computerkurs für Senioren – Einstieg

Möchten Sie gerne in einer Gruppe älterer Menschen in aller Ruhe und einem angemessenen Tempo den Umgang mit dem Computer erlernen? Sie brauchen keinerlei Vorkenntnisse. Ohne viel Theorie, mit praktischen Übungen erlernen Sie: Wie funktioniert der PC? – Wozu dient er im Privatbereich? – Welcher PC ist für mich der richtige?

-Windows 10 im Überblick – Anlegen von Dateien und Ordnern – Verschieben und Kopieren – Texte schreiben.

Dauer 30 UE, 8 Vormittage
Termin Mo., 5.10.2020, 09:30–12:30 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.01
Kursleiter Kai Rusch
Gebühr € 105,00

E0.2.1 Computerkurs für Senioren – Fortgeschrittene

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bereits am PC arbeiten oder Grundwissen besitzen. Der Unterricht vertieft die Kenntnisse im Bereich Windows 10. Dazu kommen: Grundlagen für die Benutzung des Internets – Gefahren im Internet – Finden von Informationen über verschiedene Suchmaschinen (Google, Bing) – Bildersuche und deren Abspeicherung auf dem PC – Anlegen und Benutzen einer E-Mail-Adresse – Herunterladen von Programmen – Übertragen von Texten und Bildern in Textverarbeitungsprogramme – Texte formatieren und gestalten – Einfügen von Bildern – Bildverwaltung und -bearbeitung mit „Picasa“. Die Teilnehmer *innen legen mit dem Kursleiter zusammen die Gewichtung der Themenfelder fest.

Dauer 30 UE, 8 Vormittage
Termin Mo., 9.11.2020, 09:30–12:30 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.01
Kursleiter Kai Rusch
Gebühr € 105,00

	<p>Neue Henneberger Zeitung nhz24.de</p>	<p>Ihre tagesaktuelle Lokalzeitung – kostenlos – online</p>
--	--	---



E0.3.1 Digitalfotografie und Bildbearbeitung für Senioren

Sie besitzen bereits Computererfahrung und möchten wissen, wie Sie Ihre Bilder am PC nachbearbeiten, organisieren und präsentieren können? Sie lernen – welche unterschiedlichen Bild-Dateiformate es gibt – wie Bilder von der Kamera auf den Computer übertragen werden – wie Bildkorrekturen (z. B. Helligkeit, Kontraste) ausgeführt werden – wie Sie Bilder selbst ausdrucken oder sie an ein Fotostudio weitergeben können.

Dauer 24 UE, 6 Vormittage
Termin bei mind. 8 schriftl. Anmeldungen, 09:30–12:45 Uhr
Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.01
Kursleiter Kai Rusch
Gebühr € 84,00

Berufsinformationszentrum (BiZ) Suhl

Bestens INFORMIERT zum Ziel!

Informiere Dich im BiZ zu folgenden Themen:

- Ausbildung und Studium
- Arbeit und Beruf
- Bewerbung
- Ausland

Im BiZ finden regelmäßig Veranstaltungen statt. Infos dazu unter:
www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen

Den Wiedereinstieg richtig planen

Weiterbilden oder selbstständig machen? Im BiZ erfährst Du, welche Perspektiven Dir der Arbeitsmarkt bietet.

Agentur für Arbeit Suhl

Werner-Seelenbinder-Straße 8
98529 Suhl

BiZ-Telefon: 03681 82-2934

E-Mail: Suhl.BiZ@arbeitsagentur.de

www.arbeitsagentur.de/suhl



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit Suhl



E1 EDV Grundlagen

E1.1 Einsteigerkurs – auf der Basis von Windows 10

Der Kurs ist für Anfänger*innen, die noch keine oder nur geringe Vorkenntnisse besitzen und sich Basiswissen aneignen wollen. Der Unterricht richtet sich nach den Anforderungen des Alltags. Im Mittelpunkt steht das praktische Üben: Bestandteile eines Computers und ihre Funktion – Grundeinstellungen – Arbeit mit der Tastatur, der Maus und dem Explorer – Dateiverwaltung und -organisation – Einstieg in die Textverarbeitung – Information über wichtige Anwendersoftware.

Dauer	30 UE, 8 Abende
Termin	Mo., 30.11.2020, 17:00–20:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.01
Kursleiter	Kai Rusch
Gebühr	€ 105,00

E1.2 Aufbaukurs – auf der Basis von Windows 10

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bereits am PC arbeiten und Grundwissen besitzen. Der Unterricht vertieft die Kenntnisse im Bereich Windows 10. Dazu kommen: Grundlagen für die Benutzung des Internets – Gefahren im Internet – Finden von Informationen über verschiedene Suchmaschinen (Google, Bing) – Bildersuche und deren Abspeicherung auf dem PC – Anlegen und Benutzen einer E-Mail-Adresse – Herunterladen von Programmen – Übertragen von Texten und Bildern in Textverarbeitungsprogramme – Texte formatieren und gestalten – Einfügen von Bildern – Bildverwaltung und -bearbeitung mit „Picasa“. Die Teilnehmer*innen legen mit dem Kursleiter zusammen die Gewichtung der Themenfelder fest.

Dauer	30 UE, 8 Abende
Termin	bei mind. 8 schriftl. Anmeldungen, 17:00–20:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.01
Kursleiter	Kai Rusch
Gebühr	€ 105,00

E2 EDV Anwendungen

Die nachfolgenden Kurse finden nur auf Anfrage bei mindestens acht schriftlichen Anmeldungen statt.

- E2.1 Textverarbeitung Word 2010**
- E2.2 Tabellenkalkulation Excel 2010**
- E2.3 Kombikurs Word/Excel 2010 – Einsteiger**
- E2.4 Präsentationsgrafik Power Point 2010**



E2.3 Kombikurs Word/Excel 2010 – Einsteiger

Zu beiden Programmen werden systematisch und detailliert Grundkenntnisse vermittelt. Der Kurs ist somit für Teilnehmer*innen geeignet, die keine oder sehr lückenhafte Vorkenntnisse in Word und Excel haben.

Einführung in das Textverarbeitungsprogramm Microsoft Word: Kennenlernen der Oberfläche; einfache und spezielle Textverarbeitung; Texte bearbeiten, formatieren und zum Druck vorbereiten.

Einführung in das Tabellenkalkulationsprogramm Microsoft Excel: Kennenlernen der Oberfläche; Üben einfacher Funktionen; Tabellen aufbauen und gestalten; Formeln und Funktionen einsetzen und Tabellen zum Druck vorbereiten.

Weiterhin wird der Datenaustausch zwischen diesen Programmen behandelt.

Dauer	30 UE, 8 Abende
Termin	Mo., 4.1.2021, 17:00–20:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.01
Kursleiter	Kai Rusch
Gebühr	€ 105,00

E2.5 Elektronische Steuererklärung mit Elster

Steuererklärungen, die mit ELSTER, dem kostenlosen Steuer-Programm der Finanzverwaltung, erstellt und über das Internet übermittelt wurden, werden bevorzugt bearbeitet und verursachen weniger Rückfragen, da Steuerpflichtige nur noch die gesetzlich vorgeschriebenen Belege einreichen müssen.

Der Kursleiter erklärt Download und Installation der Software. Sie lernen anhand eines fiktiven Musterfalles die Daten am Computer einzugeben. Mögliche Fehler und auftretende Hinweise im Programm werden besprochen. Die Bearbeitung bis zur Versendung an das Finanzamt sowie eine unverbindliche Steuerberechnung sind ebenfalls dabei.

Der Kurs eignet sich für Teilnehmende mit Grundkenntnissen am PC und im Internet.

Bitte bringen Sie Ihre Steueridentifikationsnummer (ID) vom Finanzamt mit. Der eigene Laptop kann auch mitgebracht werden.

Dauer	5 UE, 1 Abend
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.01
Referent	Patrick Manthey
Gebühr	€ 25,00

Kurs-Nr. E2.5 Mo., 29.3.2021, 17:00–21:00 Uhr

Kurs-Nr. E2.6 Di., 20.4.2021, 17:00–21:00 Uhr

Kurs-Nr. E2.7 Mi., 5.5.2021, 17:00–21:00 Uhr



E3 Büropraxis – Schreibtechnik – Steno – Rhetorik

E3.1 10-Finger-Tastschreiben am PC – Grundkurs mit Übungstechniken

Sie erlernen nach neuesten Methoden und in kurzer Zeit das 10-Finger-Tastschreiben. Durch Kombination von Sehen, Hören und Fühlen werden Sie Erfolge erleben und mit Spaß die Buchstaben, Ziffern und Zeichen des Tastenfeldes erlernen. Nach der Beherrschung der Buchstabenreihen und der richtigen Bedienung ausgewählter Funktionstasten stehen Schreibtraining, die Steigerung der Schreibgeschwindigkeit und -sicherheit sowie die DIN-gerechte Briefgestaltung im Mittelpunkt des Kurses.

Die Grundlagen des blinden Ertastens aller Buchstaben auf der Tastatur ermöglicht dieser Kurs in nur 30 UE. Sie werden am Ende in der Lage sein, einen Text zu schreiben ohne Zeitdruck und ohne eine Prüfung.

Dauer	30 UE, 10 Termine
Termin	bei mind. 8 schriftl. Anmeldungen
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 2.01
Kursleiterin	Viola Reißler
Gebühr	€ 105,00/zzgl. Lehrbuch ca.15,- Euro

E4 Weitere Angebote der beruflichen Zusatzqualifikation

E4.1 Elektrotechnik aktuell

- Unterweisung des Elektropersonals von Firmen

Der größte Risikofaktor für Arbeitsunfälle in Unternehmen liegt nicht im technischen Bereich, es ist der Faktor Mensch. Der Gesetzgeber sieht daher Unterweisungen für Beschäftigte vor. Dies betrifft auch die Elektrosicherheit. Jeder Mitarbeiter, der elektrotechnische Arbeiten übernimmt, ob als Elektrofachkraft oder elektrotechnisch unterwiesene Person, muss zuvor über die Gefährdungen, Verhaltensregeln und Schutzmaßnahmen unterwiesen worden sein.

Eine Unterweisungspflicht wird an vielen Stellen gesetzlich gefordert.

Diese Unterweisungen sind besonders dringend für Elektriker, die oftmals auf sich alleine gestellt die Funktion der betrieblichen Einrichtungen (Beleuchtung, Maschinen, Anlagen usw.) ständig zu gewährleisten haben.

Sofern der Unternehmer nicht selbst einen Elektroberuf ausübt, sollte er eine geeignete Elektrofachkraft zu den fachspezifischen Unterweisungen delegieren.

Dauer	22 UE, 6 Termine, alle zwei Monate
Termin	ab Februar 2021, 14:00–16:15 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, R. 1.04
Kursleiter	Winfried Kögler, Dipl.-Ing.
Gebühr	€ 128,50



E4.2 Fischerprüfung – Vorbereitungslehrgang zur amtlichen Fischerprüfung

Sie wollten schon immer mal angeln gehen? Dies können Sie in Thüringen allerdings nur, wenn Sie einen Fischereischein besitzen. Dazu müssen Sie die amtlich anerkannte Fischerprüfung ablegen und bestehen. Dieser Vorbereitungslehrgang vermittelt die Kenntnisse und Fertigkeiten, die bestenfalls zum Bestehen einer Fischerprüfung erforderlich sind.

In Theorie und Praxis werden die Themen Fischkunde, Gewässerkunde, Schutz und Pflege der Fischgewässer, Fischgehege, Fanggeräte, fischereiliche Praxis, einschlägige Rechtsvorschriften, praktische Einweisung in den Gebrauch der Fanggeräte und in die Behandlung der gefangenen Fische vermittelt. Der Vorbereitungslehrgang findet als Kompaktkurs (je 2x Do., Fr., Sa.) statt und ist inhaltlich und methodisch so aufgebaut, dass auch Interessent*innen ohne Vorkenntnisse daran teilnehmen können.

Voraussetzung für die Zulassung zur Fischerprüfung ist der Nachweis, dass der Antragsteller an einem Vorbereitungslehrgang mit mind. 30 Stunden teilgenommen hat. Zuständig für die Zulassung zur Fischerprüfung ist die Untere Fischereibehörde.

Im Kurspreis bereits enthalten sind die Lehrgangsmaterialien (40,-€). Für die Prüfung beim Ordnungsamt wird eine Prüfungsgebühr von 15,-€ fällig.

Dauer	44 UE, 6 Termine, donnerstags bis samstags
Termine	bei mind. 8 schriftl. Anmeldungen
Ort	Heinrichser Rathaus
Referent	Manfred Goldschmidt
Gebühr	€ 194,00



Ihre tagesaktuelle Lokalzeitung –
kostenlos – online

**Neue
Henneberger Zeitung**

www.nhz24.de



E4.3 Motorsägenlehrgang – Motorsägenführerschein

Der Motorsägen-Lehrgang soll den Teilnehmern Grundkenntnisse im Umgang mit der Motorsäge vermitteln und ein Bewusstsein für die damit verbundenen Gefahren schaffen. Weiterhin werden fachgerechte Fälltechniken im Schwachholzbereich (BHD bis ca. 25 cm) vermittelt (Fallkerb, Bruchleiste, Bruchstufe, Fällschnitt, Baum umkeilen) sowie Methoden zum fachgerechten Umgang mit hängengebliebenen Bäume aufgezeigt und Verbote erläutert.

Zielgruppe: Personen ab 18 Jahren

Teilnahmevoraussetzungen:

- Teilnehmer müssen mindestens 18 Jahre alt sein.
- Die körperliche und geistige Eignung muss vorhanden sein.
- Teilnehmer müssen zum Motorsägenkurs mit einer vollständigen persönlichen Schutzausrüstung ausgestattet sein:
 - o Schutzhelm mit Gehör- und Gesichtsschutz
 - o Schutzhandschuhe
 - o Schnittschutzhose
 - o Sicherheitsschuhe mit Schnittschutzeinlage
 - o Sicherheitsweste mit Signalfarbe (empfohlen)
 - o Verbandpäckchen.
- Die Teilnahme am Motorsägenkurs erfolgt auf eigenes Risiko!

Dauer 16 UE, 2 Termine
 Termin Sa., 10.10.2020, 08:30-15:00 Uhr
 Ort Heinrichser Rathaus, R. 2.02
 Referent Hans-Peter Messerschmidt
 Gebühr € 206,00

Das höchste Gut sicher betreut.



- > Gesetzl. Vorsorgeuntersuchungen
- > Arbeitsmedizinische Betreuung
- > Betriebliches Gesundheitsmanagement
- > Gesundheits-Checks
- > Reisemedizin

DEKRA Automobil GmbH
 Würzburger Str. 37
 98529 Suhl
 Telefon 03681/89 02-0

Mo - Fr: 8.00 - 18.00 Uhr
 Sa: 9.00 - 12.00 Uhr

www.dekra-in-suhl.de





F1 VHS-Lernzentrum Lesen und Schreiben **• Grundbildung • Schulabschlüsse**

Grundbildung – die Basis für die Zukunft

In unseren Kursen

- lernen Sie Schritt für Schritt das Lesen und Schreiben,
- bzw. können Sie Ihre Kenntnisse im Lesen und Schreiben verbessern,
- arbeiten Sie in kleinen Gruppen,
- werden Sie individuell gefördert,
- können Sie jederzeit – auch mitten im Semester – einsteigen,
- verbessern Sie nicht zuletzt auch Ihre Chancen im Beruf.

Ihre Ansprechpartnerin ist:

Wiebke Heber (Fachbereichsleiterin Alphabetisierung/Grundbildung

Tel.: 0 36 81/80 60 6-14, E-Mail: wiebke.heber@vhs-th.de).

In einem ersten Beratungsgespräch informieren wir Sie ausführlich über das Kursangebot und die Kursinhalte. Wir beraten diejenigen, die einen Kurs besuchen wollen, aber auch alle anderen, die sich mit dem Thema beschäftigen.

Die Beratung ist selbstverständlich vertraulich und kostenfrei!

Weitere Informationen erhalten Sie unter

www.vhs-th.de/themen/grundbildung.

Bitte machen Sie betroffene Personen auf dieses Angebot der Volkshochschule aufmerksam! Helfen Sie ihnen, den ersten Kontakt mit der VHS herzustellen! Beratung und Information sind streng vertraulich!

Die VHS Suhl ist Mitglied im Thüringer Bündnis für Alphabetisierung und Grundbildung.

Weitere Informationen erhalten Sie über die

Homepage des Thüringer Volkshochschulverbandes e. V. /Jena.

www.vhs-th.de/alphabetisierung.



**Wo sonst noch Kurse stattfinden,
können Sie hier erfragen:**



Sie möchten besser lesen, schreiben, rechnen können oder sicherer am Computer bzw. Smartphone werden?
In Thüringen gibt es zahlreiche Lernangebote – auch in Ihrer Nähe.
Informationen erhalten Sie bei der
Thüringer Grundbildungs-Hotline **0800 89 89 789**

Beratungszeiten:

Dienstag, Mittwoch, Donnerstag 10:00–15:00 Uhr

Angebote:

- kostenfreie telefonische Beratung
- Information zu Lernangeboten wie z. B. Lerncafés, Lernportale, Lernen am Telefon
- Information zu Lernangeboten in ganz Thüringen, wie z. B. Kurse in Volkshochschulen



Das lebensweltlich orientierte Entwicklungsvorhaben in der Alphabetisierung und Grundbildung Erwachsener wird im Rahmen der Alpha-Dekade (2016–2026) durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert.



**Bundesministerium
für Bildung
und Forschung**

LERNEN AM TELEFON

BESSER LESEN, SCHREIBEN UND RECHNEN FÜR ERWACHSENE

So funktioniert es:

1. Rufen Sie die kostenfreie Telefonnummer 0800 89 89 789 an.
2. Sie bekommen einen persönlichen Lehrer, mit dem Sie abstimmen, was und wie häufig Sie lernen wollen.
3. Anschließend erhalten Sie Übungen über Internet, E-Mail und Post. Diese bearbeiten Sie alleine oder gemeinsam am Telefon.
4. Sie erhalten ein regelmäßiges Feedback und führen Gespräche zu Ihrem Lernfortschritt.

Kosten?

Lernen am Telefon ist ein kostenfreies Lernangebot und wird durch den Thüringer Volkshochschulverband e.V. koordiniert.

Wer?

Erwachsene die Schwierigkeiten mit dem Lesen, Schreiben und Rechnen haben.

Lernen am Telefon

Sie möchten
Lesen und
Schreiben üben?
Sie wollen von
zu Hause
aus lernen?
Sie möchten
(noch) keinen
Kurs besuchen?



Weitere Anlaufstellen für Interessent*innen:

Regionales Grundbildungszentrum Thüringen (RGZT)

gefördert durch

Freistaat
Thüringen



Ministerium
für Bildung,
Jugend und Sport

Ansprechpartnerin: Manuela Adler-Reif

Telefon: 03693 50 18 20

Sprechzeiten:

Fr. 10:00–11:30 Uhr in der VHS Meiningen,

Klostergasse 1, 98617 Meiningen

Projekt „LESEN & SCHREIBEN • HILFE FÜR ERWACHSENE“

gefördert durch

Internationaler Bund (IB)

Delta-Netz

Andrea Löchner

(Ansprechpartnerin)

Am Himmelreich 8, 98527 Suhl

Tel. 0 36 81 351-6820 oder

Handy 0152 24685436



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung





Speziell für Selbstlerner!

ich-will-lernen.de

Lernportal ich-will-lernen.de • Was ist das?

www.ich-will-lernen.de ist Deutschlands größtes Lernportal mit Tausenden Übungen zur Alphabetisierung und Grundbildung, zur Vorbereitung auf den Schulabschluss sowie zur Ökonomischen Grundbildung. Das E-Learning-Portal wurde vom Deutschen Volkshochschul-Verband e. V. (DVV) mit Förderung des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) entwickelt. Dank dieser Förderung ist die Nutzung kostenlos.

Nutzen Sie auch die Angebote unter www.vhs-lernportal.de!



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

vhs 

Sie können etwas,
was andere lernen wollen?

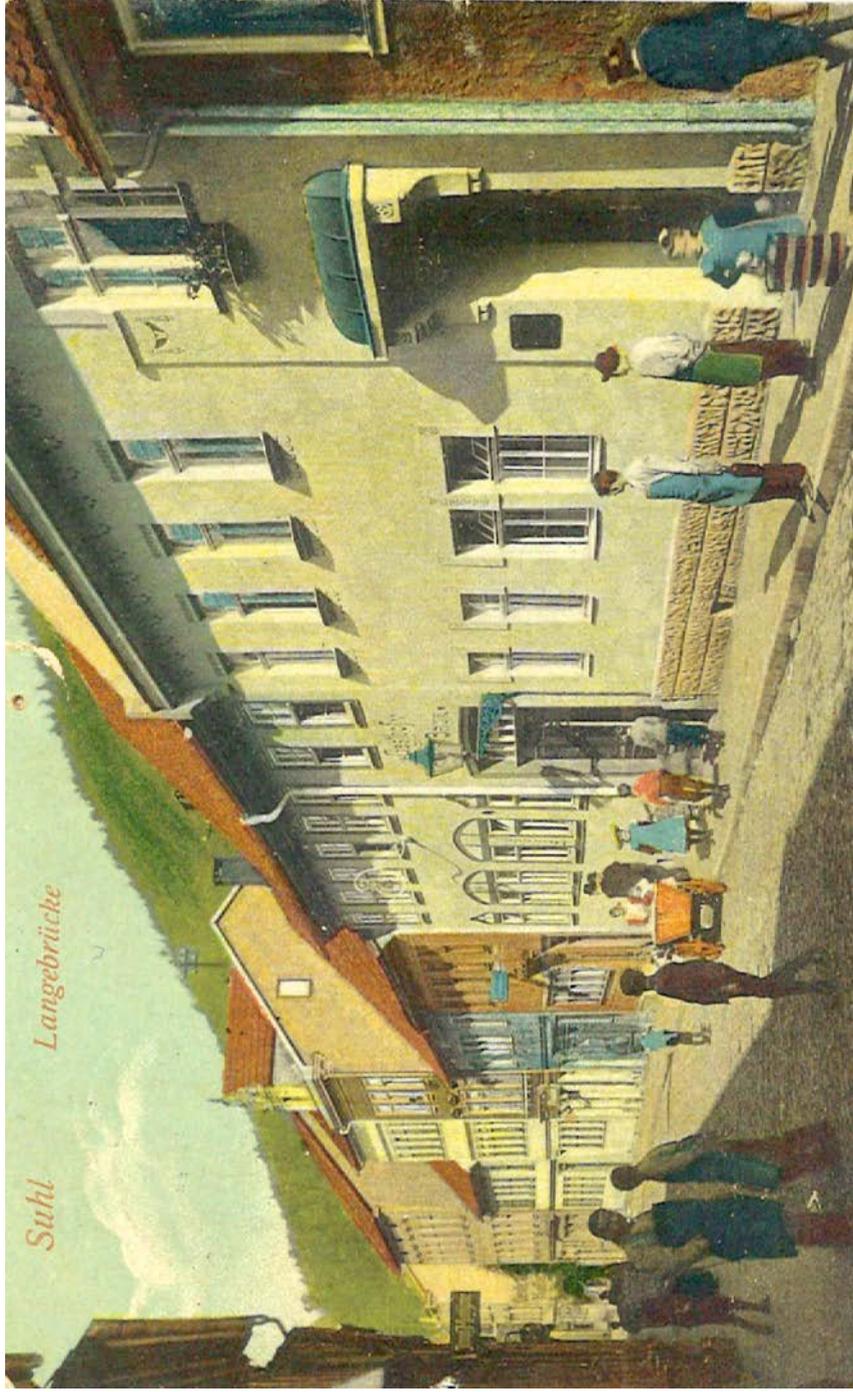
Werden Sie Kursleiter
an der Volkshochschule!

Die Volkshochschule sucht
engagierte Kursleiterinnen und
Kursleiter auf Honorarbasis.

Mehr Informationen unter
vhs-th.de/kursleiter-werden
oder bei Ihrer VHS!



Anzeige des Thüringer
Volkshochschulverbands e.V.



Langebrücke

(Stadtarchiv Suhl)



F1 Lernzentrum Lesen und Schreiben

Für die folgenden Kurse F1.1/F1.2 gilt:

Die Kurse wenden sich vorrangig an Deutsche, die Probleme mit dem Lesen und Schreiben haben. Der Einstieg in unsere Kurse ist nur nach Vorabsprache möglich. Die Neuaufnahme von Teilnehmern ist immer mit einem persönlichen Beratungsgespräch verbunden.

Termine/Unterrichtszeiten werden in diesem Gespräch vereinbart.

Das Land Thüringen fördert die Einrichtung von Kursen zum Lesen und Schreiben seit 2012 mit zusätzlichen finanziellen Mitteln. Das Entgelt für den Besuch der Kurse liegt deshalb bei nur 0,60 €/UE.



F1.1 Grundkurs: Lesen und Schreiben von Anfang an

Dieser Kurs wendet sich an Erwachsene, die kaum lesen und schreiben können. Es werden die Grundlagen des Lesens und Schreibens erarbeitet. Die Teilnehmer lernen Buchstaben und Laute zu Wörtern und Sätzen zu verbinden und einfache Sätze zu schreiben.

F1.2 Aufbaukurs: Lesen und Schreiben für Ungeübte

Der Kurs ist für Erwachsene geeignet, die lesen können, aber Schwierigkeiten mit dem Schreiben haben. Es werden Wortbausteine, Wörter, kleine Sätze und Texte erarbeitet.

F2 Rechnen – Mathematik

F2.1 Grundrechenarten im Bereich der Grundbildung

- Entwicklung von Zahlenbegriffen
- Schreibung von Ziffern und Zuordnung zu den entsprechenden Mengen
- Einführung und Festigung der Grundrechenarten



F2.2 Vorbereitung auf die besondere Leistungsfeststellung KI. 10 im Fach Mathematik am Gymnasium

Konzentriertes Training in Vorbereitung auf diese Prüfung

Dauer 20 UE (nach Zeitplanung der Teilnehmer*innen)

Termin bei mind. 8 schriftlichen Anmeldungen ab Januar 2021

Gebühr € 40,00

F2.3 Mathematik Klasse 12 – Vorbereitung auf die Abiturprüfung

Lösungsmuster typischer Prüfungsaufgaben stehen im Vordergrund.

Dauer 20 UE (nach Zeitplanung der Teilnehmer*innen)

Termin bei mind. 8 schriftlichen Anmeldungen ab Januar 2021

Gebühr € 40,00

Hinweis:

Bei entsprechendem Bedarf richten wir in Vorbereitung auf Prüfungen auch gern Kurse in anderen gewünschten Unterrichtsfächern ein (mindestens 8, max. 10 Teilnehmer pro Kurs).

Ich berate Sie gern: 0 36 81-80 60 6-14, Frau Heber.

F3 Externe Schulabschlüsse über den zweiten Bildungsweg

F3.1 Hauptschulabschluss

In diesen Kurs werden Teilnehmer*innen aufgenommen, die noch keinen Schulabschluss besitzen.

Fächer Mathematik, Deutsch, Englisch, Sozialkunde, Geschichte, Biologie (oder eine andere Naturwissenschaft)

Dauer 620 UE, 1 Jahr

Termin bei mind. 8 schriftlichen Anmeldungen im September 2020

Gebühr zu Kursbeginn

F3.2 Realschulabschluss

Dieser Kurs bietet Teilnehmer*innen, die aus unterschiedlichen Beweggründen bisher keinen Abschluss 10. Klasse erreichen konnten, eine zweite Chance.

Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Sozialkunde, Biologie, Geographie, Geschichte, Chemie oder Physik

Dauer 620 UE, 1 Jahr

Termin bei mind. 8 schriftlichen Anmeldungen im September 2020

Gebühr zu Kursbeginn



F3.3 Fachhochschulreife für die Bereiche Wirtschaft, Verwaltung und Recht

F3.4 Fachhochschulreife für den Bereich Technik FOS-Abschluss

Zulassungsvoraussetzungen

1. Realschulabschluss
2. (Abgeschlossene) Ausbildung in o. g. Fachbereich. Die Nachweise sind mit entsprechenden Zeugnissen zu belegen.

Zulassungsvoraussetzungen zur Externenprüfung 2022:

Die Anmeldung zur Prüfung muss spätestens bis zum 1. März 2022 beim Staatlichen Schulamt Südthüringen mit den entsprechenden Nachweisen, insbesondere den Zeugnissen über den Realschulabschluss und dem Zeugnis über eine entsprechende Berufsausbildung, erfolgen.

Kurstage Montag, Dienstag, Mittwoch von 17:30-21:30 Uhr

Fächer Grundlagenfächer und Fächer aus der Fachspezifik

Dauer 1300 UE, 2 Jahre

Termin bei mind. 8 schriftlichen Anmeldungen im September 2020

Gebühr zu Kursbeginn

F3.5 Hochschulreife – Abitur

Zulassungsvoraussetzung: Realschulabschluss

Dauer 2 Schuljahre/ ca. 700 UE pro Schuljahr

Termin bei mind. 8 schriftl. Anmeld. ab September 2020

Kurstage Montag-Freitag, 17:00-20:15 Uhr

Fächer 2 Leistungskurse (Deutsch und Mathematik)
6 Grundkurse

1. Schuljahr: 1 Leistungsfach und 3 Grundkurse
(Prüfung am Ende des Schuljahres)

2. Schuljahr: Unterricht im 2. Leistungsfach und weitere 3 Grundkurse
(Abschlussprüfungen)

Dauer 1300 UE, 2 Jahre

Gebühr zu Kursbeginn



Neue Henneberger Zeitung
nhz24.de

**Ihre tagesaktuelle Lokalzeitung -
kostenlos - online**



G Rat und Tat

G1.1 Vortrag: Unsere Gärten in Zeiten des Klimawandels

In dem Vortrag gibt Hermann Oehring Tipps, welche Stauden und Gehölze gut mit Trockenheit und langanhaltender Sommerhitze zurechtkommen. Darüber hinaus gibt es Sortenempfehlungen und praktische Ratschläge.

Dauer	2 UE, 1 Abend
Termin	Di., 13.10.2020, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referent	Hermann Oehring (Leiter vom Rosenfreundeskreis Suhl)
Gebühr	€ 6,80

G1.2 Vortrag: Praktischer Naturschutz im eigenen Garten

In dem Vortrag gibt Hermann Oehring Tipps, wie der eigene Garten ein Biotop für Insekten, Vögel und Amphibien werden kann. Vom Gartenteich bis zum Wildbienenhotel über Vogelnistkästen wird nichts vergessen.

Dauer	2 UE, 1 Abend
Termin	Di., 10.11.2020, 18:00–19:30 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referent	Hermann Oehring (Leiter vom Rosenfreundeskreis Suhl)
Gebühr	€ 6,80

G1.3 Vortrag für Senior*innen: Mit hilfreichen Apps durch die Krise

(in Kooperation mit dem Landesfilmdienst Thüringen)

Wie kann ich mich mit den Liebsten vernetzen? Wo bekomme ich Hilfe und Unterstützung? Welche Unterhaltungsangebote bringen mich auf andere Gedanken? In der Schulung werden wir Ihnen Apps für Videotelefonie vorstellen und zeigen, wie diese funktionieren. Außerdem lernen Sie digitale Angebote der Nachbarschaftshilfen sowie Unterhaltungsangebote wie Mediatheken kennen und weitere digitale Alltagshelfer werden thematisiert.

Dauer	4 UE, 1 Vormittag
Termin	Mi., 7.10.2020, 09:00–12:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referentinnen	Anja Fischer, Sandra Harkensee
Gebühr	entgeltfrei

G1.4 Vortrag für Senior*innen: Kommunikation via Smartphone – SMS, WhatsApp & Co.

(in Kooperation mit dem Landesfilmdienst Thüringen)

Mit dem Enkelkind trotz Auslandsjahr in Kontakt bleiben, mit dem Sportverein die nächsten Termine schnell klären, sich mit der Familie immer und überall austauschen. Das Smartphone macht es möglich! In diesem Kurs erfahren Sie alles über Messengerdienste wie „WhatsApp“ oder „Threema“, lernen SMS zu versenden, mit Videobild zu telefonieren und vieles mehr.

Dauer	4 UE, 1 Vormittag
Termin	Mi., 4.11.2020, 09:00–12:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referentinnen	Anja Fischer, Sandra Harkensee
Gebühr	entgeltfrei

G1.5 Vortrag für Senior*innen: Die Welt in Bildern

(in Kooperation mit dem Landesfilmdienst Thüringen)

Noch nie war es so leicht unterwegs Fotos zu machen wie heutzutage. Das Smartphone ist immer mit dabei und macht schnell und unkompliziert Schnappschüsse, egal ob unterwegs, beim Stadtbummel, im Urlaub oder bei Familienfeiern.

Welche Kniffe gilt es zu beachten, damit die Fotos gut werden? Wie kann man die gemachten Fotos einfach bearbeiten? Und was kann man mit den Bildern dann alles machen? Wie bekomme ich Abzüge oder wie funktioniert die Erstellung eines Fotobuches? Diese Fragen wollen wir im Kurs klären.

Dauer	4 UE, 1 Vormittag
Termin	Mi., 2.12.2020, 09:00–12:00 Uhr
Ort	Heinrichser Rathaus, Ratssaal
Referentinnen	Anja Fischer, Sandra Harkensee
Gebühr	entgeltfrei

FIRMA DIETMAR ZIMMERMANN seit 1991



- Kleinkurierdienst • Brief- und Paketzustellung
- Transporte bis 1 t Nutzlast

Rodebachstraße 24b • 98544 Zella-Mehlis

Telefon: 0 36 82-85 10 68 • Fax: 85 10 69

Mobil: 01 79-55 90 972

E-Mail: dietmarzimmermann@freenet.de



G1.6 Vortrag: Brandschutz im Privathaushalt Bei mir passiert so etwas nicht!

Wirklich?

Gehören Sie auch zu den Menschen, die so denken? Oder fragen Sie sich jedes Mal, wenn Sie die Zeitung aufschlagen: Wie kann denn sowas nur passieren? Das kann gar nicht geschehen, wenn man aufpasst!

Tatsache ist, ein Feuer kann immer, überall und zu jeder Zeit entstehen. Die Ursachen sind vielfältig. Unachtsamkeit, Vandalismus, kleine Kinder, technische Defekte und, und, und. Niemand ist 100%ig sicher!

Was kann man tun um vorzubeugen? Wie können potentielle Gefahren aufgedeckt werden? Wie können die Auswirkungen gemildert werden? Was tue ich im Brandfall? Wie spreche ich mit meinen Kindern über die Feuer? Welche Gefahren bestehen besonders für Senioren? Sind Heimrauchmelder sinnvoll? Brauche ich jetzt einen Feuerlöscher?

Diese und viele weitere Fragen und sicher auch ganz praktische Tipps wollen wir mit Ihnen in diesem Vortrag klären.

Dauer	2 UE, 1 Veranstaltung
Ort	Heinricher Rathaus, Ratssaal
Referent	Daniel Wiegmann
Gebühr	€ 6,80

Kurs-Nr. G1.6 Mi., 14.10.2020, 18:00–19:30 Uhr

Kurs-Nr. G1.7 Sa., 13.3.2021, 10:00–11:30 Uhr



stütz elektro

- ELEKTROINSTALLATIONEN
- BELEUCHTUNGSANLAGEN
- DATEN- UND NETZWERKTECHNIK
- SAT-ANLAGEN/ANTENNENTECHNIK
- GEBÄUDESYSTEMTECHNIK EIB/KNX
- PHOTOVOLTAIKANLAGEN
- WARTUNG UND KUNDENDIENST

Stütz Elektro GmbH
 Robert Stütz - Elektrotechnikermeister
 Johann-Wendel-Straße 4 98529 Suhl

Fon 03681 - 78 73 990
 Mobil 0160 - 72 26 383

mail@stuetzelektro.de
 www.stuetzelektro.de



Floatglas
Ornamentglas
Spiegelglas
Sicherheitsglas
Isolierglas
Sondergläser
für

- Fenster, Türen und Wände
- Tische, Regale und Schränke
- Fahrzeuge und Baumaschinen
- Maschinen und Einrichtungen

Inh.: Dirk Schmidt Glaser.Schmidt@web.de
Heinricher Straße 21 Montag bis Donnerstag: 7.00 - 17.00
98529 Suhl Freitag: 7.00 - 15.00
Tel. (03681) 72 19 56 Sonnabend: 9.00 - 11.00

f **cus**
FACHES WOHNFURNIER
POLSTERMÖBEL GmbH

☎ 0 36 81
49 84-0



UNSER LEISTUNGSANGEBOT AUF EINEM BLICK

- hochwertige Polstermöbel direkt vom Hersteller
- super günstige Preise durch Direktverkauf
- fachmännische Beratung • Reparaturen
- Sonderanfertigungen
- kurzfristige Anfertigung und Lieferung
- große Auswahl und Verkauf an hochwertigen Bezugsstoffen
- Verkauf von Polstermaterialien und Schaumstoff
- Neubezug von Polstermöbeln, Stühlen und Eckbänken

Ihr Sühler Polstermöbel-Hersteller

Suhl • Am Steinsfelder Wasser 11 (Nähe Globus-Baumarkt)
Öffnungszeiten: Mo. – Do. 7:00 – 16:00 Uhr, Fr. 7:00 – 12:00 Uhr
oder nach Vereinbarung



RITZ-GUTJAHR Haustechnik
GmbH & Co. KG

SANITÄR • HEIZUNG • KLEMPNEREI
ALTERNATIVE ENERGIEN



Suhler Straße 5 • 98528 Suhl
Telefon: 0 36 81 / 30 52 59 • Mobil: 0160 / 737 93 25
ritzgutjahr@gmx.de

Teilnahmebedingungen der Volkshochschule „Karl Mundt“

Ergänzend zu der vom Stadtrat beschlossenen Benutzungs- und Entgeltordnung der Volkshochschule „Karl Mundt“ gelten mit Vertragsabschluss folgende Regelungen als vereinbart:

1. Anmeldung

- (1) Interessenten haben die Möglichkeit, aus einem vielseitigen Angebot ihren Kurs/ihre Veranstaltung auszuwählen und sich durch persönliche oder telefonische Anfrage oder besondere Informationsveranstaltungen beraten zu lassen.
- (2) Die Anmeldung kann persönlich, schriftlich, per Post, per Fax oder signierter E-Mail oder per Anmeldeformular auf der Homepage der VHS erfolgen. Bei Teilnehmern unter 18 Jahren ist die Anmeldung vom gesetzlichen Vertreter mit zu unterschreiben.
- (3) Anmeldeformulare hierfür finden Sie auch im Programmheft, das in der VHS und den Rathäusern ausliegt.
- (4) Anmeldebestätigungen werden nicht verschickt.
- (5) Die Eintragungen für die Kurse erfolgen in der Reihenfolge der Anmeldungen.
- (6) Sobald mindestens 8 Anmeldungen für einen Kurs vorliegen, werden die Kurse bzw. Einzelveranstaltungen terminiert und die Teilnehmer erhalten eine schriftliche Einladung. Damit kommt ein privatrechtlicher Vertrag zustande.

2. Verwaltungsentgelte und Auslagen Die Beglaubigung von Unterlagen, insbesondere Zeugnissen, erfolgt kostenpflichtig in der Stadtverwaltung Suhl, Friedrich-König-Str. 42, 98527 Suhl (Bürgeramt).

3. Durchführung der Kurse

- (1) Die Volkshochschule ist berechtigt, Änderungen im Lehrprogramm vorzunehmen.
- (2) In allen Räumen gilt generell Rauchverbot.

4. Haftung

- (1) Die Volkshochschule übernimmt keinerlei Haftung für Diebstahl und Sachschäden.
- (2) Für Unfälle innerhalb der Unterrichtsgebäude haftet die Volkshochschule nur, soweit sie Verschulden trifft.

5. Studienreisen

Es gelten die Bedingungen des jeweiligen Veranstalters bzw. Leistungsträgers.

6. Ferienregelung

In der Regel findet an gesetzlichen Feiertagen und in den Schulferien des Freistaates Thüringen sowie an unterrichtsfreien Tagen der entsprechenden Sühler Schulen auch kein VHS-Unterricht statt.

7. Schlussbestimmungen/Datenschutzhinweise

- (1) Zu Einzelfragen betreffs Inhalt und Ablauf der Kurse, zu den Voraussetzungen und Zielen, zu Lehrbüchern und sonstigen Materialien, zur sinnvollen Auswahl und Kombination von Kursen u. a. stehen die Fachbereichsleiter*innen gern beratend zur Seite.
- (2) Die Volkshochschule Suhl unterliegt den Regelungen des Thüringischen Datenschutzgesetzes in der jeweils gültigen Fassung. Zum Zwecke der Verwaltung der Veranstaltungen setzt die VHS automatisierte Datenverarbeitung ein. Dabei werden mit der Anmeldung folgende Daten erfasst: Name, Vorname, Anschrift, Alter, Geschlecht, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Kursnummer, Semester, Kurstitel und Gebühr, im Falle einer Einzugsermächtigung die Bankverbindung. Zu statistischen Zwecken werden die Einteilung in Altersgruppen sowie die Angabe männlich/weiblich/divers anonymisiert verarbeitet. Zum Zwecke des Bankinzugsverfahrens werden Name, Vorname, Bankverbindung, Entgelt und Veranstaltungsnummer an das von der VHS beauftragte Bankinstitut übermittelt. Durch Unterschrift auf der Anmeldekarte stimmen die Teilnehmer*innen der Verarbeitung der Daten zu. Auf die einschlägigen datenschutzrechtlichen Bestimmungen wird hingewiesen.
- (3) Die Personenbezeichnungen gelten jeweils in männlicher, weiblicher und diverser Form.

WIDERRUFSBELEHRUNG

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule Suhl, Meininger Str. 89, 98529 Suhl, Fax: 0 36 81/80 60 6-21, E-Mail: info@vhs-suhl.de.

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen

(z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung

Anmeldung Volkshochschule „Karl Mundt“ Suhl

gemäß den Teilnahmebedingungen der VHS



--	--	--

Kurs-Nr.

Kurstitel

EURO

Name/Vorname der Kursteilnehmerin/des Kursteilnehmers

Straße/Hausnummer

PLZ

Wohnort

Geb.-Datum

männlich/weiblich/divers

E-Mail (Angabe freiwillig)

Telefon privat

dienstlich

Handynummer (Angaben freiwillig)

Auszug aus der Benutzungs- und Entgeltordnung: Wenn die Teilnehmerzahl erreicht ist und der Kurs beginnen kann, unterrichtet Sie die VHS schriftlich. Alle Unterlagen sind in der 1. Kursstunde abzugeben. Das Entgelt wird im SEPA-Lastschriftverfahren abgebucht. Zahlung per Rechnung oder in bar ist möglich. Ratenzahlungen können gesondert beantragt werden. Das Formular erhalten Sie über die VHS. Dieses wird zur weiteren Bearbeitung an die Stadtverwaltung übergeben.

Ich bin über 16 Jahre alt.

Ich beantrage Entgeltermäßigung aufgrund

Schüler/Student

Empfänger von Sozialleistungen

Inhaber Sozialpass, Ehrenamts-card. (Entsprechende Nachweise als Kopie sind beigelegt.)

Ich habe die Benutzungs- und Entgeltordnung der VHS im Amtsblatt, auf dem Aushang oder auf der Website gelesen/zur Kenntnis genommen und erkenne diese an.

Datum Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten)

Ich stimme zu, dass meine persönlichen Daten zu dienstlichen Zwecken der VHS-Verwaltung mit Hilfe einer Datenverarbeitungsanlage erfasst und gespeichert werden.

Datum Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten)

Sie können sich persönlich, per Fax: 0 36 81/80 60 6-21, E-Mail: info@vhs-suhl.de, Internet: www.vhs-suhl.de oder schriftlich in der Volkshochschule Suhl, Meininger Str. 89, 98529 Suhl anmelden. Diese Anmeldung ist verbindlich.

WIR SIND FÜR SIE DA

MEHR SERVICE

Kaufen Sie vor Ort, **sparen** sie sofort!

Partner-Karte zeigen und **bares Geld sparen!*** In Kombination mit der Spangenberg-Kundenkarte erhalten Sie **Rabatte von bis zu 10%.***



*Verschreibungspflichtige Medikamente nur gegen Rezept. Keine Boni u. Rabatte auf Zuzahlungen u. verschreibungspflichtige Medikamente. Rabatt nur auf eine Partnerkarte pro Einkauf, kombinierbar mit der Spangenberg-Kundenkarte für max. Bonus.

Kunden parken **kostenlos!**

In Ihrer Spangenberg-Apotheke im **Suhler Steinweg** bekommen Sie bei jedem Einkauf bzw. bei jeder Rezepteinlösung gegen Vorlage Ihres Parkscheins **bis zu einem Euro Parkgebühren zurück erstattet.**



Dies gilt auch für Busfahrtscheine!!!

In den Spangenberg-Filialen in **Schleusingen** und in **Zella-Mehlis** finden Sie jede Menge **kostenlose Parkplätze** direkt vor unseren Apotheken.



Suhl
im Steinweg
Tel. (03681) 79130
Mo-Fr 8:00-18:30 Uhr
Sa. 8:00-14:00 Uhr

Zella-Mehlis
im A71-Center
Tel. (03682) 460915
Mo-Fr 8:00-19:00 Uhr
Sa. 8:00-18:00 Uhr

Schleusingen
im MEGA-Center
Tel. (036841) 559202
Mo-Fr 8:00-18:30 Uhr
Sa. 8:00-15:00 Uhr

Mehr Beratung. Mehr Service. Mehr Produkte.

spangenberg.
Inh. Marco Heusinger e.K.