



# STADTTEIL-PROGRAMM

FEBRUAR 2019–SEPTEMBER 2019

volkshochschule stuttgart  
[www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)

BOTNANG  
FEUERBACH  
MÜHLHAUSEN  
MÜNSTER  
STAMMHEIM  
WEILIMDORF  
ZUFFENHAUSEN

# Inhaltsverzeichnis

## **Botnang – ab Seite 2**

Schätze des Stadtteils; Alltagswissen;  
Kultur – Kunst – Geschichte; Bewegung – Tanz – Entspannung;  
Englisch

## **Feuerbach – ab Seite 12**

Schätze des Stadtteils; Kultur – Kunst – Geschichte;  
Italienisch; Japanisch; Portugiesisch

## **Mühlhausen – ab Seite 16**

Alltagswissen; Kultur – Kunst – Geschichte;  
Bewegung – Tanz – Entspannung; Englisch

## **Münster – ab Seite 22**

Schätze des Stadtteils; Englisch

## **Stammheim – ab Seite 24**

Kultur – Kunst – Geschichte; Bewegung – Tanz – Entspannung

## **Weilimdorf – ab Seite 28**

Schätze des Stadtteils; Alltagswissen; Persönlichkeitsentwicklung;  
Kultur – Kunst – Geschichte; Genuss und Kreativität; Bewegung  
– Tanz – Entspannung; Englisch; Griechisch; Italienisch

## **Zuffenhausen – ab Seite 45**

Schätze des Stadtteils; Alltagswissen;  
Persönlichkeitsentwicklung; Kultur – Kunst – Geschichte;  
Genuss und Kreativität; Bewegung – Tanz – Entspannung;  
Französisch; Italienisch; Spanisch

Allgemeine Geschäftsbedingungen – ab Seite 62

## **Liebe Leserin, lieber Leser,**



ein neues Jahr hat begonnen und vor Ihnen liegt ein neues umfangreiches Programm für die Stadtbezirke. Mit großem Engagement, Begeisterung und vielfältigen Ideen haben die Stadtteilbeauftragten ein Angebot zusammengestellt, das zum einen Bedürfnisse aus dem Bezirk aufgreift und zum anderen die Besonderheiten des Bezirks darstellt. Damit leisten die Stadtteilbeauftragten einen wesentlichen Beitrag für ein erfolgreiches Bildungsangebot.

2019 ist ein großes Jahr für die Volksbildung in Stuttgart. 1919 wurde die Volkshochschule stuttgart durch Robert Bosch und Theodor Bäuerle gegründet, um durch Persönlichkeits- und Gemeinschaftsbildung die Demokratie zu stärken. Diese Grundprinzipien von Volksbildung finden sich auch in der heutigen Bildungsarbeit der vhs. Eine lebendige Demokratie braucht Menschen, die sich beteiligen und ihren Wohnort mitgestalten wollen. Um die Menschen dabei zu unterstützen, braucht es Räume für die persönliche Weiterbildung, für die Begegnung mit anderen Kulturen und für die Erweiterung des eigenen Horizonts. Diese Räume schafft die vhs in den Bezirken unter anderem durch vielfältige Kooperationen mit Vereinen, Bürgerhäusern und Familienzentren. Dadurch können Prozesse der Gemeinschaftsbildung initiiert und unterstützt werden, denn wir lernen am besten gemeinsam.

Einzelne Besonderheiten aus dem aktuellen Heft möchte ich hier kurz erwähnen. Eine Neuheit in Stammheim und Weilimdorf ist jeweils ein kompaktes Studium Generale (Kurs 191-39005 und Kurs 191-39045). Darüber hinaus können Sie sich in Weilimdorf über Landschildkröten und die Auffangstation von Christin Kern informieren und damit eine Reise in ein „Land vor unserer Zeit“ machen (191-39040). Ein Stück Geschichte können Sie mit dem Verein Schutzbauten Stuttgart e.V. beim Aufstieg im Hochbunker am Pragsattel (191-08260) und in Plieningen beim Wandern auf Franziska von Hohenheims Fildern erleben (191-09040).

Mein Dank gilt vor allem dem Engagement der Stadtteilbeauftragten.

Ihnen wünsche ich spannende Lernerlebnisse und Lernerfahrungen in den Kursen der vhs.

Mit freundlichen Grüßen

Werner Wölfl  
Bürgermeister

### Schätze des Stadtteils

---

#### **Das Wohnen der Zukunft: gemeinschaftlich und selbstverwaltet**

Der Kesselhof in Stuttgart Botnang

Der Kesselhof in Botnang schafft, was bisher in Stuttgart unmöglich schien: Wohnraum für ca. 15 Menschen, dauerhaft bezahlbaren Wohnraum für Jung und Alt, selbstverwaltet und gemeinschaftlich. Besonders daran ist, dass der Kesselhof nach dem Modell des Miethäuser Syndikats funktioniert. Das bedeutet, dass sich die Häuser nicht in Privatbesitz befinden, sondern Gemeineigentum sind. Damit wird das alte Konzept von Gemeineigentum und Allmende, sowie die ersten Projekte gemeinschaftlichen Wohnens und Arbeitens von vor über 200 Jahren neu interpretiert und weiter entwickelt. Wie dieses Modell genau funktioniert und wie das Wohnen im Kesselhof aussieht, stellen Ihnen die Kesselhofer/innen vor Ort vor.

#### **191-56340**

Karin Eizenhöfer

Mi 10.04.19 18.30–20.30

Der Verein freut sich über eine kleine Spende  
Kesselhof, Sommerhaldenstr. 10a/b, 70195 Stuttgart

#### **Mobile Wege ins Internet: Vortrag – Smartphone, Tablet, Pad**

Dieser Vortrag richtet sich an all jene, die bisher noch kein Smartphone oder Tablet haben und über einen Kauf oder einen Wechsel von ihrem bisherigen PC/Notebook/Telefon zu den „smarten“ Alternativen nachdenken.

Informieren Sie sich über die Möglichkeiten, die die mobilen Geräte bieten: Telefonieren, Nachrichten versenden, Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Reisen planen, Haustechnik überwachen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Gerätetypen (Smartphone, Tablet, Reader) und ihren Einsatzmöglichkeiten.

#### **191-07721**

Alfred Gehrlach

Mi 03.04.19 14.00–16.15

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart  
EUR 18.00

## Kultur – Kunst – Geschichte

---

#### **Trommeln für Alle**

Trommeln ist Spaß und Entspannung pur! Wir trommeln feurig und meditativ. Der Alltag wird dabei vergessen. Die Kursthemen sind Grundlagen, Anschlagstechnik, verschiedene Trommelrhythmen, Bodypercussion, Kleinpercussion und Notierung zum Üben zu Hause. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Unterricht ist logisch aufgebaut und gut strukturiert. Die Kursleiterin ist wesentlich beeinflusst vom latin style mit seiner leichten Anschlagstechnik. Bitte nach Möglichkeit eine eigene Trommel (z. B. Djembe, Conga) mitbringen. Einige Leihinstrumente stehen zur Verfügung (Leihgebühr: 8.00 EUR, direkt im Kurs). Falls Sie eins benötigen, schicken Sie bitte bis spätestens eine Woche vor dem Kurs eine E-Mail an [info-percussion-wandern@gmx.de](mailto:info-percussion-wandern@gmx.de).

Bitte Trommel und kleines Vesper mitbringen.

#### **191-30938**

Renate Dorothea Rauschenbach

Sa 29.06.19 10.00–13.45

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart  
EUR 23.00

---

## Kulturlehrgang

### Über die Liebe

Wir widmen uns den unterschiedlichsten Facetten des Themas „Liebe“. Im Herbst – Wintersemester 2019/20 setzen wir einen anderen Themenschwerpunkt.

#### 191-02300

Dozent/innen-Team

Do 14.03.19 -18.07.19 jew. 10.00–12.30, 15-mal (mit Pause)

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 220.00 (Vorzugspreis für den gesamten Lehrgang)

### Schon gewusst...

Dieser Lehrgang 191-02300 setzt sich aus den Kursen 191-02301 bis 191-02315 zusammen. Einzelbuchungen sind immer möglich. Für den gesamten Lehrgang und für alle einzelnen Themenblöcke ist keine Ermäßigung möglich.



---

## Geschichte

Mahatma Ghandi Symbolfigur für gewaltlosen Widerstand  
Sein Leben lang kämpfte Mahatma Ghandi mit friedlichen Mitteln für die Befreiung des indischen Volkes von der britischen Kolonialherrschaft. Eine seiner berühmten gewaltlosen Protestaktionen war der „Salzmarsch“. Im März 1930 führte er Hunderttausende Inder über eine Strecke von 380 Kilometern von Ahmadabad nach Dandi, um dagegen zu demonstrieren, dass Inder hohe Steuern für das Salz bezahlen müssen, das im eigenen Land gewonnen wird. Der Protestmarsch hatte Erfolg: Die britische Kolonialregierung gestattete den Indern Salzgewinnung für den Eigenbedarf.

#### 191-02301

M.A. Holger Starzmann

Do 14.03.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

---

## Philosophie

Die Masken des Eros

In Platons „Symposion“ wechselt Dichtkunst und philosophische Reflexion. Die Liebe erscheint in den Reden der männlichen Teilnehmer des Gastmahls und im Gespräch zwischen Diotima und Sokrates in sehr unterschiedlichen, ja widersprüchlichen Gestalten: als universelle Lebenskraft, als Begehren und Trieb, als Antrieb für die Suche nach den Ideen, nach Vollkommenheit. Die Erotik ist spürbar in der Atmosphäre dieser nächtlichen Feier. Der „Eros“ Pla-

tons steht Freuds Auffassung der „Libido“ nahe, und ist weit entfernt von der missverstandenen „platonischen Liebe“.

#### 191-02302

Dr. Reinhard Nowak

Do 21.03.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

---

## Philosophie

Liebe ist ein Ereignis

„Liebe ist ein Ereignis, aus dem eine Geschichte werden kann oder ein Geschick.“ Hannah Arendt war eine große, offenherzige und zugreifend begreifende Schriftstellerin: „Zur Abgrenzung: Gefühle habe ich; die Liebe hat mich. Freundschaft ist wesensmäßig abhängig von ihrer Dauer – eine zwei Wochen alte Freundschaft existiert nicht; die Liebe ist immer ein „coup de foudre.“ (Denktagebücher, 1950) – Liebe, Ehen, Freundschaften und Denken gehören zusammen.

#### 191-02303

Dr. Reinhard Nowak

Do 28.03.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

---

## Gesellschaft

Privatleben als politisches Statement –

Liebe und Sexualität in den 1960er-Jahren

Mit dem Hedonismus der 1960er-Jahre ging, durch die Pille unterstützt, eine freie, von Ehe und Familie gelöste Sexualität einher. Das etwa im 1967 im „Summer of Love“ kulminierende Abkoppeln der körperlichen von der emotionalen Liebe wurde nicht selten zum politischen Programm: „Wer zweimal mit der gleichen pennt, gehört schon zum Establishment“ lautete ein weit verbreiteter Spottspruch. Gelebt wurde das promiskuitive Ideal u. a. in Wohngemeinschaften wie der Berliner Kommune 1.

#### 191-02304

M.A. Markus Golser

Do 04.04.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Hirnforschung

Liebe ist Biochemie – und was noch?

Verliebt sein entfacht im Gehirn ein chemisches Feuerwerk. Und auch wenn sich später der Sturm der Gefühle legt, spielen Hormone eine wichtige Rolle. Ist damit schon alles über eines der großen Mysterien in unserem Leben gesagt? Ob sich Liebe wirklich auf die Neurochemie im Gehirn reduzieren lässt, ist umstritten. In vielem steht die Neurowissenschaft der Liebe erst am Anfang. Bisher jedenfalls lässt sich die Komplexität der Liebe nicht im Labor abbilden.

### 191-02305

Dr. Marie-Luise Hepp

Do 11.04.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Kunstgeschichte

Zwischen Kongenialität und Konkurrenz – Künstlerpaare des 20. Jahrhunderts

Seit Ende des 19. Jahrhunderts gab es zahlreiche Künstlerpaare die unterschiedliche Formen des gemeinsamen Lebens und Arbeitens entwickelten. So unterschied sich z. B. Beziehungsgefüge und –hierarchie der beiden im Kern des Blauen Reiters stehenden Künstlerpaare Gabriele Münter und Wassily Kandinsky, Marianne von Werefkin und Alexej von Jawlensky erheblich. Hinterfragt werden soll der kreative Austausch zwischen Kongenialität und Konkurrenzdenken auch am Beispiel gemeinsamer Projekte von Niki de Saint-Phalle und Jean Tinguely, der fast symbiotischen Zusammenarbeit zwischen Marina Abramovic und Ulay oder dem zur gemeinsamen Marke Gilbert & George verschmelzenden schwulen Künstlerduo.

### 191-02306

M.A. Markus Golser

Do 02.05.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Musik

Robert und Clara Schumann –

Liebes- und Leidensgeschichte der Romantik

Die Liebes- und Leidensgeschichte von Clara Wieck und Robert Schumann soll eine der romantischsten der ganzen Musikgeschichte gewesen sein: Der geniale Jüngling liebt eine junge Pianistin von europäischem Ruhm, der Vater des Mädchens lehnt den jungen Komponisten in Bausch und Bogen ab, verfolgt ihn mit Hass und seine Tochter mit Beleidigungen. Über vier Jahre müssen beide um ihr Glück kämpfen, Jahre voller Freude und Vorfremde, voller Tiefschläge und Verzweiflung. Und – es gibt kein Happy End. Um es mit

Claras Worten zu sagen „die Liebe ist schön, aber, aber ...“

### 191-02307

Hedwig Noebels

Do 09.05.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Literatur

Kabale und Liebe

In dem 1784 erschienenen und uraufgeführten Drama 'Kabale und Liebe' übt Friedrich von Schiller in sehr direkter Weise Kritik an den politischen Zuständen in den Fürstentümern in denen Willkür, Mätressenwirtschaft, Verkauf von Landeskindern herrschen. Das bürgerliche Trauerspiel kontrastiert die verrottete Moral des Hofes mit der Tugend des Bürgertums. Im Mittelpunkt des Sturm-und-Drang-Stücks steht die tragische Liebesbeziehung zwischen Angehörigen verschiedener Stände: zwischen dem Adligen Ferdinand und der Musikertochter Luise Miller. „Kabale und Liebe“ eroberte rasch die Bühne und gehört zu den großen Klassikern des deutschen Dramas.

### 191-02308

M.A. Carl Häser

Do 16.05.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Literatur .

„Anna Karenina“ und „Gelächter im Dunkel“ –  
Liebe – leidenschaftlich und tragisch  
Zwei russische Autoren – ein Thema

Bei der wundervollen Anna Karenina scheitert die bedingungsvolle Liebe zu dem jungen Offizier Graf Wronski und führt zu Eifersucht, Hass und Verzweiflung. Die Tragödie einer Frau wird bei Leo Tolstoi zum unerbittlichen Porträt der russischen, adligen Gesellschaft des 19. Jahrhunderts. Ähnlich verhält es sich in Vladimir Nabokovs Roman über eine Liebe in Berlin der 1920er Jahre. Albinus, reich, angesehen und glücklich, verlässt um eines jungen Mädchens willen eines Tages seine Frau; er liebt; wird nicht geliebt; und sein Leben endet ebenfalls in einer Katastrophe....

### 191-02309

M.A. Elena Konson

Do 23.05.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Kunstgeschichte

### Die Liebe zum Selbst im Bild und im Selfie

Im Zeitalter von Instagram, Twitter, Snap-Chat und Facebook ist Selbstdarstellung aktueller und populärer denn je. Selbstdarstellungen im Mittelalter huldigten das Sakrale, spätestens aber seit der Renaissance dienten sie der Selbstinszenierung des Künstlers. Wir befassen uns u.a. mit den Selbstbildnissen bei Dürer, der barocken Rollen-Vielfalt bei Rembrandt und den Selbstportraits im 19. Jahrhundert. In der Popart vor 50 Jahren erreichte die Selbstdarstellung einen neuen Schwung. Und heute? Um was geht es „der Mutter der Selfies“, der Künstlerin Cindy Sherman in ihren Selbstinszenierungen? Setzen Selfies neue Maßstäbe, die inzwischen kunst-würdig werden?

### 191-02310

M.A. Sabine Lutzeier

Do 06.06.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Poesie

### „Du bist mein Begehren“

Wir befassen uns mit der Liebeslyrik vergangener Zeiten: Mit Heine „Dass du mich liebst, das wusste ich“..., mit Goethe „Im holden Tal, auf schneebedeckten Höhen“, mit von Eichendorff „Dein Bildnis wunderselig...“, mit Rilke „Ich möchte dir ein Liebes schenken..“. Ebenso werden weitere Liebesgedichte des 13./14. Jahrhunderts besprochen: Mechthild von Magdeburg 1207-1282 (Deutschland), Francesco Petrarca 1304-1374, „Sonett 164“ (Italien) sowie Liebesgedichte des 15./16. Jahrhunderts „Sonett“ aus Spanien von Gaspar Gil Polo 1535-1591 und Luis Martinez de la Plaza 1585-1635, „Im Golf der Liebe treib ich“.

### 191-02311

M.A. Carl Häser

Do 27.06.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Literatur und Kunst

### Romantische Liebe – Ein(-)Blick in die Literatur und Kunst der Deutschen Romantik

Anhand ausgewählter Bilder und Texte der deutschen Romantik – u.a. Schlegels Roman „Lucinde“, der Ende des 18. Jahrhunderts ethische und moralische Erschütterung hervorrief – soll gezeigt werden, dass die Liebesthematik in der Epoche der Blauen Blume

ein wesentlich kritischeres Potenzial enthält als wir durch den alltagssprachlich zum Klischee gewordenen Begriff von der „romantischen Liebe“ vermuten.

### 191-02312

M.A. Anette Ochsenwadel

Do 04.07.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Kunstgeschichte

### MAGIE – die Liebe zu den Dingen

Die realistisch und zugleich magisch gemalten Gegenstände in den flämischen Stilleben faszinieren und verzaubern bis heute. Zu allen Zeiten, in sämtlichen Kulturen und Religionen entdeckten die Menschen das Magische beispielsweise in der Natur oder in Gegenständen. Das Seminar wird begleitet von Inputs über Kunst und Künstler, die sich bis in die Jetzt-Zeit mit Magie beschäftigen oder die selbst „magisch“ wirken. Aby Warburg und Erwin Panofsky sowie zeitgenössische Intellektuelle zeigen in ihren Werken ihre Vorstellungen von Transzendenz und Mystik und versuchen mit ihrer Kunst die übertechnisierte und entzauberte Welt wiederzubeleben.

### 191-02313

M.A. Sabine Lutzeier

Do 11.07.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Philosophie

### Liebe in Zeiten der Selbstoptimierung: Theoretische Ansätze und künstlerische Positionen

Jenseits einer romantischen Liebessemantik, wie man sie aus der Literatur, aus Film und Fernsehen von zahlreichen Love Songs kennt, beschäftigen wir uns hier mit der Liebe als sozialer und kultureller Praxis. An Beispielen von Alain Badiou „Lob der Liebe“, Erich Fromm „Die Kunst des Liebens“ u.a. werden wir der Frage nachgehen, wie sich Liebeskonfigurationen im 20. Jahrhundert verändern, besonders die Bilder der Liebe in den Künsten und im Film.

### 191-02314

Dr. Igor Wroblewski

Do 18.07.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Biographie

Über die Liebe und das Leben – Frida Kahlo

Sie führte ein intensives emotionales Leben und stach besonders durch ihre hervorragenden Fähigkeiten als Malerin und Poetin aber auch durch ihre stürmische Liebesaffäre mit ihrem ersten und zweiten Mann, dem gefeierten Diego Rivera, hervor. Ihre Lektionen von Liebe spiegelten das Leiden wider, das man in ihrer Kunst, besonders in ihren Selbstporträts, sehen kann. Bisexuell, und in einen Mann verliebt, der nicht wusste, wie er nur sie lieben kann, hat Frida Kahlo bewiesen, dass es möglich ist, ein Leben durch die Trauer und den Schmerz von Liebe zu leben.

### 191-02315

Jutta Menzel

Do 25.07.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

## Bewegung – Tanz – Entspannung

### Von der Gymnastik zum Modern Jazz Dance

Aus den Elementen des Modern Jazz mobilisieren wir den ganzen Körper mit Musik. Durch Spannung und Entspannung, Stretching und Kräftigungsübungen, Balance und Isolation finden wir zur Körpermitte. Einfache Schrittkombinationen regen Atmung, Herz und Kreislauf an. Atemübungen runden das ganzheitliche Konzept ab. Wer sich gerne bewegt, einen Ausgleich zum Arbeitsalltag und eine Balance zwischen Körper und Geist schaffen will, ist hier richtig.

### 191-30132

Gudrun Brehler

Mi 20.02.–03.07.19 jew. 19.00–20.30, 15-mal

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 140.00

## Englisch

### Englisch, Conversation (B1)

#### 191-64680

Hazel Britton

Di 19.02.–28.05.19 jew. 09.00–10.30, 12-mal

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 118.00 inkl. Kursunterlagen

reduzierte Teilnehmerzahl

### Englisch, Brush up your English (B1)

#### 191-64684

Hazel Britton

Di 19.02.–28.05.19 jew. 10.30–12.00, 12-mal

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 152.00 Kleingruppe

inkl. Kursunterlagen

#### 191-64696

Patricia Kolossa

Mi 20.02.–03.07.19 jew. 09.30–11.00, 15-mal

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 140.00 reduzierte Teilnehmerzahl

ab Lektion 12, Lehrbuch: New Headway Pre-Intermediate, Cornelsen

Verlag, ISBN 0-19-437876-4

## Schätze des Stadtteils

### Das Stuttgarter Polizeimuseum

Spektakuläre Verbrechen aus zwei Jahrhunderten

Führung

In eindrucksvollen Themeninseln präsentiert das neue Polizeimuseum Stuttgart Polizeiarbeit aus zwei Jahrhunderten. Faszinierende Einblicke in die Techniken der Tatortarbeit und Spurensicherung, damals wie heute, sowie eine „wertvolle“ Falschgeldsammlung und eine authentisch inszenierte Polizeiwache aus den 60er Jahren warten auf Sie. Die dunkle Rolle der Stuttgarter Polizei während des Nationalsozialismus wird eingehend beleuchtet, die neuen Herausforderungen an die Polizeiarbeit zu Zeiten der RAF thematisiert. Darüber hinaus werden Polizeiuniformen vom 19. Jahrhundert bis in die Gegenwart, die Entwicklung des Straßenverkehrs und die damit verbundenen Polizei-Aufgaben sowie viele andere spannende polizeihistorische Original-Exponate auf der 220 qm großen Ausstellungsfläche präsentiert.

Als Beispiel für herausragende Museumsarbeit hat das Polizeimuseum 2016 den „Lotto Museumspreis Baden-Württemberg 2016“ erhalten!

Bitte unbedingt Personalausweis oder Reisepass mitbringen!  
Diese Führung eignet sich für Personen ab 16 Jahren.

### 191-08250

N.N.

Fr 05.04.19 16.30–18.30

EUR 9.00

Treffpunkt: Vor dem Haupteingang des Polizeipräsidium Stuttgart (Pragsattel), Hahnemannstraße 1, 70191 Stuttgart

### Der Hochbunker am Pragsattel

Führung

Er ist wohl eines der bekanntesten und markantesten Bauwerke der Stadt – im Volksmund noch immer als Bosch Turm bekannt, erinnern sich nur wenige daran, welchen Zweck dieser Turm hatte. Konstruiert wurde der Bunker Anfang der 40er Jahre vom bekannten Architekten Paul Bonatz. Die Führung gibt Einblicke in bauwerkstypische Gegebenheiten und in seine wechselvolle Nutzung: vom Schutzbunker, Wasserspeicher, Flakstellung, Männerwohnheim. Mitte der 60er Jahre wurde der Bunker dem Zivilschutz unterstellt und für den Kalten Krieg umgebaut mit Messstelle für Radioaktivität. Heute beherbergt er unter anderem eine Ausstellung über den Selbstschutz im Katastrophenfall.

Nutzen Sie die seltene Gelegenheit und steigen Sie mit Herrn Zielfleisch, Vorsitzender des Vereins Schutzbauten Stuttgart, über eine

Wendeltreppe die acht Stockwerke zu Fuß im Bunker auf und lassen sich die wechselvolle Geschichte dieses Gebäudes erläutern.

Im Bunker ist es kühl. Bitte bringen Sie eine Jacke mit. Achten Sie auf festes und sicheres Schuhwerk.

Für Gehbehinderte ist die Führung nicht geeignet (kein Aufzug).

### 191-08260

Rolf Zielfleisch

Sa 18.05.19 15.00–16.30

EUR 19.00

Anmeldung erforderlich. Kostenfreier Rücktritt bis 08.05.2019 möglich!

Treffpunkt: Heilbronner Str. 239, 70469 Stuttgart, Eingang West beim Turm am Pragsattel

### Schon gewusst...



Bitte auch zu Wanderungen, Spaziergängen und Führungen regulär anmelden.

### Feuerbacher Stadt-Geschichten

Ein Stadtspariergang zu Feuerbacher Bauten, selten beachteten Orten und schrulligen Originalen. Feuerbach? Ist das nicht der Stadtteil mit den vielen Industriebauwerken und Autotunnels? Und ob! Aber Feuerbach hat auch ganz andere Seiten, die seine Bewohner überaus schätzen. Außerdem hat es eine spannende Geschichte und markante Persönlichkeiten, deren Spuren man heute noch an so manchen Stellen entdecken kann. Auf einem kurzweiligen Spaziergang wandern wir durch die Zeiten, entlang der Römerstraße, vorbei an den Zeugnissen der mittelalterlichen Siedlung mit Wehrkirche, an Brunnen und Kelter, an stolzen Bürger- und Fabrikantenhäusern, historischen Schul- und Festgebäuden der Gründerzeit, bis hin zum heutigen Rathaus und dem Geschichtswinkel. Spannende Stadt-Geschichten finden sich in Feuerbach an jeder Ecke, wenn man weiß auf man was man achten kann!

### 191-08740

Annette Schmidt

Jutta Sailer-Paysan

So 07.04.19 15.00–17.00

EUR 11.00

Treffpunkt: Rudolf-Gehring-Platz (an der Kelter), Feuerbach  
Endpunkt des Rundgangs: Wilhelm-Geiger-Platz



# Kultur – Kunst – Geschichte

## Einstieg in das Klavierspiel

War es immer schon Ihr Traum, Klavier spielen zu können, Sie wussten aber nicht wie? An einem Kompaktwochenende bieten wir Ihnen die Möglichkeit, in das Musizieren am Klavier einzusteigen. Der Kurs ist so konzipiert, dass Vorkenntnisse nicht erforderlich sind und, dass Ihnen das Erlernen der Notenschrift, das Spielen nach Gehör und Noten bereits mit einfacher Begleitung möglich sein wird. So schaffen wir eine gute Grundlage und Motivation für Ihre selbständigen Übungen im Anschluss an den Kurs.

In Kooperation mit dem Freien Musikzentrum Feuerbach.

### 191-27240

Andreas G. Winter

Sa 06.04.19 14.30–18.00

So 07.04.19 10.30–13.00

Freies Musikzentrum, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 89.50

### 191-27241

Andreas G. Winter

Sa 18.05.19 14.30–18.00

So 19.05.19 10.30–13.00

Freies Musikzentrum, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 89.50

## Italienisch

### Italienisch, Grundstufe II (A1)

#### 191-71710

Gianmarco Iadicicco

Mo 18.02.–01.07.19 jew. 19.35–21.05, 15-mal

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 105.00

ab Lektion 4, Con piacere nuovo A1, Klett Verlag

### Italienisch, Comunicare (B1)

La prima mezz'ora verrà dedicata alla libera espressione. Dopo leggeremo testi di letteratura o di attualità per discuterne insieme. Non mancheremo di ripetere e approfondire punti importanti della grammatica come i doppi pronomi o la consecutio temporum. Il lessico si farà sempre più preciso.

### 191-72340

Stefan Scheib

Di 19.02.–30.04.19 jew. 19.00–20.30, 8-mal

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 102.00 inkl. Kursunterlagen

Kleingruppe

## Japanisch

### Japanisch, Grundstufe I (A1)

#### 191-73015

Kumiko Rosenberg

Do 14.03.–04.07.19 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 112.00 reduzierte Teilnehmerzahl

ab Lektion 1, Marugoto – Japanese language and culture. Starter,

A1 Katsudoo und A1 Rikai

## Portugiesisch

### Portugiesisch, Grundstufe I (A1)

#### 191-74610

Flavia Mattar

Mo 18.02.–27.05.19 jew. 19.30–21.00, 12-mal

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 112.00 reduzierte Teilnehmerzahl

ab Lektion 1, Oi Brasil! aktuell A1, Hueber Verlag

### Portugiesisch, Grundstufe II (A1)

#### 191-74640

Flavia Mattar

Mo 18.02.–27.05.19 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 112.00 reduzierte Teilnehmerzahl

ab Lektion 4, Oi Brasil! aktuell A1, Hueber Verlag

## Alltagwissen

---

### **Mobile Wege ins Internet:**

#### **Vortrag – Smartphone, Tablet, Pad**

Dieser Vortrag richtet sich an all jene, die bisher noch kein Smartphone oder Tablet haben und über einen Kauf oder einen Wechsel von ihrem bisherigen PC/Notebook/Telefon zu den „smarten“ Alternativen nachdenken.

Informieren Sie sich über die Möglichkeiten, die die mobilen Geräte bieten: Telefonieren, Nachrichten versenden, Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Reisen planen, Haustechnik überwachen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Gerätetypen und ihren Einsatzmöglichkeiten.

**191-07723**

Alfred Gehrlach

Do 09.05.19 14.00–16.15

EUR 18.00

Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut, Flamingoweg 24,  
70378 Stuttgart

### **Konstruktiver Umgang mit Konflikten – Schnupperkurs**

Nicht nur im beruflichen Alltag sind Konflikte und Reibungsverluste unvermeidlich und manchmal sogar notwendig. Doch empfinden wir sie meist als lästig, energie- und zeitraubend. Gerade deshalb ist es wichtig, rechtzeitig gegenzusteuern, denn Konflikte können die Leistungsfähigkeit und Gesundheit stark beeinträchtigen.

In diesem „Schnupperkurs“ schauen wir uns typische Konflikte und ihre Ursachen an und Sie lernen Möglichkeiten kennen konstruktiv mit Ihnen umzugehen.

Inhalte:

- Konfliktursachen: Wie kommt es zu Konflikten?
- Konfliktanalyse: Sach- oder Beziehungsebene?
- Voraussetzungen für konstruktive Kommunikation und Konfliktlösung
- Das Modell der gewaltfreien Kommunikation zur Konfliktlösung

Methoden:

Input, Übungen im Plenum, Einzelarbeit

**191-07611**

Birgit Opielka

Di 02.04.19 18.00–21.00

Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut, Flamingoweg 24,  
70378 Stuttgart  
EUR 28.00

### **Ebru-Malerei**

Ebru ist eine faszinierende Kunst, die vor Jahrhunderten in Zentralasien entstand und ihre Blütezeit etwa im 15. Jahrhundert in der heutigen Türkei fand. Wir bieten einen Malkurs an, in dem Sie diese besondere Kunst erlernen können. Bei dieser Art des Malens werden in einer dafür vorgesehenen Wanne („tekne“) verschiedene Farbmischungen auf Leimwasser („kitre“) aufgetragen und mit Spezialpinseln aus Rosenholz und Pferdehaar in Ornamente, Kalligraphien, Blüten oder Muster verzogen. Die Farben werden behutsam vermischt und finden so ihren eigenen Weg zu interessanten Strukturen. Es entstehen eindrucksvolle Bilder, die anschließend mit einem Blatt Papier vom Wasser abgezogen werden.

In Kooperation mit dem Verein StuFem e. V.

Bringen Sie bitte eine Schürze mit, als Schutz für die Kleidung!

**191-36609**

Selma Kazanci

So 31.03.19 13.00–16.00

Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut, Flamingoweg 24,  
70378 Stuttgart

EUR 28.00 inkl. EUR 7.00 Material

### **Manga Zeichnen**

Eine Figur entwerfen und in Szene setzen, ob für eine Geschichte oder eine fantasievolle Illustration? Wie entwerfe ich eine Manga-Figur und setze Sie richtig in Szene? Wie zeichne ich Details, z.B. Reflexion in den Augen? Wie entwerfe ich den Hintergrund? Wie setze ich Licht, Schatten und schaffe die nötige Räumlichkeit? Bitte mitbringen: Spaß am Zeichnen, Bleistifte, Radiergummi, Spitzer, feiner schwarzer Filzstift und Papier. Gerne auch verschiedene Buntstifte oder bunte Filzstifte.

**191-39131**

Sabine Huber

Sa 25.05.19 10.00–18.00

EUR 27.00

Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut, Flamingoweg 24,  
70378 Stuttgart

# Bewegung – Tanz – Entspannung

## Yoga am Abend in Neugereut

Im Kurs üben wir Hatha-Yoga. Als körperorientierter Übungsweg umfasst er dynamische und statische Körperübungen, Atemübungen, Vorstellungs- und Konzentrationsübungen sowie Entspannungstechniken.

### 191-47070

Marion Delsor

Do 21.02.–06.06.19 jew. 19.30–21.00, 12-mal

EUR 89.00

Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut, Flamingoweg 24,  
70378 Stuttgart

## Der trainierte und entspannte Rücken in Mönchfeld

Mit Dehn-, und Atemübungen aus dem Qigong und weiteren Entspannungsmethoden, starten wir in Balance und mit neuer Energie in die Woche. Das Ziel dieses Kurses ist, den eigenen Rücken besser wahrzunehmen, Beweglichkeit und Stabilität zu verbessern und Lockerheit im Rücken zu erreichen. Zu Musik werden wir mit dem Rücken tanzen. Hierdurch können sich gegebenenfalls Blockierungen und Belastungen des Alltags lösen. Die Dozentin ist ausgebildete Physiotherapeutin und beschäftigt sich schwerpunktmäßig mit ganzheitlichen Trainingsmethoden. Das Angebot ist für Menschen aller Altersklassen geeignet.

### 191-48550

Anda Lena Kalnins

Mo 18.02.–15.07.19 jew. 18.00–19.00, 17-mal

EUR 101.00

Evang. Kirchengemeinde Mönchfeld, Barbenweg 13,  
70378 Stuttgart

### 191-48555

Anda Lena Kalnins

Mo 18.02.–15.07.19 jew. 19.30–20.30, 17-mal

EUR 101.00

Evang. Kirchengemeinde Mönchfeld, Barbenweg 13,  
70378 Stuttgart

## Bauch, Beine, Po & Rücken

in Neugereut

Nach einem gelenkschonenden und kreislaufanregenden Aufwärmen wird die Bauch-, Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur durch viele Wiederholungen, große und kleine Bewegungen gekräftigt. Ergänzend erfolgt die Kräftigung der Rückenmuskulatur, abschließend sanftes Dehnen und Entspannen des gesamten Körpers. Bitte eigene Matte mitbringen!

### 191-49115

Sonja Schmitz

Mo 11.03.–15.07.19 jew. 19.00–20.00, 15-mal

EUR 84.00

Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut, Flamingoweg 24,  
70378 Stuttgart

## Fitness Mix

in Neugereut

Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen längerfristig dazu, dass Muskulatur ab-, der Fettansatz aufgebaut wird und das Kreislaufsystem allmählich seine Leistungsfähigkeit verliert. Alle Formen von Fitnessstraining wirken diesem Prozess entgegen. Geschult werden Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit, Kraft und Ausdauer. Je nach Stundenaufbau bilden Entspannungsübungen den Abschluss. Bitte eigene Matte mitbringen!

### 191-50078

Sonja Schmitz

Mo 11.03.–15.07.19 jew. 18.00–19.00, 15-mal

EUR 84.00

Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut, Flamingoweg 24,  
70378 Stuttgart

## Zumba®

in Neugereut

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout – ein dynamisches und effektives Fitness-Training mit lateinamerikanischer und internationaler Musik. Zumba stärkt das Selbstbewusstsein, verbrennt viele Kalorien, strafft den Körper und verbessert die allgemeine Fitness.

### 191-51462

Antonia Engelmann

Fr 15.03.–26.07.19 jew. 18.00–19.00, 15-mal

EUR 89.00

Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut, Flamingoweg 24,  
70378 Stuttgart

### Kegeln für jedermann – Workshop

Kegeln ist eine gesundheitsfördernde Präzisionssportart, bei der ein Spieler von einem Ende einer glatten Bahn aus (Kegelbahn) mit kontrolliertem Schwung eine Kugel ins Rollen bringt, um die am anderen Ende der Bahn aufgestellten neun Kegel umzulegen.

Sie werden in beiden Terminen von erfahrenen Keglern betreut. Gastronomie ist vorhanden.

#### 191-50770

Sa 29.06.19 und Sa 06.07.19

jew. 19.30–21.30

EUR 12.00 keine Ermäßigung möglich

TVC Sportlerklause Freiberg & Mönchfeld, Adalbert-Stifter-Str. 11, 70437 Stuttgart

### Jollensegelkurs

Die Segelgrundausbildung für das Jollensegeln auf dem Max-Eyth-See, die mit der praktischen Prüfung Sportbootführerschein Binnen Segeln abschließt. Vom Aufbau und zu Wasser lassen des Bootes bis zum Rettungsmanöver werden bei dieser Ausbildung alle relevanten Segelmanöver auf unseren Ausbildungsjollen trainiert. Der Max-Eyth-See ist dafür mit dem direkt angrenzenden Clubhaus der ASVS genau das richtige Revier, um mit dem Segeln zu beginnen. Erfahrene Ausbilder bringen alle Manöver bis zur Prüfungsreife bei. Die Prüfung zum Sportbootführerschein Binnenwasserstraßen unter Segel kann direkt im Anschluss an den Kurs abgelegt werden.

#### Voraussetzungen:

Theoriekurs aus dem Wintersemester oder vergleichbare Kenntnisse. Mitzubringen: Sportschuhe, wenn möglich mit heller Sohle und rutschfest, bequeme Kleidung. Je nach Wettersituation: Kopfbedeckung, Sonnenschutz, Sonnenbrille oder Regenjacke und Regenhose (Rettungswesten werden gestellt).

#### 191-52331

Akademische Seglervereinigung Stgt. ASVS e.V. Stuttgart

Sa 29.06. und So 30.06.19, Sa 06.07. und So 07.07.19,

Sa 13.07. und So 14.07.19, Sa 20.07. und So 21.07.19

jeweils von 09.00–17.30

EUR 350.00

Anmeldeschluss: 07.06.2019, danach ist kein Rücktritt mehr möglich!

Veranstaltungsort: Clubhaus der ASVS am Max-Eyth-See, Mühlhäuser Str. 303, 70378 Stuttgart

### Segeln kennenlernen beim „Tag am See“

Du siehst die Segelboote auf dem Wasser und möchtest einmal gerne selber das Segeln kennenlernen. Verbringe mit uns einen etwas anderen Tag am See, der Dir die Welt des Segelns oder auch des Wassersportes von einer ganz anderen Seite näherbringt. Segeln in Stuttgart, wer glaubt, dass das nicht geht, hat sich ge-

täuscht! Der Max-Eyth-See ist nicht so groß wie das „Schwäbische Meer“, aber er bietet durch seine gute Erreichbarkeit optimale Voraussetzungen, sich ortsnah zu Land und zu Wasser zu erholen. Lerne von begeisterten und engagierten Seglern bei einem „Tag am See“ Grundlagen und Möglichkeiten des Segelsports kennen. Ob allein, zu zweit oder mit Familie, ob jung oder jung geblieben, sportlich oder entspannt: Verbringt mit uns den Tag auf dem See und probiert es aus. Lernt zuerst im Clubraum der ASVS theoretisch kennen, wie ein Segelboot aufgebaut ist und wie sich ein Segelboot vorwärtsbewegt. Mit erfahrenen Vereinsmitgliedern geht es dann aufs Wasser. Du hilfst beim Boot zu Wasser lassen und tätigst bereits unter Anleitung erste seemännische Manöver. Vielleicht entdeckst Du einen neuen Sport mit hohem Freizeitwert für Dich, naturnah und auf lange Sicht. Denn beim Segeln heißt es: Je länger man segelt, desto besser wird man.

Mitzubringen: Sportschuhe, wenn möglich mit heller Sohle und rutschfest, bequeme Kleidung. Je nach Wettersituation: Kopfbedeckung, Sonnenschutz, Sonnenbrille oder Regenjacke und Regenhose (Rettungswesten werden gestellt).

#### 191-52332

Akademische Seglervereinigung Stgt. ASVS e.V. Stuttgart

Sa 27.07.19 14.00–18.00

EUR 30.00 (keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 12.07.2019, nach diesem Termin ist kein Rücktritt mehr möglich!

Veranstaltungsort: Clubhaus der ASVS am Max-Eyth-See, Mühlhäuser Str. 303, 70378 Stuttgart

## Englisch

### Englisch, Brush up and conversation (B2)

This course offers you the opportunity to develop and improve your spoken English. We will discuss interesting and current topics from a variety of fields.

#### 191-64778

Doris Eppinger

Mi 27.02.–05.06.19 jew. 18.00–19.30, 10-mal

Bertha von Suttner Gemeinschaftsschule Freiberg, Adalbert-Stifter-Str. 40, 70437 Stuttgart

Kein Unterricht am 27.03.2019

EUR 70.00

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

# Münster

## Schätze des Stadtteils

### Das Heizkraftwerk Stuttgart Münster – Energie aus Restmüll und Kohle

#### Information und Rundgang

Im Kraftwerk erhalten Sie eine kurze Einführung über Aktuelles rund um die Energie und einen theoretischen Einblick in die Erzeugung von Strom und Fernwärme.

Bei einem von Experten geführten Rundgang (mit Helm und Kopfhörer) lernen Sie das Kesselhaus mit Turbine und Generator und die Rauchgasreinigung kennen. Die Leitstelle, das „Gehirn“ des Kraftwerks, von dem aus alle Prozesse überwacht werden, und der Trafhof, von dem aus die elektrische Energie weitertransportiert wird, bilden den Abschluss des Rundgangs.

Nur für trittsichere Personen ab 14 Jahren geeignet!

Teilnahmebedingungen: Flaches, festes Schuhwerk; keine Kreislaufprobleme und keine Höhenangst; keine aktiven Implantate (zum Beispiel Herzschrittmacher, Insulinpumpen). Einen Schutzhelm erhalten Sie vor Ort.

### 191-08310

Ralf Pietzsch

Fr 20.09.19 14.00–17.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Treffpunkt: An der Pforte der EnBW – Energie Baden-Württemberg AG, Voltastr. 45, 70376 Stuttgart.

Parkplätze sind in begrenzter Zahl vorhanden.

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Vom Hauptbahnhof Stuttgart mit der Stadtbahn U14 bis Haltestelle Mühlsteg.



### Schon gewusst...

Bitte auch zu Wanderungen, Spaziergängen und Führungen regulär anmelden.

# Englisch

## Englisch, Grundstufe VII (A2)

### 191-64560

Ulrike Riebold

Di 19.02.–28.05.19 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Elise von König Gemeinschaftsschule Münster, Nagoldstr. 7,  
70376 Stuttgart

EUR 149.00 Kleingruppe

ab Unit 14, Easy English A2.1, Cornelsen Verlag



### Lust auf Neues?

#### vhs Beratung jetzt auch in den Stadtbezirken

Wir beraten Sie gern bei Fragen zu  
Weiterbildung

Sprachen

Beruf und Schullaufbahn

Fördermöglichkeiten und Anerkennung von Qualifikationen

Inklusion

gebührenfrei und trägerübergreifend

vhs Kompetenzzentrum Beratung in Weilimdorf

Löwen-Markt 1, 70499 Stuttgart

jew. am 1. Freitag im Monat von 11.00-13.00 Uhr

Fr. 01.02./01.03./05.04./03.05./07.06./05.07.19

vhs Kompetenzzentrum Beratung in Zuffenhausen

Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

jew. am 1. Mittwoch im Monat von 17.00-19.00 Uhr

Mi. 06.03./03.04./08.05./05.06./03.07.19

## Kultur – Kunst – Geschichte

### Skulpturen und Objekte aus Ton

In diesem Kurs wollen wir Objekte und kleinere Skulpturen aus Ton aufbauen. Ob abstrakt, realistisch oder einfach nur lustig – das Material bietet dem eigenen Gestaltungswunsch ein breites Spektrum an Möglichkeiten. Nach einer Einführung in die verschiedenen Aufbau- und Modellier Techniken gestalten Sie eine selbst entworfene Plastik. Sie werden dabei von der Dozentin unterstützt. Das fertige Objekt wird gebrannt und kann auch glasiert werden. Bitte eine Schürze oder andere Arbeitskleidung mitbringen sowie ein kleines Handtuch.

#### 191-35350

Elvira Günther

Sa 04.05.19 10.00–17.00

Sa 25.05.19 10.00–12.00

Grund- und Werkrealschule Stammheim, Fliegenweg 4,  
70439 Stuttgart

EUR 54.00 Materialkosten werden nach persönlichem Verbrauch  
im Kurs berechnet und erhoben.

### Kulturlehrgang Kompakt

„Heimat“

Für uns mobile und vernetzte Weltbürger/innen im Zeitalter der Globalisierung muss Heimat zunächst einmal als ein Begriff aus der Vergangenheit erscheinen. Und gerade in Deutschland umgibt den Begriff noch immer einen bestimmten Nimbus. Dabei ist Heimat auf den zweiten Blick ein Konzept, das gerade auch jetzt wieder seinen Platz hat.

In diesem kompakten Lehrgang werden wir uns mit den verschiedenen Bedeutungen und Facetten beschäftigen, die uns mit der Heimat verbinden.

#### 191-39005

Dozent/innen-Team

Do 02.05.–23.05.19 jew. 18.30–21.00, 4-mal

EUR 60.00 (Vorzugspreis für den gesamten Lehrgang)

Arche Evang. Gemeindehaus Stammheim, Hornemannweg 10,  
70439 Stuttgart

### Schon gewusst...



Der Lehrgang setzt sich aus den Kursen 191-39006 bis 191-39009 zusammen. Einzelbuchungen sind immer möglich. Für den gesamten Lehrgang und für alle einzelnen Themenblöcke ist keine Ermäßigung möglich.

### Philosophie: Was ist Heimat?

Wir sollten dort bleiben, wo wir hingehören, riet einst Knut Hamsun. Und Dostojewski befand: Ohne Heimat sein, heißt leiden. Doch wer weiß heute noch genau, wohin er gehört – im Zeitalter von Mobilität und Entwurzelung? Ist „daheim“ der Ort, wo man seinen Wohnsitz hat, oder jener, an dem man verstanden wird? Oder ist es vielleicht gar kein Ort mehr, sondern nur noch ein Empfinden, das uns auf dem Weg durch Raum und Zeit begleitet? „Ein Ort der frühen Schmerzen und der späten Sehnsucht“ (Walter Kempowski).

#### 191-39006

Igor Wroblewski

Do 02.05.19 18.30–21.00

EUR 20.00

Arche Evang. Gemeindehaus Stammheim, Hornemannweg 10,  
70439 Stuttgart

### Biographie: Isolde Kurz

„In der inneren Heimat oder nirgends sonst“

Isolde Kurz – viel gelesen, jedoch nie weltberühmt – beklagte sich Zeitlebens über mangelnde Entfaltungsmöglichkeiten für Frauen. Sie selbst verwirklicht in ihrem Leben einen weiblichen Individualismus, der allen Konventionen ihrer Zeit trotzt. Im schwäbischen „Ländle“ aufgewachsen, wird sie diesem später humorig-dramatische Erinnerungsbücher widmen. Ihre Heimat findet sie dann 30 Jahre lang in Italien. Ihrer Wahlheimatstadt Florenz setzt sie ein literarisches Denkmal durch „Erzählungen aus der italienischen Renaissance“ und faszinierenden Schilderungen des Kunst- und Künstlerlebens der Jahrhundertwende. Auch in der 3. Lebensheimat München bleibt sie schriftstellerisch bis ins hohe Alter aktiv.

#### 191-39007

Jutta Menzel

Do 09.05.19 18.30–21.00

EUR 20.00

Arche Evang. Gemeindehaus Stammheim, Hornemannweg 10,  
70439 Stuttgart

---

### **Kunst: Pieter Bruegel der Ältere „Heimatliebe“**

Pieter Bruegel d. Ä. gehört zu den rätselhaftesten Persönlichkeiten in der Kunstgeschichte. Seine filigranen Bilder und Zeichnungen führen uns in ganz unterschiedliche Sphären, so dass man über seine Genialität nur noch staunen kann. Seine Zeitgenossen hingegen haben die Vielseitigkeit und Tiefgründigkeit in seinen Bildern nicht immer vollkommen erfassen können. Wir betrachten wichtige Werke von Pieter Bruegel d. Ä. im Kontext verschiedener Epochen und folgen dabei seiner künstlerischen Auffassung von Heimatliebe.

#### **191-39008**

Elena Konson

Do 16.05.19 18.30–21.00

EUR 20.00

Arche Evang. Gemeindehaus Stammheim, Hornemannweg 10,  
70439 Stuttgart

---

### **Musik: Im schönsten Wiesengrunde**

In der Musik, speziell in Liedern, ist „Heimat“ ein zentrales Thema, das in vielen Facetten erscheint: als Liebe zur Heimat, Sehnsucht nach der verlorenen Heimat, freiwilliges oder erzwungenes Verlassen der Heimat u.v.a.m. Das musikalische Spektrum reicht vom Volkslied über das Chanson und Kunstlied und die Oper bis zur Orchestermusik. Der Kurs verschafft einen Einblick mit vielen Hörbeispielen – und ein bisschen gemeinsamem Singen!

#### **191-39009**

Hedwig Noebels

Do 23.05.19 18.30–21.00

EUR 20.00

Arche Evang. Gemeindehaus Stammheim, Hornemannweg 10,  
70439 Stuttgart

## **Bewegung – Tanz – Entspannung**

---

### **HipHop – Workshop**

Der HipHop-Tanz kennt viele unterschiedliche Stilrichtungen, jedoch gibt es charakteristische HipHop-Bewegungen, die einen selbständigen Umgang mit diesem Tanzstil zulassen. Technisch besteht der Tanz aus präzisen Bewegungen auf die harten Schläge der Musik und Isolationen der verschiedenen Körperteile. So entstehen Kontraste zwischen weichen und harten sowie schnellen und langsamen Bewegungen.

In diesem Kurs wird der HipHop-Tanzstil mit all seinen Stilrichtungen aus dem technischen sowie dem historischen Aspekt betrachtet und dabei die Grundbotschaft des HipHops gelehrt.

Bitte Turnschuhe (noch besser Tanzschuhe mit heller Sohle) und bequeme Kleidung mitbringen.

#### **191-30254**

Larry King Ofori Bamidile

Sa 16.03.19 12.00–16.00

So 17.03.19 14.30–18.30

EUR 40.00

Städtisches Gemeindehaus Stammheim,  
Korntaler Straße 1, 70439 Stuttgart

---

### **Krav Maga Defcon – israelische Selbstverteidigung**

Krav Maga ist das offizielle Programm der israelischen Polizeieinheiten. Es basiert auf natürlichen Reflexen, ist nicht trainingsaufwändig, überaus effektiv und innerhalb kürzester Zeit erlernbar. Es wurde entwickelt, um auch wenig trainierte Menschen rasch auf ein höchstes Maß in der Selbstverteidigung zu bringen – schließlich kann jede/r Opfer eines Angriffs werden. Kursinhalte sind Kommunikation und Körpersprache, taktisches Verhalten in Konfliktsituationen, Deeskalation, Rollentraining, Erkennen und Vermeiden potenziell gefährlicher Situationen, Verteidigung gegen alle erdenklichen Angriffe, Schlag- und Trittraining, Verteidigung am Boden, Techniken in Notwehr oder Nothilfsituationen.

Das Training wird von einem Trainerteam durchgeführt.

Bitte mitbringen: Sportschuhe und Sportkleidung, Getränke, Gymnastikmatte (wenn vorhanden), Handschuhe (z.B. Torwart-, Fleece-, oder Wollhandschuhe). Schmuck ist während des Trainings aufgrund der Verletzungsgefahr abzulegen.

#### **191-52010**

Dozententeam Krav Maga für Stuttgart

Sa 23.03.19 und Sa 30.03.19 jeweils 12.30–19.15

EUR 120.00 keine Ermäßigung möglich

Treffpunkt: Im städtischen Gemeindehaus (altes Feuerwehrhaus)  
Korntaler Str. 1, 70439 Stuttgart, Saal 1. OG.

## Schätze des Stadtteils

### **Schloss Solitude – Dem Herzog aufs Dach gestiegen!**

Führung mit Aufstieg zur Kuppel

Beim Blick hinter die Kulissen der prunkvollen Repräsentationsräume erkunden Sie über enge Gänge und Stiegen verborgene Zimmer und Dachkammern und lernen das ausgeklügelte Heizsystem des Schlosses kennen. Wie kam das Essen auf die Tafel und wie wurden die offenen Kamine befeuert, ohne dass die feine Gesellschaft beim Feiern gestört wurde? Der beschwerliche Aufstieg zur Kuppel überrascht mit einer ungewöhnlichen Perspektive in den Weißen Saal. Als Höhepunkt wartet bei gutem Wetter ein atemberaubender Ausblick von der Kuppel des Schlosses weit über die Region Stuttgart. So wird dieser Rundgang zu einem ganz besonderen Erlebnis, das lange in Erinnerung bleibt.

Besteigen der steilen Treppen und der Kuppel auf eigene Gefahr! Die Führung erfordert viel Trittsicherheit, bitte achten Sie auf geeignetes Schuhwerk.

### **191-08800**

Hermann Mike Mack

Fr 31.05.19 18.00–20.30

EUR 13.00 Gebühr inkl. Eintritt

Treffpunkt: Schlosskasse, Schloss Solitude 1, 70197 Stuttgart

### **Schon gewusst...**

Bitte auch zu Wanderungen, Spaziergängen und Führungen regulär anmelden.



### **In einem Land vor unserer Zeit – Landschildkröten in Weilimdorf**

Viele spannende Informationen rund um diese 220 Millionen Jahre alten Reptilien warten auf Sie. Auf einem Grundstück von mehr als 500 Quadratmeter besteht für Sie die Möglichkeit, mehr als 15 Außengehege unterschiedlicher Größe zu betrachten. 70 Landschildkröten aus 4 Kontinenten haben in der Auffangstation ein vorübergehendes Zuhause und warten darauf weitervermittelt zu werden.

Wie sind die Schildkröten hier gelandet? Welche Überlebensstrategien haben sie? Und wie hält man eigentlich eine Schildkröte mitten in Weilimdorf? Die Landschildkröten dürfen nur auf Anfrage gestreichelt werden.

Die Auffangstation ist für Rollstuhlfahrer geeignet. Es empfiehlt sich ein Mindestalter ab 12 Jahren. Je nach Wetterlage ist es unter Umständen erforderlich, einen Schirm mitzubringen, oder bei stärkerer Sonneneinstrahlung sich mit einem entsprechenden Sonnenschutz zu versehen.

### **191-39040**

Christin Kern

Fr 17.05.19 17.00–19.30

EUR 10.00

Edenkobener-Str. 13, 70499 Stuttgart Weilimdorf

Mit der U-13 oder U-6 gut zu erreichen

### **Lust auf Neues? vhs Beratung in Weilimdorf!**



Wir beraten Sie gern bei Fragen zu  
Weiterbildung  
Sprachen  
Beruf und Schullaufbahn  
Fördermöglichkeiten und Anerkennung von Qualifikationen  
Inklusion  
gebührenfrei und trägerübergreifend  
vhs Kompetenzzentrum Beratung im Rathaus Weilimdorf,  
Löwen-Markt 1, 70499 Stuttgart, jew. am 1. Freitag im Monat:  
Fr 01.02.19, 11.00–13.00  
Fr 01.03.19, 11.00–13.00  
Fr 05.04.19, 11.00–13.00  
Fr 03.05.19, 11.00–13.00  
Fr 07.06.19, 11.00–13.00  
Fr 05.07.19, 11.00–13.00



# Alltagswissen

## **Schnupperkurs – Ordnung ist das halbe Leben – aufgeräumt leben!**

Am Ende des Kurses wissen Sie, wie Ordnung einfach und mit wenigen Tipps und Tricks leicht umzusetzen ist, ob in der Wohnung, im Kleiderschrank oder am Schreibtisch. Frau Ordnung vermittelt in ihrem Workshop praxisnahe Tipps und Hilfestellungen für effektives und nachhaltiges Ausmisten, Entrümpeln und Ordnung halten. Dabei geht es um Folgendes:

- Warum überhaupt Ordnung?
- Von Schatzhütern und Sammlern: Welcher Ordnungstyp bin ich?
- Richtig ausmisten: Praxistipps
- Bares für Rares: Wohin mit all den ausgemisteten Dingen?

Im Kurs erhalten Sie Schulungsunterlagen für die Arbeit zu Hause und ein Verzeichnis mit weiterführenden Adressen.

### **191-07214**

Angela Ludwig

Do 23.05.19 19.30–21.00

Stadtteilbibliothek Weilimdorf, Löwen-Markt 1, 70499 Stuttgart

EUR 5.00

Anmeldung bei der Stadtteilbibliothek Weilimdorf unter  
Tel. 0711 21657325

## **Mobile Wege ins Internet:**

### **Vortrag – Smartphone, Tablet, Pad**

Dieser Vortrag richtet sich an all jene, die bisher noch kein Smartphone oder Tablet haben und über einen Kauf oder einen Wechsel von ihrem bisherigen PC/Notebook/Telefon zu den „smarten“ Alternativen nachdenken.

Informieren Sie sich über die Möglichkeiten, die die mobilen Geräte bieten: Telefonieren, Nachrichten versenden, Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Reisen planen, Haustechnik überwachen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Gerätetypen (Smartphone, Tablet, Reader) und ihren Einsatzmöglichkeiten.

### **191-07722**

Cora Burger

Mo 25.02.19 18.00–20.15

EUR 18.00

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel

Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart-Giebel

## **Smartphones in der Praxis – Teil 1**

iPhone/iPad von Apple

Mit einem Smartphone steht das Internet auch unterwegs zur Verfügung und ist einfach und sicher zu bedienen. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information im Alltag und bei Reisen.

In diesem Kurs lernen Sie Ihr Smartphone kennen. Wie funktioniert es grundsätzlich, wie bedient man die berührbare Oberfläche, wie telefoniert man damit, wie hinterlegt man Kontaktdaten im Adressbuch, wie funktionieren SMS und mehr. Sie erhalten einen ersten Einblick in die Funktion einzelner Apps.

### **Voraussetzungen:**

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die ein Smartphone geschenkt bekommen oder gekauft haben und es wenig nutzen, da für die Bedienung Basiskenntnisse fehlen.

### **191-07754**

Alfred Gehrlach

Mo 03.06.19 18.00–21.15

EUR 32.00

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel

Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart-Giebel

## **Obstbestäubung mit Mauerbienen nachhaltig sichern!**

Die Mauerbiene ist eine extrem anpassungsfähige Art, leicht zu halten, zu vermehren und ist ein höchst effektiver Obstbestäuber. Ihre Bestäubungsleistung übertrifft die Honigbiene bei weitem! Wie verläuft der Lebenszyklus und wie kann ich Nisthilfen bauen? Das alles erfahren Sie in diesem Kurs.

### **191-39031**

Christian Hörnle

So 03.03.19 14.30–16.00

EUR 8.00

Obsthof Hörnle, Ditzinger Str. 40, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

---

### **Müde, abgespant, erschöpft – oder gesund und munter**

Einige kurze, schlaflose Nächte reichen aus – und wir sind müde, unkonzentriert, reizbar, einfach nicht zu gebrauchen. Wir alle kennen das. Was aber, wenn wir trotz genügend Schlaf morgens immer noch müde sind? Wenn wir einfach nicht in Schwung kommen? Oder wir uns sogar von den alltäglichen Aufgaben zunehmend überfordert fühlen? Es gibt verschiedene Ursachen, die zu ständiger Müdigkeit und ernsthafter Erschöpfung führen können. An diesem Abend stelle ich Ihnen Beispiele vor, die mir in der naturheilkundlichen Praxis immer wieder begegnen: Eisen- und Vitaminmangel, Schilddrüsenunterfunktion, Stoffwechselerkrankungen, Lebensmittelunverträglichkeiten und mehr. Sie werden körperliche und seelische Zusammenhänge näher kennenlernen, Diagnosemethoden sowie naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten – auf dem Weg zu mehr Kraft und Lebensfreude.

#### **191-39050**

Axel Ott

Mi 05.06.19 17.30–19.00

EUR 8.00

Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,  
Kaiserslauterer Straße 14, 70499 Stuttgart

---

### **Bartpflege – Ein Kurs für „echte“ Männer**

Ob Moustache, Ziegenbart, Fünf- oder Dreitage-Bart: Der Bart bleibt im Trend und steht für den Charakter und die Ideale des Mannes. Trotz alledem: nur gepflegte, schöne Bärte sollten unsere Gesichter zieren!

Rasieren, waschen, ölen und kämmen – erst nach dieser Prozedur erstrahlt der Bart im Gesicht eines jeden Mannes. Sie lernen im Kurs verschiedene Rasurtechniken kennen und erhalten wertvolle Tipps. Doch warum diese ganze Prozedur jeden Tag und warum reicht nicht das einfache Kämmen? Weil er dann weich und zart ist ...

Ungepflegt und unhygienisch war gestern – gut gestylt und ansprechend ist heute!

Bitte mitbringen: vorhandene Bart-Pflegeutensilien

#### **191-07512**

Bernd Heier

So 07.04.19 10.00–13.00

BosBarber, Löwen-Markt 8, 70499 Stuttgart

EUR 28.00

#### **191-07514**

Bernd Heier

Mo 03.06.19 18.00–21.00

BosBarber, Löwen-Markt 8, 70499 Stuttgart

EUR 28.00

## Persönlichkeitsentwicklung

---

### **Grenzen und Selbststärke für Mütter**

Erleben Sie selbst wie sich ein bestimmtes „Nein“, das Sie bisher vielleicht überwiegend von Ihrem Kind kennen, anfühlt. Eine Grenze anderen gegenüber zu setzen, heißt auch, sich selbst wichtig zu nehmen und „Ja“ zu sich selbst zu sagen. Die eigenen Bedürfnisse deutlich zu spüren und Handlungskompetenz sind Voraussetzungen dafür. Mit Hilfe von Entspannung und Achtsamkeit, sowie Kommunikations- und Körperübungen, können Sie zur Erfahrung von Klarheit und Zielsicherheit kommen.

Die beiden Vormittage sollen Ihr Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl stärken.

Bei Bedarf bieten wir eine kostenfreie Kinderbetreuung an.

#### **191-40300**

Christine Winzer

Do 14.03.19 und Do 21.03.19 jeweils 09.00–12.00

Stadtteil- und Familienzentrum Giebel, Mittenfeldstr. 61,  
70499 Stuttgart

EUR 42.00

## Kultur – Kunst – Geschichte

---

### **Lust auf Handlettering – interaktiver Vortrag**

Handlettering, die Liebe zu handgeschriebenen und gezeichneten Buchstaben und selbstkreierten kleinen Botschaften ist ansteckend und liegt voll im Trend. Wir widmen uns geraden, geschwungenen, verschnörkelten Buchstaben und entwickeln eigene Formen. Mit Bleistift entstehen Worte. Durch Komposition, etwas Zierwerk und Farbe wird eine kleine Nachricht zum einzigartigen Design-Unikat.

#### **191-36207**

Ute Bendel

Mi 18.07.19 19.00–20.30

Stadtteilbibliothek Weilimdorf, Löwen-Markt 1, 70499 Stuttgart  
EUR 5.00

Anmeldung nur über Stadtbibliothek Weilimdorf

Tel. 0711 216-57325

## Der Islam – Einführung in eine vielfältige Religion

An den rund 4,5 Millionen Muslimen in Deutschland entzündeten sich regelmäßig öffentliche Debatten, die polarisieren und viel Aufmerksamkeit erregen. Es wird immer wieder diskutiert, ob denn der Islam zu Deutschland gehöre. Aber was ist der Islam eigentlich? Was glauben Muslime, wer sind sie und was wollen sie? Wie sieht der Lebensalltag von Muslimen aus? Und warum macht der Islam so vielen Menschen Angst? In ihrem Vortrag wird Mariam Ahmed einen Einblick in die Vielfalt des Islams und seiner reichhaltigen Geschichte gewähren sowie Ansätze für eine Betrachtungsweise vorstellen, mit denen das Zusammenleben gelingen kann.

### 191-39041

Mariam Ahmed

Do 11.04.19 18.00–20.00

EUR 10.00 keine Ermäßigung möglich

Stadtteil- und Familienzentrum Giebel, Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart-Giebel

## Kulturlehrgang Kompakt

„Freiheit“

Wer neue Wissensbereiche für sich entdecken und dann vertiefen möchte, kann hier ganz unterschiedliche Bereiche – Musik, Kosmogonie, Philosophie und Biographie – im Überblick kennen lernen. In diesem kompakten Lehrgang beschäftigen wir uns mit dem Thema Freiheit.

### 191-39045

Di 12.03.19 18.30–21.00

EUR 60.00 (Vorzugspreis für den gesamten Lehrgang)

Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart

## Schon gewusst...



Der Lehrgang setzt sich aus den Kursen 191-39046 bis 191-39049 zusammen. Einzelbuchungen sind immer möglich. Für den gesamten Lehrgang und für alle einzelnen Themenblöcke ist keine Ermäßigung möglich.

## Musik: Freiheit – Gleichheit – Bürgerlichkeit

Beethovens Sinfonien sind die Musik des liberal gesinnten Bürgertums im beginnenden 19. Jahrhundert. Diese „absolute“ Musik ist befreit von der Aufgabe, einem weltlichen oder religiösen Herrscher zu huldigen, ist auch losgelöst von Texten, denen sie sich unterordnen müsste. Es ist aber auch Musik, die die bisherigen Standesschranken überwindet: geschaffen von einem Komponisten, der sich als freier Unternehmer versteht und Musik für Gleichgesinnte schreibt.

### 191-39046

Hedwig Noebels

Di 12.03.19 18.30–21.00

EUR 20.00

Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart

## Kosmogonie: Schöpfungsmythen und Theorien des Ursprungs des Universums

Es werden verschiedene Mythologien und wissenschaftliche Ansätze betrachtet, die sich mit dem Thema „Entstehung der Welt“ beschäftigen: wir sprechen beispielsweise von den Vorstellungen der alten Ägypter, vom antiken Griechenland, betrachten fernöstliche Mythen, skandinavische Götter- und Heldensagen (Edda), Theorie von Aristoteles u. a.

### 191-39047

Elena Konson

Di 19.03.19 18.30–21.00

EUR 20.00

Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart

## Philosophie: Haben wir einen freien Willen?

Unter welchen Bedingungen sind wir verantwortlich und zurechnungsfähig? Ist es wirklich plausibel, dass jedes Ereignis sowie jede einzige Entscheidung und Tat bereits prädestiniert ist? Des Weiteren widmen wir uns der Überlegung, was es eigentlich bedeuten würde, wenn wir keinen freien Willen hätten, insofern, als Verschaltungen uns festlägen, wie manche Neurowissenschaftler glauben. Vor diesem Hintergrund versuchen wir die Frage zu beantworten, welche Aufgaben in der Debatte zu Willensfreiheit Philosophie übernehmen kann bzw. soll.

### 191-39048

Igor Wroblewski

Di 26.03.19 18.30–21.00

EUR 20.00

Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart

## Biographie: Sophie Mereau

„Das süße Gefühl der Freiheit“

Sophie Mereau, eine der ersten deutschen Berufsschriftstellerinnen und hochgebildet, fordert Revolutionäres für ihre Zeit: Das Recht der Frau auf freie Partnerwahl und die Möglichkeit einer Liebesbeziehung ohne Ehe. Sie veröffentlicht Gedichte, Romane, Erzählungen, erfolgreiche Übersetzungen. Ihre literarische Tätigkeit wird Ausdruck ihres Freiheitsstrebens. Als leidenschaftliche Frau umschwärmt, scheitert allerdings ihr Versuch – in einer zweiten Ehe mit Clemens Brentano – die Arbeit als Dichterin, den ▶

Ansprüchen des genial-labilen Dichter-Ehemanns mit der von ihr eingeforderten Freiheit zu vereinen. Sie stirbt mit 36 Jahren bei der Geburt ihres fünften Kindes.

### **191-39049**

Jutta Menzel

Di 02.04.19 18.30–21.00

EUR 20.00

Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart

## Genuss und Kreativität

### **Gartenkeramik: Zwerge, Gnome, Drachen, Fabelwesen**

In diesem Kurs wollen wir fantasievolle Garten-Skulpturen aus Ton aufbauen. Ob abstrakt, realistisch oder einfach nur lustig – das Material bietet dem eigenen Gestaltungswunsch ein breites Spektrum an Möglichkeiten. Nach einer Einführung in die verschiedenen Aufbau- und Modellieretechniken gestalten Sie eine selbst entworfene Plastik. Sie werden dabei von der Dozentin unterstützt. Das fertige Objekt wird anschließend gebrannt.

Bitte eine Schürze oder andere Arbeitskleidung mitbringen, die ruhig dreieckig werden kann, sowie ein kleines Handtuch.

### **191-39051**

Elvira Günther

Sa 06.04.19 10.00–17.00

Fr 10.05.19 17.00–18.00 Abholung der gebrannten Objekte

Rappachschule Weilimdorf, Sandbuckel 45, 70499 Stuttgart

EUR 50.00 zzgl. Materialkosten (werden im Kurs erhoben)

### **Kindernähkurs am Wochenende für Anfänger/innen**

Für Kinder und Jugendliche von 8 bis 16 Jahren

Du hast Lust zu nähen, weißt aber noch nicht genau wie das eigentlich funktionieren soll, oder hast du dich schon ein wenig ausprobiert und möchtest einfach mehr dazu lernen und vielleicht auch etwas genauer arbeiten? Dann bist du hier genau richtig! Wir zeigen dir wie man richtig näht. Du kannst deine eigenen Ideen umsetzen oder dir Inspiration im Kurs holen – wie wäre es zum Beispiel mit einer Wimpelkette, einem Sportsack oder einer kleinen Tasche mit Reißverschluss? Stoffe und andere Materialien werden vom Kinder- und Jugendhaus bereitgestellt. Es gibt auch eine Nähmaschine für dich.

Bitte Vesper mitbringen.

### **191-39032**

Elke von Bloh

Sa 23.02.19 10.00–15.30

So 24.02.19 10.00–15.00

EUR 62.00 inkl. EUR 10.00 für Material

Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel

Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

### **191-39033**

Elke von Bloh

Sa 16.03.19 10.00–15.30

So 17.03.19 10.00–15.00

EUR 62.00 inkl. EUR 10.00 für Material

Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel

Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

### **191-39036**

Elke von Bloh

Fr 31.05.19 10.00–16.00

Sa 01.06.19 10.00–16.00

So 02.06.19 10.00–16.00

EUR 95.00 inkl. EUR 10.00 für Material

Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel

Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

### **Kindernähkurs am Wochenende für Fortgeschrittene**

Für Kinder und Jugendliche von 8 bis 16 Jahren

Ihr könnt schon nähen, habt auch schon einen Nähkurs besucht und wollt jetzt einfach mal etwas Neues machen?! Wie nähe ich einen Reißverschluss richtig ein? Kann ich in ein paar Stunden schon ein Kuscheltier aus ganz vielen Teilen nähen? Wir bereiten verschiedene Vorlagen für dich zur Auswahl vor. Damit kannst du gemeinsam mit anderen Näher/innen Neues ausprobieren. Stoffe und andere Materialien werden vom Kinder- und Jugendhaus bereitgestellt. Nähmaschinen sind vorhanden.

Bitte Vesper mitbringen.

### **191-39034**

Tina von Bloh

Sa 06.04.19 10.00–15.30

So 07.04.19 10.00–15.00

EUR 62.00 inkl. EUR 10.00 für Material

Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel

Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

### 191-39035

Tina von Bloh

Sa 11.05.19 10.00–15.30

So 12.05.19 10.00–15.00

EUR 62.00 inkl. EUR 10.00 für Material

Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrum Giebel

Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

### Kindernähkurs in den Ferien für Anfänger/innen

für Kinder und Jugendliche von 8 bis 16 Jahren

Du hast Lust zu nähen, weißt aber noch nicht genau wie das eigentlich funktionieren soll, oder hast du dich schon ein wenig ausprobiert und möchtest einfach mehr dazu lernen und vielleicht auch etwas genauer arbeiten? Dann bist du hier genau richtig! Wir zeigen dir wie man richtig näht. Du kannst deine eigenen Ideen umsetzen oder dir Inspiration im Kurs holen – wie wäre es zum Beispiel mit einer Wimpelkette, einem Sportsack oder einer kleinen Tasche mit Reißverschluss?

Stoffe und andere Materialien werden vom Kinder- und Jugendhaus bereitgestellt. Es gibt auch eine Nähmaschine für dich, außerdem ein warmes Mittagessen.

### 191-39037

Elke von Bloh

Mi–Fr 28.08.–30.08.19 10.00–16.00

EUR 95.00 inkl. EUR 10.00 für Material

Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrum Giebel, Mittenfeldstr. 61,

70499 Stuttgart

### Kinder-Kochkurs: Burger selbst gemacht

Fast Food? Von wegen!

Hamburger isst jeder gern. Den perfekten Hamburger zuzubereiten, erfahrt Ihr im Kinder-Kochkurs.

Wir backen die Brötchen selbst, stellen Ketchup, Senf und Mayo selbst her, legen Essiggurken ein und braten natürlich auch die Patties (das Hamburgerfleisch) selbst.

Jede Wette, dass dieser Burger besser schmeckt als alle, die Ihr jemals probiert habt?!

### 191-39038

Joana Kehrer

Mi 21.08.19 10.00–16.00

EUR 12.00 inkl. EUR 7.00 für Lebensmittel

Stadtteil- und Familienzentrum Giebel, Mittenfeldstr. 61,

70499 Stuttgart-Giebel

### 191-39039

Joana Kehrer

Do 22.08.19 10.00–16.00

EUR 12.00 inkl. EUR 7.00 für Lebensmittel

Stadtteil- und Familienzentrum Giebel, Mittenfeldstr. 61,

70499 Stuttgart-Giebel

### Kochen mit dem Thermomix®

Wir machen einen Streifzug durch die vielseitige Thermomix-Küche: zum Beispiel ein frischer Rohkostsalat, eine herzhafte Suppe, Brotteig, Brotaufstrich sowie ein Dessert werden zubereitet und gemeinsam verkostet. Auch der Einsatz des Varoma-Dampfgarers zur Zubereitung eines Menüs wird ausführlich gezeigt. Der Kurs richtet sich an Frauen und Männer, die den Thermomix kennenlernen wollen oder schon mit dem Thermomix kochen und wissen wollen, wie sie ihren Thermomix täglich sinnvoll und zeitsparend nutzen können.

### 191-53471

Gudrun Casni

Do 09.05.19 18.00–21.00

Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,

Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart

EUR 42.00 inkl. EUR 16.00 für Lebensmittel

### Die vietnamesische Küche

Vietnam hat viel Interessantes zu bieten, dazu gehört auch die südvietnamesische Küche. Sie lernen die traditionelle Zubereitung von Gerichten wie Pho oder Frühlingsrollen sowie die typischen Gemüsesorten, Gewürze und Kräuter kennen. Lassen Sie sich von der Besonderheit der vietnamesischen Esskultur verzaubern! Wir kochen nicht vegetarisch!

### 191-55035

Thi Bich Lan Dinh-Nguyen

Sa 13.07.19 17.30–21.30

Rappachschule Weilimdorf, Sandbuckel 45, 70499 Stuttgart

EUR 46.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel

## Bewegung – Tanz – Entspannung

### Salsa Bodyshaping für Frauen

Im stressigen Strudel des Alltags vergessen wir manchmal, was unsere weibliche Seele wirklich braucht. Tanzen ist ein Tool, um uns lebendiger zu fühlen und unsere innere Gelöstheit wieder zu spüren. Der Fokus liegt auf der Weiblichkeit und der Anmut in den Salsa-Bewegungen. Wir trainieren den ganzen Körper von Kopf bis Fuß. Aus den Grundelementen des Salsa wird eine Choreografie aufgebaut.

Bitte Hallen-/Gymnastikschuhe, High-Heels (für die, die auch auf hohen Schuhen tanzen möchten) mitbringen.

#### 191-30427

Orsolya Widmann-Bönisch

Do 14.03.–16.05.19 jew. 19.00–20.00, 8-mal  
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,  
Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart  
EUR 49.00

### Swing-Tanz

Sie mögen Swing-Musik und wollten schon immer mal zur Musik der legendären Big Bands tanzen? In diesem Kurs lernen Sie entspannt die Grundlagen des Lindy Hops. Dabei stellen wir eine gute Verbindung zum Tanzpartner her, denn neben der ansteckend fröhlichen Musik steht bei diesem ausgelassenen Tanz das Miteinander mit dem Tanzpartner im Vordergrund. So gehört beim Swing der Partnerwechsel ebenso dazu wie Raum für eigene Improvisation und Interaktion mit dem Partner.

In Kooperation mit dem Tanzkreis Weilimdorf e. V.  
Bitte Tanzschuhe und etwas zum Trinken mitbringen.

#### 191-30562

Roswitha Riehn

Do 28.02.–11.04.19 jew. 18.30–19.30, 6-mal  
EUR 38.00 pro Person

Saal der Stephanuskirche, Giebelstr. 28, 70499 Stuttgart  
Die Anmeldung ist nur paarweise möglich. Für jede Person muss eine separate Anmeldung vorgenommen werden.

### Yoga am Abend

Wir lassen den Tag ausklingen mit entspannenden Übungen, dehnen und kräftigenden Asanas, so dass unsere Energien wieder frei fließen können und wir mit Kraft und Gelassenheit in die neue Woche starten.

#### 191-47110

Inga Viktorsdóttir

Mo 18.02.–03.06.19 jew. 18.30–20.00, 13-mal  
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,  
Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart  
EUR 114.00

#### 191-47111

Inga Viktorsdóttir

Mo 24.06.–22.07.19 jew. 18.30–20.00, 5-mal  
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,  
Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart  
EUR 44.00

#### 191-47112

Inga Viktorsdóttir

Mo 18.02.–03.06.19 jew. 20.15–21.45, 13-mal  
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,  
Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart  
EUR 114.00

#### 191-47113

Inga Viktorsdóttir

Mo 24.06.–22.07.19 jew. 20.15–21.45, 5-mal  
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,  
Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart  
EUR 44.00

### Yoga in Weilimdorf am Abend

Wir lassen den Tag ausklingen mit entspannenden Übungen, dehnen und kräftigenden Asanas, so dass unsere Energien wieder frei fließen können und wir mit Kraft und Gelassenheit in die neue Woche starten.

#### 191-39052

Sandra Schnetzer

Di 12.03.–28.05.19 jew. 19.30–21.00, 10-mal  
EUR 88.00  
Stadtteil- und Familienzentrum Giebel, Mittenfeldstraße 61,  
70499 Stuttgart

---

## **Fitnessgymnastik**

Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen längerfristig zu Muskulaturab- und Fettaufbau und das Kreislaufsystem verliert allmählich seine Leistungsfähigkeit. Alle Formen von Fitnessstraining wirken diesem Prozess entgegen. Geschult wird Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit, Kraft, Ausdauer. Entspannungsübungen können den Abschluss bilden.

### **191-50075**

Orsolya Widmann-Bönisch  
Do 14.03.–16.05.19 jew. 20.00–21.00, 8-mal  
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,  
Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart  
EUR 55.00

---

## **Zumba®**

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout – ein dynamisches und effektives Fitness-Training mit lateinamerikanischer und internationaler Musik. Zumba stärkt das Selbstbewusstsein, verbrennt viele Kalorien, strafft den Körper und verbessert die allgemeine Fitness.

### **191-51310**

Marija Duspara  
Mo 18.02.–01.07.19 jew. 18.00–19.00, 15-mal  
EUR 89.00  
Greuttersaal der ev. Oswald-Wolfbusch-Kirchengemeinde,  
Greutterstrasse 61, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

### **191-51330**

Marija Duspara  
Di 19.02.–02.07.19 jew. 18.30–19.30, 15-mal  
EUR 89.00  
Gemeindesaal, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

## **Englisch**

---

### **Englisch, Wiedereinstieg I (A2)**

#### **191-64577**

Rainer Kubesch  
Mo 29.04.–15.07.19 jew. 18.00–19.30, 10-mal  
Stadtteil- und Familienzentrum Giebel Mittenfeldstraße 61,  
70499 Stuttgart  
EUR 93.00 reduzierte Teilnehmerzahl  
ab Unit 1

---

### **Englisch, Brush up your English (B1)**

#### **191-64692**

Burkhart Küster  
Di 12.03.–28.05.19 jew. 19.15–20.45, 10-mal  
Treffpunkt Pfaffenäcker, Kaiserslauterstr.14, 70499 Stuttgart  
EUR 96.00 inkl. Kursunterlagen  
reduzierte Teilnehmerzahl

---

### **Business English for Presentations (B1/B2)**

Join this compact course to improve your Business English skills and learn how to successfully hold presentations.

#### **191-65095**

Rainer Kubesch  
Mo 11.03.–08.04.19 jew. 18.00–19.30, 5-mal  
Stadtteil- und Familienzentrum Giebel, Mittenfeldstr. 61,  
70499 Stuttgart  
EUR 48.00 reduzierte Teilnehmerzahl  
Lehrbuch: English for Presentations (B1/B2), Cornelsen Verlag,  
ISBN 978-3-464-20336-1  
ESF-Fachkursförderung möglich

## **Griechisch**

---

### **Survival-Griechisch für die Reise**

Yà sas! Möchten Sie sich auf Ihre Reise nach Griechenland sprachlich vorbereiten? Im diesem Survival-Kurs lernen Sie, das griechische Alphabet zu lesen und mit den wichtigsten Reisesituationen effektiv klarzukommen. Ta leme!!

#### **191-70705**

Christina Tsatsa  
Di und Do 02.07.–11.07.19  
jeweils 18.30–20.45, 4-mal  
Wolfbuschschule GHS Weilimdorf, Köstlinstr. 76/77,  
70499 Stuttgart  
EUR 75.00 Kleingruppe

# Italienisch

## Italienisch, Grundstufe I (A1)

### 191-71660

Emanuela Quirini

Do 14.03.–18.07.19 jew. 19.30–21.00, 14-mal  
Wolfbuschschule GHS Weilimdorf, Köstlinstr. 76/77,  
70499 Stuttgart  
EUR 98.00  
ab Lektion 1, Con piacere nuovo A1, Klett Verlag

## Italienisch, Grundstufe V (A2)

### 191-72110

Ramona D'Uva

Di 19.02.–02.07.19 jew. 18.00–19.30, 15-mal  
Wolfbuschschule GHS Weilimdorf, Köstlinstr. 76/77,  
70499 Stuttgart  
EUR 105.00  
ab Lektion 1, Con piacere nuovo A2, Klett Verlag

## Italienisch, Grundstufe VI (A2)

### 191-72150

Emanuela Quirini

Do 21.02.–06.06.19 jew. 18.00–19.30, 12-mal  
Wolfbuschschule GHS Weilimdorf, Köstlinstr. 76/77,  
70499 Stuttgart  
EUR 112.00 reduzierte Teilnehmerzahl  
ab Lektion 4, Con piacere nuovo A2, Klett Verlag

# Zuffenhausen



## Lust auf Neues? vhs Beratung in Zuffenhausen!

Wir beraten Sie gern bei Fragen zu  
Weiterbildung  
Sprachen  
Beruf und Schullaufbahn  
Fördermöglichkeiten und Anerkennung von Qualifikationen  
Inklusion  
gebührenfrei und trägerübergreifend  
vhs Kompetenzzentrum Beratung im Treffpunkt Zuffenhausen,  
Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart  
jeweils am 1. Mittwoch im Monat:  
Mi 06.03.19, 17.00–19.00  
Mi 03.04.19, 17.00–19.00  
Mi 08.05.19, 17.00–19.00  
Mi 05.06.19, 17.00–19.00  
Mi 03.07.19, 17.00–19.00

# Schätze des Stadtteils

## Geologisch-botanische Wanderung auf römischen Spuren

Von Zuffenhausen über das Robert-Bosch-Krankenhaus bis zum Cannstatter Römerkastell

Die Wanderung führt durch die Weinberge oberhalb der Krailenshalde und vorbei am Robert-Bosch-Krankenhaus bis zum Römerkastell auf dem Hallschlag. Vom Weinbergweg aus erhalten wir einen grandiosen Überblick über die Landschaft des Stuttgarter Nordens und deren Entstehung, sowie über Verkehrswege seit vorgeschichtlicher Zeit bis heute. Vorbei an einem berühmten ehemaligen Versuchsweinberg erreichen wir den Sparrhärlingweg, eine alte Römerstraße. Der älteste Friedhof Stuttgarts, der Steigfriedhof, liegt nahe der geschichtsträchtigen Altenburg und beim Römerkastell, wo die Wanderung endet. Für die Rückfahrt bietet sich die Linie 52, Bushaltestelle Altenburg, an. Die Gehzeit beträgt 2 ¼, mit Erläuterungen 3 Stunden. Wer die Wanderung früher abrechnen will, kann am Robert-Bosch-Krankenhaus die Linie 52 erreichen. ▶



### 191-39091

Prof. Ulrich Kull

Sa 13.04.19 14.00–17.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Treffpunkt: Kelterplatz Zuffenhausen, Stadtbahn U7,  
Bushaltestelle 52

### Stadtspaziergang zum Atelier und Garten von Brigitte und Jürgen Krüger

Jugendstil, Kunstgenuss und Gartenfülle

Der Stadtspaziergang führt vorbei an im Jugendstil und Historismus erbauten Villen Zuffenhausens. Zu den bedeutendsten Baudenkmalen zählt das Bürogebäude der ehemaligen Spinnerei Horkheimer, indem der Sozialphilosoph Max Horkheimer, in der Firma seines Vaters prägende Jugendjahre verbrachte. In einer für die Fabrikantenfamilie Weckerle erbauten Villa am Stadtpark laden uns das Apothekepaar Brigitte und Jürgen Krüger zu einer Führung durch ihr Atelier und ihren kreativ angelegten Garten ein. Brigitte Krüger erfreut Kunstliebhaber bei zahlreichen Ausstellungen mit ihren lebensbejahenden Bildern in den unterschiedlichsten Maltechniken. Quellen ihrer Inspiration sind Natur und Reisen, wie zuletzt nach Afrika. Jürgen Krüger gestaltet fantasievolle Objekte aus Holz, Stein und Metall.

### 191-39092

Wolfgang Meyle

Brigitte Krüger

Jürgen Krüger

Sa 06.07.19 15.00–17.30

EUR 7.00 inkl. Getränk und Hefezopf zum Abschluss

Treffpunkt: S-Bahnhof Zuffenhausen, Ausgang Bessemer Str./  
Schwieberdinger Str. nach dem Steg Richtung Stadtpark

## Schon gewusst...

Bitte auch zu Wanderungen, Spaziergängen und Führungen  
regulär anmelden.



### Die Moschee in Stuttgart-Zuffenhausen

Islam in Alltagsbegegnungen mit Muslimen

Das Leben mit unterschiedlichen Kulturen und Religionen bietet ein großes Potenzial an Mehrwert in der Gesellschaft und ist eine Bereicherung für alle. Ein harmonisches Zusammenleben kann nur dann gemeinsam gestaltet werden, wenn wir uns die Zeit nehmen, etwas voneinander zu erfahren.

Wir werden Fragen zum Islam klären und was es bedeutet, mit Muslimen im Berufsleben zu stehen. Wie sollen Gesundheitsberufe

aussehen und wie kann die Pflege von Angehörigen für Muslime aussehen? Ein wichtiges Thema ist auch das Verhältnis zwischen Arbeitgebern und Arbeitnehmern sowie die Fragen: Was ist Islam? Welche Bedeutung hat das Beten und Arbeiten im Leben von Muslimen? Wie gestalten sich die Beziehungen zwischen Männern und Frauen? Welche Rechte haben Frauen und Kinder?

Wir freuen uns auf eine lebendige Begegnung.

In Kooperation mit der islamischen Gemeinde Zuffenhausen e.V.

### 191-39093

Mucip Geyik

Di 09.04.19 18.30–20.30

EUR 5.00

Treffpunkt: Islamische Gemeinde Zuffenhausen e. V. Markgröninger  
Str. 57, 70435 Stuttgart

### Der Deutsche Wetterdienst in Stuttgart – den Experten über die Schulter geschaut

Vortrag und Führung mit Aufstieg eines Wetterballons

Haben Sie sich auch schon gefragt, wie eine moderne Wetteransage, Unwetter- oder auch Feinstaubwarnung eigentlich erstellt wird? Dann kommen Sie mit zur Regionalzentrale Stuttgart des Deutschen Wetterdienstes. Dort erfolgt die komplette Wetterüberwachung für Baden-Württemberg. Zunächst wird Ihnen Herr Steiner vom DWD den Nutzen des Aufstiegs eines Wetterballons näher erläutern (Grundlagen der Aerologie). Beim Rundgang durch die Wetterzentrale wird Ihnen das Arbeitsfeld direkt am Arbeitsplatz des Meteorologen vorgeführt. Danach hören Sie einen kurzen und fachkundigen Vortrag über die neuesten Erkenntnisse der zunehmend problematischen Klimaerwärmung.

Zum Abschluss ist eine Führung durch das Messfeld des Klimagartens und Erläuterung der dortigen meteorologischen Instrumente eingeplant und Sie haben die Chance den Aufstieg eines Wetterballons live mitzuerleben.

Die Führung findet im Gebäude des Wetterdienstes am Schnarrenberg statt, geführt werden Sie von den Meteorologen des Deutschen Wetterdienstes.

Eine genaue Wegbeschreibung finden Sie auf der Homepage des DWD, Niederlassung Stuttgart: [www.dwd.de/DE/derdwd/standorte/niederlassung/stuttgart@html](http://www.dwd.de/DE/derdwd/standorte/niederlassung/stuttgart@html)

### 191-08290

Clemens Steiner

So 24.03.19 10.00–13.00

EUR 16.00

Treffpunkt: vor dem Eingang des  
DWD Stuttgart, Am Schnarrenberg 17, 70376 Stuttgart

## Alltagswissen

### Mobile Wege ins Internet:

#### Vortrag – Smartphone, Tablet, Pad

Dieser Vortrag richtet sich an all jene, die bisher noch kein Smartphone oder Tablet haben und über einen Kauf oder einen Wechsel von ihrem bisherigen PC/Notebook/Telefon zu den „smarten“ Alternativen nachdenken.

Informieren Sie sich über die Möglichkeiten, die die mobilen Geräte bieten: Telefonieren, Nachrichten versenden, Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Reisen planen, Haustechnik überwachen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Gerätetypen und ihren Einsatzmöglichkeiten.

**191-07725**

Cora Burger

Fr 17.05.19 09.00–11.15

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 18.00

### Erst der Kurs – dann der Hund

Für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren

Sie überlegen sich, einen Hund anzuschaffen, sind aber noch unsicher, ob es ein Dackel oder Bernhardiner sein soll? Oder Sie haben sich schon entschieden und möchten, dass Sie und Ihr Hund von Anfang an ein gutes Team werden?

Im Kurs erhalten Sie Informationen zu allen Aspekten der Hundehaltung wie

- Allgemeines Wissen über artgerechte Haltung, Herkunft und Auswahl
- Angemessenes und rücksichtsvolles Auftreten mit Hunden
- Rechte, Pflichten von Hundehaltern sowie Haftungsfragen und Versicherungsschutz
- Gesetze, Verordnungen und Bestimmungen
- Erste Hilfe beim Hund
- Verständigung zwischen Mensch und Hund
- Wesen, Sinne, Körpersprache und Erziehung des Hundes

Der 3. Termin findet in einem Tierheim statt.

Es handelt sich um einen Kurs im Rahmen der bundesweiten Initiative „Der alternative Hund – für ein besseres Miteinander von Mensch und Hund“

**191-57920**

Diana Müller

Fr 13.09.–27.09.19 jew. 16.00–19.00, 3-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 58.00 /EUR 70.00 für 1 Erwachsener plus 1 Kind/

EUR 15.00 für jedes weitere Kind

## Persönlichkeitsentwicklung

### Kommunikation zeigt Persönlichkeit – Schnupperkurs

Rhetorische und kommunikative Fähigkeiten sind heute eine Schlüsselqualifikation für den persönlichen und beruflichen Erfolg.

Inhalte des Seminars:

- verschiedene Gesprächssituationen erarbeiten und üben
- den eigenen Standpunkt vertreten
- strittige Punkte klären
- Umgang mit Emotionen – Signale des Körpers
- Übungen für Körperhaltung, Atem, Sprache, Konzentration
- Input zum Thema Kommunikation

„Man kann nicht nicht kommunizieren“ (Watzlawick)

**191-07624**

Traute Surborg-Kunstleben

So 07.07.19 11.00–15.00

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 40.00

## Kultur – Kunst – Geschichte

### Afro-Trommeln

In langjähriger Unterrichtspraxis entwickelte Christoph Haas ein Konzept, das es allen ermöglicht, tief einzutauchen in die faszinierende Welt pulsierender Rhythmen. Beginner und Spieler/innen mit Vorerfahrung können so im eigenen Zeitmaß Neues lernen und Vertrautes auffrischen – kompakt und intensiv, voll Spielfreude und ohne Leistungsdruck. Aus der reichen Tradition afrikanischer Rhythmen wählt Christoph Haas jedes Semester ein anderes Thema. Alle Instrumente stehen bereit. Eigene Djembes, Congas, Cajones und andere Afrodrums sind willkommen. Wer eine Trommel leihen möchte, bezahlt die Gebühr in Höhe von EUR 10,00 direkt im Kurs. Bitte Gymnastikschuhe/Socken und ggfs. Fingerfood für die Pause mitbringen.

**191-30930**

Christoph G. Haas

So 31.03.19 15.30–19.30

EUR 35.00

TREFFPUNKT: „impuls“ – Atelier für Rhythmus – Bewegung – Percussion, Steinheimer Str. 6 A, 70435 Stuttgart-Zuffenhausen.

Wir empfehlen die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln: U7 bis Haltestelle „Kelterplatz“ oder U15 bis Haltestelle „Rathaus“ (3 Min. zu Fuß); S-Bahn 4, 5, 6 bis S-Bahnhof Zuffenhausen (ca. 10 Min.).

---

### **Gitarrenspiel – Phase I – für Anfänger/innen, ohne Noten**

Wir behandeln Instrumentalbeispiele mit der Solo- und Begleitgitarre. Gespielt wird nach Griffbildern und Tabulaturen. So ist ein erleichterter Zugang zum Gitarrenspiel möglich und Sie können bereits in kurzer Zeit mit Gruppen einfache Gesangsstücke einüben. Außerdem werden leichte Zupftechniken, das Melodie- und Solospiel sowie der Umgang mit dem Plektrum vermittelt. Bei Neuanschaffung erfolgt eine Beratung in der ersten Kursstunde.

#### **Voraussetzungen:**

Notenkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.  
Bitte Instrument mitbringen.

#### **191-27211**

Bernd Bugl

Mo 25.02.–06.05.19 jew. 20.00–21.30, 8-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 72.00

---

### **Gitarrenspiel – Phase II**

Modernes Fingerpicking, erste Picking-Übungen für beide Hände werden behandelt. Außerdem erfolgt eine Einführung in das Pattern-Picking, Melodiepicking sowie die Barré-Grifftechnik und Songbegleitung.

#### **191-27216**

Bernd Bugl

Mo 13.05.–15.07.19 jew. 20.00–21.30, 8-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 72.00

## **Genuss und Kreativität**

---

### **Wir filzen Schäfchen**

Für Menschen mit und ohne Behinderung

Voneinander lernen wir, wie aus Schafwolle Schäfchen entstehen. Mit der Nadelfilztechnik sind ganz unterschiedliche Formen möglich, der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

#### **191-55917H**

Tatjana Yvonne Seehoff

Do 14.03.19 16.30–19.30

Wohnverband Zuffenhausen, Auricher Str. 38, 70437 Stuttgart

EUR 31.00 inkl. EUR 9.00 Material

Anmeldung nur über Katrin Wahner möglich:

(0711-1873-717, katrin.wahner@vhs-stuttgart.de)

---

### **Wir filzen Blüten**

Voneinander lernen wir, wie aus Schafwolle Blüten entstehen. Mit der Nadelfilztechnik sind ganz unterschiedliche Formen möglich, der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

#### **191-55918H**

Tatjana Yvonne Seehoff

Do 23.05.19 16.30–19.30

Wohnverband Zuffenhausen, Auricher Str. 38, 70437 Stuttgart

EUR 31.00 inkl. EUR 9.00 Material

Anmeldung nur über Katrin Wahner möglich:

(0711-1873-717, katrin.wahner@vhs-stuttgart.de)

## **Bewegung – Tanz – Entspannung**

---

### **Steptanz für Einsteiger/innen und Wiedereinsteiger/innen**

Steptanz ist Percussion mit den Füßen – allein, in der Gruppe, mit erlernten Choreografien oder auch gerne improvisiert. In diesem neuen Kurs werden grundlegende Techniken wie auch Körperhaltung und Schrittkombinationen vermittelt. Das Training dauert jeweils 45 min. Ein späterer Einstieg in die parallel laufende Fortgeschrittenengruppe ist möglich. Das Dozentenduo geht auf jede/n Teilnehmer/in rhythmisch und tänzerisch ein. Für alle, die mit Steptanz beginnen, oder nach einer Pause wieder einsteigen möchten, bietet sich jetzt die Gelegenheit.

Bitte Stepschuhe oder feste Schuhe mit Ledersohle mitbringen.

#### **191-30350**

Kai Kresse

Marita Unsner

Do 14.03.–04.07.19 jew. 20.05–20.50, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 60.00

---

### **Steptanz für Mittelstufe und Fortgeschrittene**

Steptanz ist einer der weltweit populärsten Bühnen- und Musicaltanzstile. Sie erlernen rhythmisch und stilistisch abwechslungsreiche Schrittfolgen des Steptanzes. Das Dozenten-Duo ist seit 2000 im süddeutschen Raum mit verschiedenen Formationen und Bühnenshows aktiv und hat mehrfach Platzierungen bei nationalen und internationalen Wettbewerben errungen.

Bei Interesse werden einzelne Auftrittsmöglichkeiten realisiert. Sie erhalten so die Möglichkeit Ihre Fähigkeiten vor Live-Publikum zu testen.

Bitte Stepschuhe oder harte Schuhe mit Ledersohle mitbringen. ▶

### 191-30352

Kai Kresse

Marita Unsner

Do 14.03.–04.07.19 jew. 20.05.–21.20, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 102.00

### Line Dance im Walzerschritt – Schnupperkurs für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen

Line Dance geht auch im Walzerschritt. Choreografien zu unterschiedlichsten Musikrichtungen aus diesem Bereich werden die Füße und Körper in Schwung bringen. Line Dance zeichnet sich besonders dadurch aus, dass kein Tanzpartner benötigt wird, da in Reihen und hintereinander getanzt wird. Grundkenntnisse im Walzerschritt sind von Vorteil, aber nicht unbedingt Voraussetzung. Bitte Hallenschuhe und Getränk mitbringen.

### 191-30514

Brigitte Müller

Fr 29.03.–12.04.19 jew. 19.00–20.00, 3-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 19.00

### Line Dance mit Rock und Pop – Schnupperkurs für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen

Line Dance mal nur aus der Rock- und Popszene. Wunderschöne recht einfache Choreografien zu älteren und neueren Welthits werden Sie begeistern. Wir tanzen in Reihen, neben- und hintereinander, so ist ein Tanzpartner nicht nötig.

Bitte Hallenschuhe und Getränk mitbringen.

### 191-30515

Brigitte Müller

Fr 10.05.–24.05.19 jew. 19.00–20.00, 3-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 19.00

### Hula – Hawaiianischer Tanz

Der Duft von exotischen Blüten und Palmen – ein nettes Lächeln, der warme Sand unter den Füßen und das sanfte Rauschen der Wellen des blauen Pazifiks ...

Wir träumen nicht nur vom fernen Hawaii, wir tanzen und schwingen unsere Hüften zu authentischen Choreografien und fröhlichen, romantischen Melodien von den schönen Inseln. Let's hula! Der Kurs ist geeignet für begeisterungsfähige Frauen, Männer, Anfänger/innen und Fortgeschrittene jeden Alters.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

### 191-30763

Nicole-Michèle Schüder

Mi 08.05.–29.05.19 jew. 20.00–21.30, 4-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 36.00

### Moderner orientalischer Tanz für Anfänger/innen

Lernen Sie einen Teil des exotischen Orients durch Tanz kennen.

Durch das Basic-Programm werden Sie rhythmische Grundlagen unterscheiden können und durchdachte Bewegungen mit Betonung auf den Hüften ausführen können. Die anmutigen, geschmeidigen und kraftvollen Bewegungen lockern Rücken- Beckenbodenbereich, kräftigen die Bauchmuskulatur und beeinflussen damit die Körperhaltung und wirken stimmungsaufhellend. Äußern Sie Ihre Gefühle, Ihre Weiblichkeit, Ihre Grazilität und tauchen Sie ein in den Zauber des Orients. Das Alter ist dabei unwichtig!

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Tuch für das Betonen der Hüftbewegungen.

### 191-30820

Maya Palezevic

Mo 29.04.–03.06.19 jew. 20.05–21.05, 6-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 38.00

### Tapen – die bunten Klebestreifen zur Selbsthilfe

Ursprünglich aus der japanischen Heilkunde stammend, haben die Klebestreifen auch schon lange bei uns Einzug gehalten. Im Kurs wird es darum gehen, wo und wie in der Selbsthilfe die Tapes eingesetzt werden können. Der eigene Körper (Fuß, Knie und Hand) ist dann das praktische Übungsfeld zum Ausprobieren.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und eine gute Schere.

### 191-41400

Brigitte Müller

Mo 24.06.19 18.30–20.00

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 13.00 zusätzlich werden für Übungstapes EUR 2.00 im Kurs erhoben.

### Yoga

Yoga ist eine Jahrtausend alte Disziplin, welche die Einheit von Körper, Geist und Seele anstrebt. Mit Körperhaltungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama), Konzentrationsübungen (Dharana), Achtsamkeits- Entspannungs- und Meditationsübungen wird die Gesamtpersönlichkeit angesprochen und geschult und kann sich dadurch weiterentwickeln. Bei regelmäßigem Üben können sich körperliche, emotionale und geistige Spannungen lösen und ▶

Wohlbefinden kann sich einstellen. Yoga zu üben stärkt die Gesundheit, entwickelt Kraft, lässt die Energien fließen und führt zu mehr innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Im klassischen Yoga hat die Wirbelsäule eine sehr große Bedeutung. Deshalb werden viele Asanas (Körperstellungen) geübt, die das Ziel haben, die Beweglichkeit der Wirbelsäule zu verbessern bzw. bis ins hohe Alter zu erhalten. In der Wirbelsäule befinden sich Chakren, das sind Energiezentren bzw. Bewusstseinszentren. Asanas (Körperstellungen), die teilweise mehrmals hintereinander wiederholt werden, Pranayamas (Atemübungen), Pratyahara (die Sinne zurück nehmen), Dharana (Konzentrationsübungen) und Stille-Übungen mit Hinführung zu Meditation werden Inhalte dieses Kurses sein.

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen und Yoga-Erfahrene geeignet. Die letzte Mahlzeit sollte 2 Stunden zurückliegen.

### **191-47210**

Monika Messinger

Di 19.02.–09.07.19 jew. 17.30–19.00, 16-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 118.00

### **191-47230**

Monika Messinger

Mi 20.02.–17.07.19 jew. 18.30–20.00, 16-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 118.00

### **191-47240**

Monika Messinger

Do 21.02.–18.07.19 jew. 18.00–19.30, 16-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 118.00

### **Rücken-Yoga**

In diesem Kurs werden wir uns einem der wichtigen Körperstellen widmen und ihm Gutes tun - dem Rücken. Mit sanften Yogaübungen, Entspannungseinheiten und Kräftigungsübungen wird die Haltung verbessert und das Wohlbefinden gestärkt. Die Fähigkeiten und Grenzen eines Jeden werden selbstverständlich respektiert. Der Kurs ist für Menschen mit oder auch ohne Yoga-Vorkenntnisse konzipiert. Mit regelmäßiger Übung wird eine bemerkbare Gelassenheit, innere Ruhe und Harmonie entstehen, die wir im Alltag immer wieder gut gebrauchen können.

### **191-47220**

Maria Bety Kouskousi

Di 19.02.–02.07.19 jew. 19.15–20.45, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 111.00

### **Beckenbodentraining für Frauen – Grundkurs am Morgen**

Der Beckenboden hat nicht nur eine zentrale Stellung, weil er im Zentrum des Körpers liegt, sondern auch, weil er alle Organe stützt. Gerät irgendein Organ aus dem Lot (z. B. in Form einer Gebärmutter-senkung, Inkontinenz durch Husten, Niesen, Tragen), wirkt sich das nicht nur negativ auf den Beckenboden aus, sondern auch auf die Seele. Weil die Beckenbodenmuskeln „unsichtbar“ sind, ist der Umgang mit ihnen nicht ganz leicht. Ein kleiner Einblick in die Anatomie und Funktion dieser Muskulatur soll Ihnen helfen, die Bedeutung eines Beckenbodentrainings zu verstehen. Mit gezielten Übungsanleitungen, Informationen und Austausch werden Sie Ihren Beckenboden „in den Griff“ bekommen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Handtuch.

### **191-48400**

Brigitte Müller

Mo 18.02.–01.04.19 jew. 09.15–10.15, 6-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 43.00

### **Beckenbodentraining für Frauen – Übungskurs am Morgen**

Der Beckenboden hat nicht nur eine zentrale Stellung, weil er im Zentrum des Körpers liegt, sondern auch, weil er alle Organe stützt. Gerät irgendein Organ aus dem Lot (z. B. in Form einer Gebärmutter-senkung, Inkontinenz durch Husten, Niesen, Tragen), wirkt sich das nicht nur negativ auf den Beckenboden aus, sondern auch auf die Seele. Weil die Beckenbodenmuskeln „unsichtbar“ sind, ist der Umgang mit ihnen nicht ganz leicht. Ein kleiner Einblick in die Anatomie und Funktion dieser Muskulatur soll Ihnen helfen, die Bedeutung eines Beckenbodentrainings zu verstehen. Mit gezielten Übungsanleitungen, Informationen und Austausch werden Sie Ihren Beckenboden „in den Griff“ bekommen.

#### **Voraussetzungen:**

Absolvieren des Grundkurses, sonst ist eine Teilnahme nicht möglich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Handtuch.

### **191-48415**

Brigitte Müller

Mo 29.04.–03.06.19 jew. 09.15–10.15, 6-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 43.00

---

### **Wirbelsäulengymnastik**

Körperwahrnehmung, sanftes Dehnen, Kräftigen der Muskulatur, Atemübungen und viel Beweglichkeit für die Wirbelsäule bietet dieser Kurs: Bewegungen aus der klassischen Gymnastik, Yoga und Pilates, Haltungsschulung sowie Atem- und Entspannungsübungen tun Ihrem Rücken gut. Für Alle, die ihre Verspannungen lösen, die Körperhaltung verbessern und ihren Körper harmonisch und fließend bewegen möchten.

#### **191-48670**

Tobias Scharpfenecker  
Mi 13.03.–05.06.19 jew. 19.00–20.00, 10-mal  
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart  
EUR 56.00

---

### **Faszientraining – das geht unter die Haut**

Unsere Organe, Knochen und Muskeln sind umhüllt von einem faserigen Netz aus Bindegewebe, den Faszien. Es ist eine Art Verpackungsmaterial, das den Muskeln, den Organen und Bändern Form gibt. Faszien vernetzen unseren ganzen Körper und lassen sich sehr gut trainieren. Bewegungsmangel, Stress, Verletzungen oder z.B. Rückenprobleme können zu erheblichen Beeinträchtigungen, Verklebungen und Schmerzen in den Faszien führen, oft verbunden mit Schonhaltung, Verspannungen und Vermeidungsverhalten. Im Kurs erlernen Sie spezielle Dehn-, Mobilisations- und Regenerations-techniken sowie Federn und Schwingen und die Arbeit mit Tennisbällen.

Menschen jeden Alters können die Übungen mitmachen und dabei erleben, wie Gelenke freier werden und sogar manche Schmerzen verschwinden können.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Handtuch, 2 Tennisbälle und etwas zum Trinken.

#### **191-49000**

Brigitte Müller  
Mo 29.04.–03.06.19 jew. 10.30–11.30, 6-mal  
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart  
EUR 42.00

---

### **Das Gefühlserlebnis mit den Füßen – Fußtraining**

In ihnen befinden sich mehr Sinneszellen als in unserem Gesicht. Sie sorgen für Stütze, Gleichgewicht und Beweglichkeit. Wir verlangen von unseren Füßen ein Leben lang Höchstleistungen, ohne es ihnen wirklich zu danken. Achtlos zwängen wir sie in oft viel zu enge Schuhe und schenken ihnen auch sonst keine Aufmerksamkeit. Dies wollen wir ändern! Alle Füße, gesunde, kranke, verkümmerte oder krumme, sie werden es Ihnen danken, wenn Sie auch mal nach ihren Bedürfnissen schauen.

---

#### **191-49035**

Brigitte Müller  
Mo 18.02.–01.04.19 jew. 10.30–11.30, 6-mal  
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart  
EUR 40.00

---

### **Bauch, Beine, Po & Rücken**

Ein Mix aus Gymnastik, Rückenfit, Bauch, Beine, Po und Stretching macht diese Stunde zu einer abwechslungsreichen Trainingseinheit. Fühlen Sie Kräftigung, Geschmeidigkeit und neue Stärke in Ihrem Körper fließen. Nach überstandenen Training werden es Ihnen ihr Rücken und Ihre Haltung danken.

#### **191-49090**

Ioanna Stamkopoulou  
Mo 18.02.–22.07.19 jew. 18.00–19.00, 18-mal  
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart  
EUR 96.00

#### **191-49100**

Ioanna Stamkopoulou  
Mo 18.02.–22.07.19 jew. 19.00–20.00, 18-mal  
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart  
EUR 96.00

---

### **Pilates**

Pilates – eine Trainingsmethode für Jung und Alt. Es werden die Muskeln geformt, die Tiefenmuskulatur trainiert, die Körperhaltung verbessert und der Stoffwechsel angeregt. Pilates ist ein ganzheitliches Training für Körper und Geist.

Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

#### **191-49700**

Julia Conzelmann  
Di 19.02.–02.07.19 jew. 18.15–19.15, 15-mal  
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart  
EUR 84.00

#### **191-49710**

Julia Conzelmann  
Di 19.02.–02.07.19 jew. 19.15–20.15, 15-mal  
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart  
EUR 84.00

### **Ausdauer Mix**

Eine Mischung aus Aerobic, Step Aerobic und Zirkeltraining bringen das Herz-Kreislauf-System wieder in Schwung. Das dynamische Training mit rhythmischen Bewegungen zu motivierender Musik verbessert Ihre Ausdauer und Ihre Koordination.

Bitte mitbringen: Handtuch und Getränk

### **191-50040**

Ioanna Stamkopoulou

Mo 18.02.–13.05.19 jew. 20.00–20.50, 10-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 47.00

### **Fitness in der Natur – Stadtpark Zuffenhausen**

Nicht nur Teile des guten alten „Trimm-Dich Pfades“, sondern auch die Gelegenheit am/auf/neben dem Trainingsweg bietet Ihnen eine Fülle von Möglichkeiten, die Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination an der frischen Luft zu unterstützen. Die Stunden sind so gestaltet, dass jede Person individuell mitmachen kann.

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte kommen Sie mit Sportkleidung und Schuhen, die dem Wetter angepasst sind. Also vielleicht auch mal mit Regenschirm.

### **191-50270**

Brigitte Müller

Di 14.05.–09.07.19 jew. 09.30–11.00, 7-mal

EUR 84.00

Treffpunkt: Bushaltestelle 52, Ohmstraße an der Schwieberdinger Straße, Richtung Feuerbach.

### **Zumba®**

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout – ein dynamisches und effektives Fitness-Training mit lateinamerikanischer und internationaler Musik. Zumba stärkt das Selbstbewusstsein, verbrennt viele Kalorien, strafft den Körper und verbessert die allgemeine Fitness.

### **191-51320**

Cristiane Angela da Silva-Bastian

Di 19.02.–02.07.19 jew. 17.00–18.00, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 89.00

### **191-51455**

Teresa Pagano

Do 28.02.–18.07.19 jew. 18.45–19.45, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 89.00

### **Zumba® Gold**

Mittelstufe

Diese Version ist speziell für Personen aufgebaut, denen eine normale Zumba Fitness Stunde zu anstrengend ist. Dabei werden alle Elemente beibehalten, die unsere Zumba® Fitness so beliebt machen. Zu fetziger lateinamerikanischer Musik werden leicht erlernbare Bewegungen getanzt jeder Kurs ist wie eine Party. Das Zumba® Prinzip lautet: „Jeder bewegt sich so wie er kann und möchte“. Dabei spielt es keine Rolle, ob eine einzelne Bewegung weggelassen wird.

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Turnschuhe, Handtuch und ein Getränk.

### **191-51510**

Teresa Pagano

Do 28.02.–18.07.19 jew. 17.45–18.45, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 89.00

**IN DITZINGEN**

**ALLES FÜR HEIMWERKER,  
HANDWERKER, PFLANZEN-  
LIEBHABER & TIERFREUNDE!**

**hagebau bolay** **FLORALAND**

71254 Ditzingen  
Dieselstraße 18  
hagebau-bolay.de

Unsere Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 7.00 Uhr bis 20.00 Uhr

## Französisch

---

### **Französisch, Schwerpunktthema Abi – Albert Camus: L'Hôte (B2)**

#### **182-70450**

Omar Mohamed Mosati

Di 19.02.19 18.00–19.30

Stadtteilbibliothek Zuffenhausen, Burgunderstr. 32,  
70435 Stuttgart

EUR 5.00

Anmeldung und Reservierung erforderlich, Tel. 216-91623

In Zusammenarbeit mit der Stadtteilbibliothek Zuffenhausen

## Italienisch

---

### **Italienisch, Grundstufe II (A1)**

#### **191-71740**

Emanuela Quirini

Di 07.05.–23.07.19 jew. 18.00–19.30, 10-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 70.00

ab Lektion 4, Con piacere nuovo A1, Klett-Verlag

### **Italienisch, Occasioni per parlare (C1)**

Un incontro settimanale per leggere brevi testi di attualità e cultura italiana (solitamente tratti dalla rivista „Adesso“): si discute poi insieme o si chiacchiera su temi proposti dai partecipanti. Grammatica e lessico verranno curati solo se richiesto.

#### **191-72600**

Cristina Pisano

Mo 18.02.–27.05.19 jew. 09.45–11.15, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 151.00 inkl. Kursunterlagen

Kleingruppe

## Spanisch

---

### **Spanisch, Grundstufe I (A1)**

#### **191-76128**

María Teresa Morales de Neligan

Mi 20.02.–10.07.19 jew. 18.00–19.30, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 105.00

ab Lektion 1, Con Gusto nuevo A1, Klett Verlag

### **Spanisch, Mittelstufe II (B1)**

#### **191-77105**

Dorothea Rüdell

Mo 18.02.–27.05.19 jew. 18.30–20.00, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 149.00 Kleingruppe

Ab Lektion 6, Con Gusto B1, Klett Verlag



# Allgemeine Geschäftsbedingungen der volkshochschule stuttgart

Die vollständigen AGBs finden Sie auf [www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de) ‚AGBs‘

## Allgemeine Geschäftsbedingungen

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle Anmeldungen und werden durch die Anmeldung anerkannt. Für die Richtigkeit der im Programmbuch abgedruckten Daten wird keine Gewähr übernommen.

### 1. Vertragsschluss

Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zur Veranstaltung und der Annahme durch die volkshochschule stuttgart zustande. Meldet sich der/die Teilnehmer/in auf dem Formular der Weitermeldeliste zu einem Folgekurs an, so ist diese Anmeldung verbindlich.

### 2. Gebühren

Die Gebühren werden bei Kursbeginn zur Zahlung fällig. Hiervon ausgenommen sind abweichende Regelungen für bestimmte Fremdsprachenkurse (Punkt 12), für Integrationskurse (Punkt 13) sowie für Wanderungen/Studienfahrten (Punkt 14). Die Bezahlung erfolgt in der Regel per SEPA-Lastschrift einzug; ansonsten sofort in bar im TREFFPUNKT Rotebühlplatz. Das Zustandekommen einer Veranstaltung ist nicht vom Zeitpunkt des Gebühreneinzugs durch die volkshochschule stuttgart abhängig. Bei Übernahme der Gebühr durch einen Dritten (Fremdzahler, bspw. Arbeitgeber) ist eine vom Zahler zu unterschreibende Kostenübernahmeerklärung auszustellen. Erstrecken sich Veranstaltungen über mehrere Semester, gilt die Anmeldung für die gesamte angegebene Dauer. In diesen Fällen ist grundsätzlich Ratenzahlung möglich, genauere Angaben bei den jeweiligen Kursen. Voraussetzung hierfür ist die Zahlung per SEPA-Lastschrift und die Erteilung eines sog. Mandats/Erlaubnis zum Einzug mittels SEPA-Lastschrift. Bei Rücklastschriften trägt der/die Teilnehmer/in bzw. der/die Zahlungspflichtige die dadurch entstehenden Kosten.

### 3. Ermäßigung

Ermäßigungsgründe können nicht kumuliert werden.

#### 3.1 In den folgenden Fällen ist eine Gebührenermäßigung ausgeschlossen:

- Veranstaltungen mit einer Gebühr bis zu 10 EUR.
- Einzelunterricht/ Einzeltrainings
- Studienfahrten, Studienreisen und Wanderungen
- Prüfungen
- Fortbildungen im Rahmen der Kursleiterakademie
- Veranstaltungen mit Kooperationspartnern
- Bei mehrsemestrigen Veranstaltungen (bspw. Lehrgängen) können hiervon abweichende Regelungen getroffen werden, die vertraglich vereinbart werden.
- Ausschließlich für Kinder und Jugendliche bis zum 17. Lebensjahr ausgeschrieben Veranstaltungen, für die bereits eine ermäßigte Gebühr ausgewiesen ist mit Ausnahme der Bonuscard
- Bei Veranstaltungen, für die Förderungen in Anspruch genommen werden können (bspw. Meisterbafög).
- Bei Anmeldung zu Veranstaltungen, für die eine Firma/Institution die Gebühr ganz oder teilweise trägt (Kostenübernahmeerklärung).
- Bei Kostenerstattungen im Rahmen von Umschulungen nach dem SGB III (gefördert durch die Bundesagentur für Arbeit). Verbindliche Auskünfte sind bei der Geschäftsstelle und bei der Bundesagentur für Arbeit erhältlich.
- Sachkosten (Lehrbücher, Seminarunterlagen, Arbeitsmaterial etc.)

**Ausnahme:** Einzelfallregelungen (z. B. in besonderer finanzieller/familiärer Situation o. Ä.) werden geprüft – bitte wenden Sie sich gegebenenfalls an die zuständige Fachbereichsleitung.

#### 3.2 Gruppe A/Ermäßigung 10 %:

Anmeldung und Vorlage eines entsprechenden, gültigen Nachweises bzw. Ausweises bei allen Anmeldestellen. Zur Gruppe der Berechtigten gehören

- Kinder und Jugendliche bis zu 17 Jahren
- Schüler/innen
- Auszubildende
- Praktikant/innen
- Au-pairs
- Studierende mit deutschem oder internationalem Studentenausweis
- Bundesfreiwilligendienst-Leistende
- Soziales- und Ökologisches Jahr-Leistende
- Rentner mit Wohngeldberechtigung

#### 3.3 Gruppe B/Ermäßigung 25 %:

Anmeldung und Vorlage eines entsprechend gültigen Nachweises bzw. Ausweises bei allen Anmeldestellen. Zur Gruppe der Berechtigten gehören Menschen mit einem Grad der Behinderung von wenigstens 50%.

#### 3.4 Gruppe B/Ermäßigung 40 %:

Anmeldung und Vorlage eines gültigen Nachweises (Leistungsbescheid, der nicht älter als 3 Monate ist) in den Anmeldestellen der volkshochschule stuttgart im TREFFPUNKT Rotebühlplatz, in Bad Cannstatt und im Veranstaltungszentrum Ost. Zur Gruppe der Berechtigten gehören:

- Arbeitslose, die Leistungen von der Bundesagentur für Arbeit beziehen
- Empfänger/innen von Leistungen nach SGB II und SGB XII (Bonuscard)

### 5. Rechnungsstellung

Sie erhalten eine Rechnung in der Regel eine Woche vor Kursbeginn. Der Rechnungsbetrag wird am ersten Kurstag zur Zahlung fällig (Ausnahme Punkt 12 und 13).

### 8. Teilnahmebescheinigung/Belegungsliste

Eine Teilnahmebescheinigung stellt die volkshochschule stuttgart auf Wunsch nach Abschluss einer Veranstaltung aus. Voraussetzung hierfür ist die Teilnahme an mindestens 80 % der Unterrichtseinheiten. Die Teilnehmerliste dient als Nachweis über den regelmäßigen Besuch der Veranstaltungen (Kurse, Seminare, Vortragsreihen, Arbeitsgemeinschaften).

### 9. Mindestteilnehmerzahl

Voraussetzung für die Durchführung eines Kurses ist im Regelfall das Erreichen der Mindestteilnehmerzahl vor Beginn des Kurses. Veranstaltungen, die am ersten Kurstermin nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, können gekürzt durchgeführt werden. In diesen Fällen erfolgt die Kürzung unter Beachtung und Beibehaltung der geplanten Inhalte und Gesamtkonzeption. Teilnehmende, die mit dieser Kürzung nicht einverstanden sind, können schriftlich erklären, dass sie von dem Kurs zurücktreten. Sie erhalten dann die Kursgebühr zurück. Ebenso können Kurse, die die jeweilige Mindestzahl nicht erreichen, unter Berücksichtigung inhaltlicher und organisatorischer Gesichtspunkte dann durchgeführt werden, wenn die Teilnehmer/innen zur Zahlung eines entsprechenden Gebührenaufschlages (Umlage) bereit sind. Die Entscheidung (Verkürzung, Umlage) hierüber trifft die zuständige Fachbereichsleitung.

### 10. Späterer Kurseinstieg

Ein späterer Kurseinstieg ist einmalig bei Kursen mit mindestens 10 Kursterminen bis zum dritten Kurstermin möglich bei Zahlung der vollen Kursgebühr. In den Fremdsprachenkursen ist auch ein späterer Einstieg nach dem dritten Termin einmalig mit anteiliger Kursgebühr nach Rücksprache mit dem Fachbereich möglich. Dies gilt nicht bei den Kursangeboten „Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration“.

### 11. Kurswechsel

Ein Wechsel des Kurses ist bis zu 3 Werktagen nach dem ersten Kurstermin einma-

lig möglich. Dies gilt für Kurse ab 10 Kursterminen. Dies gilt nicht bei den Kursangeboten „Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration“.

## 12. Fremdsprachenkurse

In Fremdsprachenkursen ab acht Terminen wird die Rechnung in der Regel bis zum vierten Kurstermin verschickt.

## 13. Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration

Bei den Integrationskursen ist abweichend zu Punkt 2 die Kursgebühr 2 Wochen vor Kursbeginn fällig und wird in der Regel 2 Wochen vor Kursbeginn per SEPA-Lastschrift eingezogen. Barzahlungen im TREFFPUNKT Rotebühplatz sind ebenfalls möglich.

## 14. Wanderungen und Studienfahrten

Sofern bei diesen Veranstaltungen die volkshochschule stuttgart lediglich als Vermittlerin auf tritt, gelten die jeweiligen Regelungen des Reisebürogewerbes und der Leistungsträger.

## 16. Rücktritt/Rückzahlungen

- a. Die volkshochschule stuttgart kann wegen zu geringer Beteiligung, Ausfall einer Dozentin/eines Dozenten oder aus anderen berechtigten Gründen vom Vertrag zurücktreten. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen erstattet: Kursgebühren, die per SEPA-Lastschrift abgebucht werden, werden in diesen Fällen zurück überwiesen. Kursgebühren, die bar bezahlt wurden, werden auf das Guthabenkonto des Zahlers eingetragen und auf Wunsch im TREFFPUNKT Rotebühplatz gegen Vorlage des Personalausweises/Führerscheins/Reisepasses wieder bar ausbezahlt. Weitergehende Ansprüche gegen die volkshochschule stuttgart sind ausgeschlossen.
- b. Der Rücktritt eines/r Teilnehmer/in muss bis spätestens 6 Werktage vor Beginn des Kurses schriftlich oder telefonisch erfolgen. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Wird bei der Ankündigung des Kurses im Programmbuch ausdrücklich eine andere Rücktrittsregelung genannt, so ist diese maßgebend. Entscheidend für die Einhaltung der Frist ist der Eingang des Rücktritts bei der volkshochschule stuttgart. Bei späterem Rücktritt erfolgt keine Rückerstattung der Kursgebühren. Rückzahlungen in bar erfolgen nur an der Anmeldung im TREFFPUNKT Rotebühplatz.
- c. Die Erklärung des Rücktritts gegenüber der/dem Dozentin/en ist unwirksam.
- d. Bei mehrsemestrigen Veranstaltungen (Lehrgängen), Frauenakademie, Studienfahrten, Musikalischer Erwachsenenbildung gelten besondere Rücktrittsbedingungen. Information im jeweiligen Fachbereich.
- e. Für Deutsch- und Integrationskurse einschl. der Prüfungen gelten besondere Rücktrittsbedingungen und Stornogeühren:
  - der Rücktritt eines/er Teilnehmer/in muss bis spätestens 15 Werktage vor Beginn des Kurses schriftlich erfolgen
  - sollten Sie zu den Deutsch-Prüfungen nicht erscheinen ohne fristgerecht zu stornieren, wird eine Stornogeühr in Höhe von 30 EUR erhoben. Gleiches gilt für Stornierungen nach Ablauf der Stornofrist.

## 18. Haftung

Die Haftung der volkshochschule stuttgart beschränkt sich auf Fälle, bei denen grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz seitens der volkshochschule stuttgart oder ihrer Erfüllungsgehilfen vorliegt. Abweichend hiervon haftet die volkshochschule stuttgart im Falle der Verletzung von Leben, Gesundheit oder Körper, sowie bei Verletzung wesentlicher Vertragspflichten auch bei einfacher Fahrlässigkeit.

## 26. Schlussbestimmung

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

Stand: 1. Januar 2019

# 100 Jahre vhs stuttgart Großes Jubiläumsprogramm 2019 Feiern Sie mit!



©Tijana-stock.adobe.com

## **Ansprechpartnerin**

### **Sozialraumorientiertes Bildungsmanagement**

Raphaela Huber  
Fritz-Elsas-Straße 46/48  
70174 Stuttgart  
Telefon 0711 1873-725  
raphaela.huber@vhs-stuttgart.de

Ann-Kathrin Bienert  
Telefon 0711 1873-712  
ann-kathrin.bienert@vhs-stuttgart.de

### **Anmeldung für Kurse**

volkshochschule stuttgart  
Telefon 0711 1873-800  
www.vhs-stuttgart.de

### **Stadtteilbeauftragte für Botnang**

Astrid Biedermann  
botnang@info.vhs-community.de  
Telefon 0711 690128

### **Stadtteilbeauftragte für Mühlhausen**

Gerti Frank  
muehlhausen@info.vhs-community.de  
Mobil 0178 2140624

### **Stadtteilbeauftragte für Weilimdorf**

Margit Müller  
weilimdorf@info.vhs-community.de  
Telefon 0711 8893865

### **Stadtteilbeauftragte für Zuffenhausen**

Anna Wagner-Meyle  
zuffenhausen@info.vhs-community.de  
Telefon 0711 8264692



volkshochschule stuttgart  
Fritz-Elsas-Straße 46/48  
70174 Stuttgart  
Telefon 0711 1873-800  
Fax 0711 1873-709  
info@vhs-stuttgart.de

Bitte senden Sie die Anmeldekarte an nebenstehende Adresse  
oder faxen Sie sie an die Faxnummer 0711 1873-858.

Ja, ich bin damit einverstanden, dass Sie mich über aktuelle  
Veranstaltungen und Angebote der vhs stuttgart informieren  
(z. B. über den Newsletter). Diese Einwilligung kann ich  
jederzeit per Post, Fax, Telefon oder E-Mail widerrufen.

E-Mail

Telefon (tagsüber)

PLZ/Wohnort

Straße

Geburtsstag

Vorname

Name

Absender /in  Herr  Frau

**volkshochschule stuttgart**  
**Postfach 10 49 54**  
**70043 Stuttgart**



## Anmeldung

Falls Teilnehmende/r und Zahlende/r dieselbe Person sind, verwenden Sie bitte diese Anmeldekarte. Gleiches gilt bei Anmeldungen für Kinder bis 18 Jahre.

*Bei Kostenübernahme durch Dritte verwenden Sie bitte das Formular „Kostenübernahme durch Dritte“.*

*Sie finden das Formular unter [www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de) ▶ *Anmeldung* ▶ *besondere Anmeldeformulare*.*

### Ermächtigung zum Einzug von Forderungen durch SEPA-Lastschriften

**Kurs-Nummer**

**Titel**

**Gebühren**

**EUR**

Vorname  Nachname

Geburtsdatum

Ich ermächtige die volkshochschule stuttgart, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart, Zahlungen von meinem Konto mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der volkshochschule stuttgart auf mein Konto gezogenen SEPA-Lastschriften einzulösen. Mit der Kursanmeldung erkenne ich die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der volkshochschule stuttgart an. Die Gläubiger-Identifikationsnummer der volkshochschule stuttgart lautet DE54VHS0000005884, die Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der Rechnung mitgeteilt.

BIC:

(8- oder 11-stellig)

IBAN:

(22-stellig)

Ja, ich bin damit einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten zur Kursanmeldung, -durchführung und -abrechnung erhoben, verarbeitet und genutzt werden dürfen. Diese Einwilligung kann jederzeit und ohne Nachteile widerrufen werden. Meine datenschutzrechtlichen Belange werden ohne Einschränkung gewährleistet. Es erfolgt keine Übermittlung meiner Daten an Dritte, außer im Rahmen der Kursdurchführung z.B. an Dozent/Innen.

Ort

Datum

Unterschrift

Absender und Bankverbindung bitte vollständig angeben!