

Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019



©Tijana-Stock.Adobe.com

100 Jahre vhs stuttgart

**Geburtstagswoche
18.-22.02.19 im TREFFPUNKT
Rotebühlplatz**

Die vhs hat Geburtstag – Sie bekommen die Geschenke!

Die volkshochschule stuttgart startet mit einer Geburtstagswoche in ihr 100-Jahr-Jubiläum. In der Woche vom 18. bis 22. Februar 2019 können Sie in der vhs besonders viel erleben, staunen, schnuppern und mitmachen – und zwar ohne Anmeldung und gebührenfrei! Im TREFFPUNKT Rotebühlplatz erwartet Sie eine Woche lang ein Geburtstagsfest mit Mitmach-Angeboten und Kulturprogramm.

Inhaltsverzeichnis:

Und so funktioniert es.....	Seite 2
Programm Montag 18.02.2019.....	Seite 3
Programm Dienstag 19.02.2019.....	Seite 6
Programm Mittwoch 20.02.2019.....	Seite 10
Programm Donnerstag 21.02.2019.....	Seite 13
Programm Freitag 22.02.2019.....	Seite 16

Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019

Und so funktioniert es:

- **Offene Türen in regulären Kursen und Veranstaltungen:** Viele Kurse und Veranstaltungen, die in dieser Woche von Montag bis Freitag ab 18.00 Uhr beginnen, öffnen ihre Türen. Interessierte können ohne Anmeldung reinschnuppern. Da es sich hierbei um reguläre Kurse handelt, ist je nach Kurs spontan eine aktive Teilnahme oder auch nur ein Blick über die Schulter möglich.
- **Zusätzliche Schnupperkurse aus dem vhs Programm:** In dieser Woche finden von Montag bis Freitag ab 17.00 Uhr kostenlose Schnupperkurse statt.
- **vhs-Beratungszentrum – Ihr kostenloser Bildungswegweiser:** Um die richtige Weiterbildung zu finden, bedarf es einer professionellen und neutralen Beratung. In der Geburtstagswoche können Sie sich täglich ab 14.00 Uhr für Ihre ganz persönliche Karriereplanung beraten lassen. Die vhs bietet gebührenfrei eine trägerneutrale Beratung an, die die gesamte Weiterbildungslandschaft der Region mit einbezieht. So können Sie die individuell passgenaue Weiterbildung finden, die zu Ihren Interessen passt. Außerdem gibt es Beratungen zu den Angeboten und Kursen der vhs stuttgart (Beruf und Karriere, Fremdsprachen, musikalische Erwachsenenbildung u.v.m.)
- **Kulturprogramm:** Die vhs feiert mit Musik und schönem Ambiente im TREFFPUNKT Rotebühlplatz. Parallel zu den Schnupperangeboten in der Halle des TREFFPUNKT Rotebühlplatz können Sie bei verschiedenen Auftritten von an der vhs tätigen Musiker/innen und Künstler/innen dabei sein
- **Kursanmeldung mit Extra:** Wer in der Geburtstagswoche den TREFFPUNKT Rotebühlplatz besucht und sich dort persönlich an der Anmeldung für einen Kurs anmeldet, erhält bei der ersten Anmeldung ein kleines Geschenk!



Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019

Montag 18.02.2019

vhs  **100 Jahre**
Wissen teilen

Woche der offenen Türen

So erkennen Sie, welche regulären Kurse gebührenfrei und ohne Anmeldung besucht werden können:

- Vor Ort im TREFFPUNKT Rotebühlplatz an den Monitoren der Anmeldung sind die betroffenen Kurse mit einem ☀ gekennzeichnet.
- Ein Aushang ist an den Türen der jeweiligen Kursräume angebracht.

Schnupperangebote aus dem vhs Programm

Die Schnupperangebote dauern jeweils 45 Minuten (1 Unterrichtseinheit). Manche Angebote wiederholen sich im Stundentakt. Die Teilnahme erfolgt ohne Anmeldung.

Streetart
EG, Glasfoyer
Peter Kosock
17:00 – 17:45
18:00 – 18:45
19:00 – 19:45
20:00 – 20:45

Du interessierst dich für Streetart und Graffiti oder zeichnest ganz einfach für dein Leben gern? Du wolltest dich schon immer mit deinem eigenen Tag verewigen? Dann schau doch bei einer Streetart Schnupper-Session mit Peter Kosock in der vhs-Geburtstagswoche zwischen dem 18. und 22.02. vorbei! Fast jeden Tag gibt es die Möglichkeit, eine

andere Technik, einen anderen Stil kennen zu lernen.

Zur Geschichte der vhs – Kurzführung im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Treffpunkt: EG, am vhs-Stand
Monika Kurz
17:00 – 17:45

Seit ihrer Gründung 1919 hat die vhs stuttgart große Veränderungen erfahren – und ist doch ihrem ursprünglichen Bildungsauftrag verbunden geblieben. In dieser kurzen Führung erhalten Sie einen kleinen Einblick in die 100jährige Geschichte der vhs stuttgart und die neuen Möglichkeiten der Programmgestaltung mit der Eröffnung des TREFFPUNKT Rotebühlplatz i. J. 1992 bis heute. Die Architektur des Hauses, Kunst am Bau, das Zusammenspiel der verschiedenen Einrichtungen wie auch – nach Möglichkeit – eine kurze Besichtigung ausgewählter Räume, lassen den Charme des Hauses und seiner Nutzer/innen lebendig werden.

Schauspielplatz
B 001
Dorothea Förster
17:00 – 17:45
18:00 – 18:45

Dieses Schnupperangebot richtet sich an Schauspielinteressierte, die auf spielerische Weise ihre Wahrnehmung schärfen und vertiefen möchten.

Kreatives Schreiben - Schreibspiele**A 302 / 303****Andrea Krahl-Rhinow**

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

Spielerisch Schreiben oder Schreiben als Spiel? Mit Schreibspielen bekommt man nicht nur Lust zum Schreiben, sondern auch viele neue Anregungen und Ideen.

Französisch A1**C 402**

19:40 – 20:25

Französisch A2**C 402**

20:25 – 21:10

Sie möchten Französisch lernen? In diesen Mini-Schnupperkursen erhalten Sie kostenfrei einen ersten Einblick in die Sprache und unser vielfältiges Kursangebot.

vhs-Beratungszentrum – Ihr kostenloser Bildungswegweiser

Um die richtige Weiterbildung zu finden, können Sie sich täglich ab 14.00 Uhr gebührenfrei und ohne Anmeldung für Ihre ganz persönliche Karriereplanung beraten lassen.

Grundbildung / Nachholen von Schulabschlüssen**EG, Bereich neben dem Servicezentrum (F 009)****Wolfgang Nagel**

14:00 – 16:00

Sie kennen jemanden, der sich mit dem Lesen, Schreiben und Rechnen schwer tut, oder haben selbst Probleme damit? Sie wollen einen Schulabschluss nachholen und haben Fragen dazu? Hier werden Sie

umfassend beraten und Ihnen werden Kurse empfohlen, mit denen Sie Ihre jeweiligen Ziele erreichen können.

Gruppenberatung Gesang**B 003****Ingeborg Kerbs-Kluge**

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

Singen – kann man das lernen? Kann es jeder lernen? Ist Ihre Stimme dafür geeignet? An diesem Tag erhalten Sie ausführliche Antworten. Es steht Ihnen für 45 Minuten eine ausgebildete Opern- und Konzertsängerin und erfahrene Gesangspädagogin zur Seite. Mittels Übungen, praktischen Tipps und Anregungen wird sie Ihnen Impulse und Wissen für Ihre Weiterentwicklung und einen Einblick in die Welt des Gesangs geben.

Kaufmännische Lehrgänge der vhs EG, Bereich neben dem Servicezentrum (F 009)**Wolfgang Schierbaum**

18:30 – 20:00

An diesem Beratungstermin bekommen Sie Antworten auf Ihre persönlichen Fragen, Tipps und Informationen zu Ihren Weiterbildungsmöglichkeiten, zu den Lehrgängen, Prüfungen und zur Förderung.

Einstufungsberatung Französisch**C 402**

19:40 – 21:10

Wir bieten Ihnen eine kostenlose Einstufungsberatung an. Kommen Sie vorbei, wenn Sie nicht genau wissen, welches Kursniveau das richtige für Sie ist.

Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019

Kulturprogramm

Querflöten-Duo
EG, Rund vor den Garderoben
Botond Rab
18:30 – 19:00

Saxophon meets Piano
EG, Rund vor den Garderoben
20:00 – 21:00

Musikalisches Rahmenprogramm der
Geburtstagswoche mit Ahmed Ajabi
(Saxophon) und Stephanie Zimmermann
(Piano).

Dienstag 19.02.2019



Woche der offenen Türen

So erkennen Sie, welche regulären Kurse gebührenfrei und ohne Anmeldung besucht werden können:

- Vor Ort im TREFFPUNKT Rotebühlplatz an den Monitoren der Anmeldung sind die betroffenen Kurse mit einem ☀ gekennzeichnet.
- Ein Aushang ist an den Türen der jeweiligen Kursräume angebracht

Schnupperangebote aus dem vhs Programm

Die Schnupperangebote dauern jeweils 45 Minuten (1 Unterrichtseinheit). Manche Angebote wiederholen sich im Stundentakt. Die Teilnahme erfolgt ohne Anmeldung.

Vorstellung der vhs-Arche F 304 (Bereich vor der Holzwerkstatt)

Max Strecker, Ismael Younis

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

2017 ist in der vhs Holzwerkstatt ein 2,5 m langes Schiff aus Holz, eine sogenannte Arche, entstanden. Die Arche ist gelebte Inklusion und wurde mit fünf Teilnehmenden mit Handicap verbaut. In der Geburtstagswoche lernen Sie die Holzwerkstatt und die Arche kennen und können ein kleines Werkstück aus Holz

herstellen und dann mit dem LötKolben personalisieren.

Streetart-Workshop EG, Glasfoyer

Peter Kosock

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Du interessierst dich für Streetart und Graffiti oder zeichnest ganz einfach für dein Leben gern? Du wolltest dich schon immer mit deinem eigenen *tag* verewigen? Dann schau doch bei einer Streetart Schnupper-Session mit Peter Kosock in der vhs-Geburtstagswoche zwischen dem 18. und 22.02. vorbei! Fast jeden Tag gibt es die Möglichkeit, eine andere Technik, einen anderen Stil kennen zu lernen.

Zur Geschichte der vhs – Kurz-Führung im TREFFPUNKT Rotebühlplatz

Treffpunkt: EG, am vhs-Stand

Monika Kurz

17:00 – 17:45

Seit ihrer Gründung 1919 hat die vhs stuttgart große Veränderungen erfahren – und ist doch ihrem ursprünglichen Bildungsauftrag verbunden geblieben. In dieser kurzen Führung erhalten Sie einen kleinen Einblick in die 100jährige Geschichte der vhs stuttgart und die neuen Möglichkeiten der Programmgestaltung mit der Eröffnung des TREFFPUNKT Rotebühlplatz i. J. 1992 bis heute. Die Architektur des Hauses, Kunst am Bau, das Zusammenspiel der verschiedenen

Einrichtungen wie auch – nach Möglichkeit – eine kurze Besichtigung ausgewählter Räume, lassen den Charme des Hauses und seiner Nutzer/innen lebendig werden.

Kurzentspannungen

B 003

Christine Winzer

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Wenn Sie im Laufe des Tages immer mal wieder kurze Entspannungspausen einlegen möchten, können Sie hier gute Tipps bekommen. Lernen Sie in diesem Schnupperangebot kurze Entspannungsübungen für Zwischendurch kennen. Machen Sie erste Erfahrungen aus den Bereichen der Körper- und Atementspannung, sowie imaginativen Methoden.

Glücklich(er) leben

A 301

Christine Schwieger

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Was ist Glück und wie lässt sich das Glückserleben stärken? Welche Ressourcen sind hilfreich für ein nachhaltig zufriedenes Leben? Welchen Zusammenhang gibt es zwischen Gesundheit und Glück? Impulsvortrag und Übungen für mehr Gelassenheit, Achtsamkeit, Dankbarkeit und Selbstfürsorge.

Brainwalking

A 401

Vera Thumsch

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

Bei lockerer Bewegung (kein Sport!) aktivieren wir zu zweit, zu dritt und in der Gruppe unser Gehirn mit Hilfe von einfach zu erlernenden Übungen. Freuen Sie sich auf eine abwechslungsreiche Stunde, in der Sie eine Menge über Ihre grauen Zellen und jede Menge Spaß haben werden!

Das persönliche Kundengespräch

F 404

Delia Olivi

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Faktoren für Erfolg oder Misserfolg: Bedürfnisse erkennen, Souveräne Gesprächsführung, individuelles Stimmtraining.

Fotografieren IN und FÜR die vhs

F 401

Bettina Michel

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

Sie interessieren sich für Fotografie? Dieses Schnupperangebot bietet Ihnen eine Vorstellung des Fotoprojekts "Fotografieren IN der und FÜR die vhs" sowie Einblicke in die vhs-photogalerie.

Dinner & Dialogue - Democracy, Social Media and Fake News
F 305

Toni Macary / Pia Köber

18:00 – 21:45

Join us for the first event of a series of 4 under the title Dinner & Dialogue at TREFFPUNKT Rotebühlplatz. We want to gather people from all walks of life, new to the city and from diverse backgrounds, around one big table to cook, eat, talk and discuss under the guidance of two hosts, who will be navigating you, and us, through the topic of the evening.

During our Kick-Off-Week for the new semester and 100 years of vhs (18.02.-22.02.19) the participation in the event is free.

Spanisch A1
C 301

19:40 – 20:25

Spanisch A2
C 301

20:25 – 21:10

Sie möchten Spanisch lernen? In diesen Mini-Schnupperkursen erhalten Sie kostenfrei einen ersten Einblick in die Sprache und unser vielfältiges Kursangebot.

vhs-Beratungszentrum – Ihr kostenloser Bildungswegweiser

Um die richtige Weiterbildung zu finden, können Sie sich täglich ab 14.00 Uhr gebührenfrei und ohne Anmeldung für Ihre ganz persönliche Karriereplanung beraten lassen.

Bildungsprämie

EG, Bereich neben dem Servicezentrum (F 009)

Cerstin Adam-Klitzing

14:00 – 16:00

Hier erfahren Sie die Bedingungen für einen Kostenzuschuss (Bildungsprämie) für den Besuch eines Bildungsangebots in Stuttgarter Bildungseinrichtungen.

Nachholen von Schulabschlüssen

EG, Bereich neben dem Servicezentrum (F 009)

Ute Hoffmann

14:00 – 16:00

Sie wollen einen Schulabschluss nachholen und haben Fragen dazu? Hier werden Sie umfassend beraten und Ihnen werden Kurse empfohlen, mit denen Sie Ihre jeweiligen Ziele erreichen können.

Kaufmännische Lehrgänge der vhs

EG, Bereich neben dem Servicezentrum (F 009)

18:30 – 20:00

Hier bekommen Sie Antworten auf Ihre persönlichen Fragen, Tipps und Informationen zu Ihren Weiterbildungsmöglichkeiten, zu den Lehrgängen, Prüfungen und zur Förderung.

Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019

Kulturprogramm

Auftritt von Fried Dähn am E-Cello
EG, Rund vor den Garderoben
19:00-20:00

Musikalisches Rahmenprogramm der
Geburtstagswoche.

Internationaler Pop-Chor
EG, Rund vor den Garderoben
Natia Dikhtyar
20:00 – 20:30

Der Internationale Pop-Chor der vhs
stuttgart stellt sich mit ausgewählten
Liedern vor.

Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019

Mittwoch 20.02.2019

vhs  **10 Jahre**
Wissen teilen

Woche der offenen Türen

So erkennen Sie, welche regulären Kurse gebührenfrei und ohne Anmeldung besucht werden können:

- Vor Ort im TREFFPUNKT Rotebühlplatz an den Monitoren der Anmeldung sind die betroffenen Kurse mit einem ☀ gekennzeichnet.
- Ein Aushang ist an den Türen der jeweiligen Kursräume angebracht.

Schnupperangebote aus dem vhs Programm

Die Schnupperangebote dauern jeweils 45 Minuten (1 Unterrichtseinheit). Manche Angebote wiederholen sich im Studentakt. Die Teilnahme erfolgt ohne Anmeldung.

Vorstellung der vhs-Arche
F 304 (Bereich vor der Holzwerkstatt)
Max Strecker, Ismael Younis
17:00 – 17:45
18:00 – 18:45
19:00 – 19:45
20:00 – 20:45

2017 ist in der vhs Holzwerkstatt ein 2,5 m langes Schiff aus Holz, eine sogenannte Arche, entstanden. Die Arche ist gelebte Inklusion und wurde mit fünf Teilnehmenden mit Handicap verbaut. In der Geburtstagswoche lernen Sie die Holzwerkstatt und die Arche kennen und können ein kleines Werkstück aus Holz

herstellen und dann mit dem LötKolben personalisieren.

Streetart-Workshop
EG, Glasfoyer
Peter Kosock
18:00 – 18:45
19:00 – 19:45

Du interessierst dich für Streetart und Graffiti oder zeichnest ganz einfach für dein Leben gern? Du wolltest dich schon immer mit deinem eigenen *tag* verewigen? Dann schau doch bei einer Streetart Schnupper-Session mit Peter Kosock in der vhs-Geburtstagswoche zwischen dem 18. und 22.02. vorbei! Fast jeden Tag gibt es die Möglichkeit, eine andere Technik, einen anderen Stil kennen zu lernen.

Lebendiges Theaterspiel, Körper und Imagination
A 301
Simon Lux
17:00 – 17:45
18:00 – 18:45

In diesem Schnupperkurs haben Sie die Möglichkeit, erste Einblicke in einen Theaterworkshop zu erhalten. Der Schwerpunkt liegt auf intensivem und ausdrucksstarkem körperlichen Spiel.

**Pilates trifft auf Bauch, Beine, Po
B 304**

Christel Rehorn

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Der Kurs bietet eine gesunde Mischung aus Pilates-Übungen und klassischem Bauch-, Beine-, Po-Training. Lernen Sie Ihre Körpermitte, auch "Powerhouse" genannt, aktiv anzuspannen und zu stabilisieren. Durch viele Wiederholungen wird die Muskulatur gekräftigt, der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell variieren.

**Offene Chorprobe
Glasfoyer**

Sylvia Reich

17:00 – 18.00

Offene Chorprobe für alle, die gerne gemeinsam singen möchten.

Jede/r kann singen

B 003

Sylvia Reich

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

Viele Menschen haben eine ursprüngliche Freude und einen direkten Zugang zum Singen. Die Teilnehmenden beschäftigen sich mit dem persönlichen, individuellen Zugang zur eigenen Stimme.

**Offene Probe Querflöten-Orchester
B 001**

Regine Weiß

18.00 – 19.30

Das Querflöten-Orchester der vhs stuttgart lädt zu einer offenen Probe ein. Schauen Sie den Musiker/innen über die Schulter und erleben Sie den besonderen Klang von mehreren Querflöten.

Englisch A1

C 202

19:40 – 20:25

Englisch A2

C 202

20:25 – 21:10

Sie möchten Englisch lernen? In diesen Mini-Schnupperkursen erhalten Sie kostenfrei einen ersten Einblick in die Sprache und unser vielfältiges Kursangebot.

**vhs-Beratungszentrum – Ihr kostenloser
Bildungswegweiser**

Um die richtige Weiterbildung zu finden, können Sie sich täglich ab 14.00 Uhr gebührenfrei und ohne Anmeldung für Ihre ganz persönliche Karriereplanung beraten lassen.

**Grundbildung / Nachholen von
Schulabschlüssen**

**EG, Bereich neben dem Servicezentrum
(F 009)**

Wolfgang Nagel

18:30-20:00

Sie kennen jemanden, der sich mit dem Lesen, Schreiben und Rechnen schwer tut, oder haben selbst Probleme damit? Sie wollen einen Schulabschluss nachholen und haben Fragen dazu? Hier werden Sie umfassend beraten und Ihnen werden

Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019

Kurse empfohlen, mit denen Sie Ihre jeweiligen Ziele erreichen können.

Einstufungsberatung Fremdsprachen

Wir bieten Ihnen eine kostenlose Einstufungsberatung in folgende Sprachen an. Kommen Sie vorbei, wenn Sie nicht genau wissen, welches Kursniveau das richtige für Sie ist.

Arabisch

F 302

18:30 – 20:00

Griechisch

F 303

18:30 – 20:00

Japanisch

B 403

18:30 – 20:00

Portugiesisch

C 402

18:30 – 20:00

Russisch

A 401

18:30 – 20:00

Türkisch

C 201

18:30 – 20:00

Kulturprogramm

Sylvia Reich & Friends

EG, Glasfoyer

20:00 – 21:00

Musikalisches Rahmenprogramm der Geburtstagswoche mit Sylvia Reich (Gesang), Bahar Arkillic (Geige), Armin Rager (Saxophon) und Karlfried Honisch (Perkussion).

Donnerstag 21.02.2019



Woche der offenen Türen

So erkennen Sie, welche regulären Kurse gebührenfrei und ohne Anmeldung besucht werden können:

- Vor Ort im TREFFPUNKT Rotebühlplatz an den Monitoren der Anmeldung sind die betroffenen Kurse mit einem ☀ gekennzeichnet.
- Ein Aushang ist an den Türen der jeweiligen Kursräume angebracht.

Schnupperangebote aus dem vhs Programm

Die Schnupperangebote dauern jeweils 45 Minuten (1 Unterrichtseinheit). Manche Angebote wiederholen sich im Stundentakt. Die Teilnahme erfolgt ohne Anmeldung.

Einführung in die vhs Cloud

A 305

Michael Doufrain

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Seit Mitte September 2017 ist die vhs.cloud, eine vom Deutschen Volkshochschulverband (DVV) initiierte Lern- und Austausch-Plattform, online verfügbar. Sie bietet verschiedene Einsatzmöglichkeiten auch für Sie als vhs-Kursteilnehmende, insbesondere die Möglichkeit, sich mit anderen Kursteilnehmenden und den Dozenten/innen zu vernetzen. Mit der

Cloud haben Sie die Möglichkeit, die Vorteile des digitalen Lernens zu erleben, indem Sie selbst einmal zeit- und ortsunabhängig lernen und sich selbst und Ihre vhs-Kurse auf dem Cloud-Schreibtisch organisieren. In diesem Kurs werden die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten für die vhs.cloud vermittelt.

Fitness Kickboxen

B 304

Tobias Scharpfenecker

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Im Fitness-Kickboxen werden auf Basis bewährter Trainingsmethoden und unter professioneller Leitung die Grundtechniken des Kickboxens erlernt. Außerdem bietet dieser Kurs einen Ausgleich zum stressigen Alltag - Hier werden Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination verbessert, das Selbstbewusstsein gesteigert, unnötiges Fett verbrannt und Muskeln aufgebaut.

Albtraum Vortrag? Mut zur Panne!

F 403

Andrea Hermann

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Der eigene Auftritt: Umgang mit technischen Problemen, Umgang mit schwierigen Rahmenbedingungen, Umgang mit Kritik und Störungen.

Swing-Tanz

Martin Güth

17:00 – 17:45 im Raum **C 002**

18:00 – 18:45 im **Glasfoyer**

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 der/m Tanzpartner/in im Vordergrund. So gehört beim Swing der Partnerwechsel ebenso dazu wie Raum für eigene Improvisation und Interaktion mit der/m Partner/in.

Italienisch A1

F 404

18:00 – 18:45

Italienisch A2

F 404

18:45 – 19:30

Sie möchten Italienisch lernen? In diesen Mini-Schnupperkursen erhalten Sie kostenfrei einen ersten Einblick in die Sprache und unser vielfältiges Kursangebot.

Fotografieren IN der und FÜR die vhs C 202

Bettina Michel

19:40 – 20:25

Sie interessieren sich für Fotografie? Dieses Schnupperangebot bietet Ihnen eine Vorstellung des Fotoprojekts "Fotografieren IN der und FÜR die vhs" sowie Einblicke in die vhs-photogalerie.

vhs-Beratungszentrum – Ihr kostenloser Bildungswegweiser

Um die richtige Weiterbildung zu finden, können Sie sich täglich ab 14.00 Uhr gebührenfrei und ohne Anmeldung für Ihre ganz persönliche Karriereplanung beraten lassen.

Bildungsprämie

**EG, Bereich neben dem Servicezentrum
(F 009)**

Cerstin Adam-Klitzing

14:00 – 16:00

Hier erfahren Sie die Bedingungen für einen Kostenzuschuss (Bildungsprämie) für den Besuch eines Bildungsangebots in Stuttgarter Bildungseinrichtungen.

Musikalische Erwachsenenbildung: Gruppenberatung Klavier B 001

Simone Riedl

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

Möchten Sie nach vielen Jahren das Klavierspiel wieder aufnehmen oder das Instrument neu erlernen und sich langfristig geistig trainieren? Dann sind Sie hier richtig. Lernen Sie musikalische Zusammenhänge durch das eigene Klavierspiel besser zu verstehen. Welche motorischen Fähigkeiten und Bewegungsabläufe sind erforderlich? Es steht Ihnen für 45 Minuten eine ausgebildete Pianistin und Diplompädagogin zur Seite, von der Sie praktische Übungen und individuelle Anregungen am Klavier erhalten.

Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019

Einstufungsberatung Fremdsprachen

Wir bieten Ihnen eine kostenlose Einstufungsberatung an. Kommen Sie vorbei, wenn Sie nicht genau wissen, welches Kursniveau das richtige für Sie ist.

Italienisch

A 401

18:30 – 20:00

Spanisch

B 003

18:30 – 20:00

Französisch

F 303

18:30 – 20:00

Englisch

A 302

18:30 – 20:00

Kulturprogramm

Klavierauftritt von Marcus Caratelli

EG, Glasfoyer

17:00 – 18:00

Blockflöten-Ensemblespiel

EG, Glasfoyer

Ortrun Dieterich / Ulrike Perschmann

19:00 – 19:20

Die Blockflöten-Ensemble der vhs stuttgart stellen sich mit ausgewählten Liedern vor.

Musikprogramm von Tobias Dellit

(Singer / Songwriter)

Glasfoyer

20:00 – 21:00

Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019

Freitag 22.02.2019

vhs ¹⁰Jahre

Wissen teilen

Woche der offenen Türen

So erkennen Sie, welche regulären Kurse gebührenfrei und ohne Anmeldung besucht werden können:

- Vor Ort im TREFFPUNKT Rotebühlplatz an den Monitoren der Anmeldung sind die betroffenen Kurse mit einem ☀ gekennzeichnet.
- Ein Aushang ist an den Türen der jeweiligen Kursräume angebracht.

Schnupperangebote aus dem vhs Programm

Die Schnupperangebote dauern jeweils 45 Minuten (1 Unterrichtseinheit). Manche Angebote wiederholen sich im Stundentakt. Die Teilnahme erfolgt ohne Anmeldung.

Streetart-Workshop

EG, Glasfoyer

Peter Kosock

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Du interessierst dich für Streetart und Graffiti oder zeichnest ganz einfach für dein Leben gern? Du wolltest dich schon immer mit deinem eigenen Tag verewigen? Dann schau doch bei einer Streetart Schnupper-Session mit Peter Kosock in der vhs-Geburtstagswoche zwischen dem 18. und 22.02. vorbei! Fast jeden Tag gibt es die Möglichkeit, eine

andere Technik, einen anderen Stil kennen zu lernen.

Entspannungsmethoden

B 304

Karin Mutschler

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

Wir probieren verschiedene Methoden für die Entspannung aus und vertiefen sie. Atmung, Autogenes Training, progressive Muskelentspannung und Qigong. Was passt für mich? Die Übungen werden im Stehen, Sitzen oder Liegen gemacht. Was tut mir gut, welche Methode kommt mir entgegen? Finden Sie es heraus!

Hula - Hawaiianischer Tanz

C 002

Nicole-Michèle Schüder

17:00 – 17:45

18:00 – 18:45

19:00 – 19:45

20:00 – 20:45

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.

Geburtstagswoche der vhs stuttgart – 18.-22.02.2019 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Stand: 06.02.2019

Chinesisch A1

C 201

Xuejiao Liu

18:00 – 18:45

18:45 – 19.30

Sie möchten Chinesisch lernen? In diesem Mini-Schnupperkurs erhalten Sie kostenfrei einen ersten Einblick in die Sprache und unser vielfältiges Kursangebot.

Arabisch A1

C 204

18:00 – 18:45

18:45 – 19.30

Sie möchten Arabisch lernen? In diesem Mini-Schnupperkurs erhalten Sie kostenfrei einen ersten Einblick in die Sprache und unser vielfältiges Kursangebot.

Kroatisch A1

C 205

Nina Bjelan

18:00 – 18:45

18:45 – 19.30

Sie möchten Kroatisch lernen? In diesem Mini-Schnupperkurs erhalten Sie kostenfrei einen ersten Einblick in die Sprache und unser vielfältiges Kursangebot.

Spannend schreiben

B 003

Julia Hofelich

18:00 – 18:45

Was braucht eine gute Geschichte und wie muss ich sie erzählen, damit ein/e Leser/in unbedingt weiterlesen will? Die Teilnehmer/innen haben die Möglichkeit, bei der Krimischriftstellerin Julia Hofelich die wichtigsten Grundzutaten für einen fesselnden Text kennenzulernen und selbst auszuprobieren. Denn: Spannungserzeugung ist kein

unergründbares Geheimnis, sondern erlernbare Kunst.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Schreiben zum Thema Frühling

B 003

Julia Hofelich

19:00 – 19:45

Inspiziert vom bunten Frühling gibt dieses Schnupperangebot einen Einblick in das Kreative Schreiben.

vhs-Beratungszentrum – Ihr kostenloser Bildungswegweiser

Um die richtige Weiterbildung zu finden, können Sie sich täglich gebührenfrei und ohne Anmeldung für Ihre ganz persönliche Karriereplanung beraten lassen.

Einstufungsberatung Französisch

C 201

18:00 – 19:30

Wir bieten Ihnen eine kostenlose Einstufungsberatung an. Kommen Sie vorbei, wenn Sie nicht genau wissen, welches Kursniveau das richtige für Sie ist.

Kulturprogramm

Tanz & Klavier: Spielen Sie mit!

EG, Rund vor den Garderoben

Marcus Caratelli / zwei Tänzer von

Dancers across Borders

19:30 – 21:00

Tanzperformance zu Klavierklängen. Alle Besucher/innen sind eingeladen, am Klavier zu spielen. Die Tänzer bewegen sich zur Musik.