

Kultur · Gestalten

Kultur macht stark!

In unseren Angeboten der kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden. Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion.

Literatur

0501 Buchcafé für die Sommerzeit

Mittwoch, 27. Mai · 15.30 - 17.45 Uhr

VHS, Raum 8 · 1 Termin · 3 UStd. · 5,00 Euro

Das Team der Stimberg-Buchhandlung nimmt Sie mit auf eine Reise zu den aktuellen Neuerscheinungen. Wir begeistern Sie für die heimlichen Bestseller, die nicht durch die Presse bekannt gemacht werden. Bei Kaffee, Tee und Kuchen erhalten Sie einen Einblick in die Perlen diverser Genres.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Höchstteilnehmerzahl: 25

Regina Martach

Musik

0511 Tin whistle Workshop – vom ersten Ton zur irischen Melodie

Workshop für Einsteiger jeden Alters ohne Vorkenntnisse

Samstag, 7. Februar · 10.00 - 15.00 Uhr

VHS, Raum 3 · 1 Termin · 6 UStd. · gebührenfrei

In nur fünf Stunden entdecken wir die Tin whistle – das handliche Instrument mit dem warmen, klaren Klang.

Gemeinsam lernen wir Schritt für Schritt die ersten Töne, einfache Grifftechniken und kleine irische Melodien. Schon bald erklingen fröhliche Jigs, gefühlvolle Reels und vielleicht sogar bekannte Filmmelodien wie aus „Der Herr der Ringe“ oder „Titanic“.

Bitte mitbringen: Gute Laune, evtl. eine eigene Tin whistle in D oder auch ein weiteres irisches Instrument, wie Banjo, Fiddle, Bouzouki, Veed-Harfe, Gitarre usw.

Bitte beachten: Geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie ein Instrument kaufen wollen. Kosten: 8,00 Euro.

Allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen wird nach Kursbeginn ein kostenloses Lehrbuch als PDF zugeschickt.

Höchstteilnehmerzahl: 12

Susanne Blaurock

0512 Tin whistle spielen(d) lernen: Irische Flötenklänge

Anfängerkurs für Einsteiger jeden Alters ohne Vorkenntnisse

Montag, 9. Februar · 17.00 - 18.30 Uhr

VHS, Raum 8 · 13 Termine · 26 UStd. · gebührenfrei

Ob traditionelle irische Tanzmelodien oder berühmte Filmmotive wie aus „Titanic“ oder „Der Herr der Ringe“ – die Tin whistle verzaubert mit ihrem warmen, klaren Klang.

Sie ist handlich, leicht zu erlernen und sorgt schnell für Erfolgsergebnisse.

Schon nach kurzer Zeit spielen wir erste Stücke und lassen uns dazu auf der Gitarre begleiten – und Ohrwürmer sind garantiert.

Bitte mitbringen: Gute Laune und evtl. eine eigene Tin whistle in D.

Bitte beachten: Geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie eine Tin whistle kaufen wollen. Kosten: 8,00 Euro.

Allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen wird nach Kursbeginn ein kostenloses Lehrbuch als PDF zugeschickt.

Höchstteilnehmerzahl: 12

Susanne Blaurock

KOOP Ukulele spielen(d) lernen - Vier Saiten sind weniger als sechs

Samstag, 21. März · 11.00 - 15.00 Uhr

Gustav-Adolf-Schule, Mozartstr.1, Päd. Zentrum, Datteln

1 Termin · 5 UStd. · 49,00 Euro

Kooperation mit der VHS Datteln

Die Ukulele (hawaiianisch: hüpfender Floh) ist ein preiswertes Instrument und leicht zu erlernen. Eigentlich das ideale Instrument für alle, die einen unproblematischen Einstieg in die Welt der Musik und des eigenen Musizierens suchen.

Nach Hawaii ist die Ukulele erst im 19. Jahrhundert gekommen. Ursprünglich stammt sie von der portugiesischen Insel Madeira. Dort spielt man eine ganz ähnliche kleine Gitarrenart, die Braguinha oder auch „Machête“ genannt. Seefahrer haben die Braguinha dann von Madeira in den pazifischen Raum gebracht.

Ohne Notenkenntnisse und mit viel Spaß in allen Musikstilen vom Blues, Country, Klassik bis hin zum Volkslied oder Kirchenlied - alles lässt sich auf dem kleinen, überschaubaren Instrument interpretieren. Es werden keine Vorkenntnisse benötigt.

Der Kursleiter ist ein renommierter Musiker, Musikschulleiter und Ukulele-Spezialist. Er vermittelt Basis- und rhythmisches Grundlagenwissen, so dass alle Teilnehmenden nach dem Kurs garantiert Ukulele spielen können.

Anmeldungen: Tel. 02363/107-412, per Mail: vhs@stadt-datteln.de oder im Internet unter www.vhs-datteln.de

Höchstteilnehmerzahl: 12

Didi Spatz

KOOP Mundharmonika / Blues Harp für Einsteiger*innen und

Fortgeschrittene

Samstag, 21. März · 15.30 - 19.15 Uhr

Gustav-Adolf-Schule, Mozartstr.1, Päd. Zentrum, Datteln

1 Termin · 5 UStd. · 49,00 Euro

Kooperation mit der VHS Datteln

Die Mundharmonika ist ein Instrument, das leicht zu erlernen ist: Ganz schnell kann man ein Lied spielen. So ist es das ideale Instrument für alle, die einen unproblematischen Einstieg in die Welt der Musik und des eigenen Musizierens suchen, ohne Notenkenntnisse und mit viel Spaß in allen Musikstilrichtungen.

Die Teilnehmer*innen erlernen rhythmisches Grundlagenwissen und sind in der Lage mit einem Lehrbuch autodidaktisch weiter zu üben. Einfache Volkslieder, Traditionals, Blues, Licks und Tonleitern sowie die Blues-Kadenz können sie nach diesem Schnupperkurs spielen. Weitere Infos auf www.didispatz.de.

Eine C-Dur gestimmte diatonische (10 Kanäle-) Blues Harp-Mundharmonika ist mitzubringen; außerdem etwas zu trinken. Im Kurs wird mit dem Lehrbuch: „Blues Harp für Einsteiger“ mit CD oder MP3 gearbeitet; die Anschaffung wird empfohlen (20€). Der Kursleiter bringt die Bücher mit.

Eine Mundharmonika kann für 25€ beim Kursleiter erworben werden. Bitte Bescheid geben, wenn Sie ein Instrument benötigen.

Eine C-Dur gestimmte diatonische (10 Kanäle-) Blues Harp-Mundharmonika ist mitzubringen; außerdem etwas zu trinken. Im Kurs wird mit dem Lehrbuch: „Blues Harp für Einsteiger“ mit CD oder MP3 gearbeitet; die Anschaffung wird empfohlen (20€). Der Kursleiter bringt die Bücher mit.

Eine Mundharmonika kann für 25€ beim Kursleiter erworben werden. Bitte Bescheid geben, wenn Sie ein Instrument benötigen.

Der Workshop soll dazu führen, zu Hause selbst weiter üben zu können. Die Teilnehmenden werden mehrere Lieder spielen können, und mit vielen Übungsbeispielen macht das Ganze sehr viel Spaß. Wer möchte, kann ein Lehrbuch mit CD zum Üben käuflich erwerben. Kosten für eine Leih-Ukulele: 4€. Weitere Infos auf www.didispatz.de.

Bitte mitbringen: Sopran- oder Konzert-Ukulele, Papier und Stift und ein Getränk

Anmeldungen: Tel. 02363/107-412, per Mail: info@vhs-datteln.de oder im Internet unter www.vhs-datteln.de

Höchstteilnehmerzahl: 12

Didi Spatz

0515 Westafrikanisches Trommeln auf der Djembe A

Samstag, 28. Februar · 15.00 - 17.15 Uhr

VHS, Raum 2 · 1 Termin · 3 UStd. · gebührenfrei

Westafrikanisches Trommeln – Energie und Lebensfreude mit der Djembe: Tauchen Sie ein in die kraftvolle Welt des westafrikanischen Trommelns! In diesem Workshop lernen Sie die Djembe kennen und spüren die Energie und Dynamik, die diese Trommel in sich trägt. Die Rhythmen sind geprägt von Ursprünglichkeit, Temperament und Lebensfreude – genau das vermitteln wir in der Gruppe durch das gemeinsame Spiel traditioneller Rhythmen. Der Workshop ist für Interessierte mit oder ohne Trommelerfahrungen. Erleben Sie, wie ansteckend und verbindend das Trommeln in der Gruppe sein kann.

Falls möglich, bitte eine eigene Djembe mitbringen. Zudem kann vor Ort eine Djembe-Trommel für 5,- Euro ausgeliehen werden. Bitte bei der Anmeldung angeben!

Höchstteilnehmerzahl: 18

Joachim Klein

0516 Westafrikanisches Trommeln auf der Djembe B

Samstag, 16. Mai · 15.00 - 17.15 Uhr

VHS, Raum 2 · 1 Termin · 3 UStd. · gebührenfrei

siehe Kurs 0515

Falls möglich, bitte eine eigene Djembe mitbringen. Zudem kann vor Ort eine Djembe-Trommel für 5,- Euro ausgeliehen werden. Bitte bei der Anmeldung angeben!

Höchstteilnehmerzahl: 18

Joachim Klein

Malen · Zeichnen

0521 Offene Kunstwerkstatt: Malen in der Gruppe

Dienstag, 3. Februar · 9.00 - 12.00 Uhr

VHS, Raum 6 · 15 Termine · 60 UStd. · 36,00 Euro

Die Werkstatt ist für alle diejenigen gedacht, die daran interessiert sind, Kontakte zu knüpfen, in einer Gruppe Gleichgesinnter zu arbeiten und voneinander zu lernen. Im Vordergrund steht der „Werkstattcharakter“, d.h. nicht die systematische Einführung/Einübung bestimmter Techniken/Stile, sondern vielmehr die praktische, kreative Ausübung und der Austausch in der Gruppe! Voraussetzung ist die Freude am Malen, nicht der Ausbildungsstand, Grundkenntnisse/-techniken sollten aber vorhanden sein. Die Gruppe entscheidet im Laufe der Arbeitsperiode über Themen.

Zum Ende der Arbeitsperiode ist eine kleine Ausstellung ausgewählter Arbeiten geplant.

Höchstteilnehmerzahl: 8

Hella Trawny

W 0522 Aquarellmalereikurs

Donnerstag, 26. Februar · 11.00 - 13.15 Uhr

VHS, Raum 6 · 10 Termine · 30 UStd. · 78,00 Euro

Aquarellfarbe – ist bunt, transparent, fließend, zart, manchmal lebendig, manchmal still. Sie ist immer voller Überraschungen.

In diesem Kurs tauchen Sie in die Welt der Aquarellmalerei ein:

Wir lernen gemeinsam den Umgang mit Wasser, Pinsel und Farbe, entdecken - Schritt für Schritt - unterschiedliche Techniken, vom Lasieren bis zur Nass-in-Nass-Malerei. Wir erkunden Formen, Kompositionen, Farbharmonien – und wie man mit wenigen Mitteln Tiefe und Stimmung erzeugen kann.

Aquarell ist nicht nur Technik, sondern auch Gefühl.

Sie benötigen keine Vorkenntnisse – nur Lust aufs Malen, Neugierde und Freude am kreativen Ausdruck.

Ich freue mich auf Sie!

Die Kursleiterin ist diplomierte Künstlerin und Kunstdozentin.

Sie benötigen die folgenden Materialien:

- Bleistift B2
- Radiergummi
- Aquarellfarben
- Aquarellpinsel (flach: Größe 7, 10, 50, rund: Größe 3, 5, 7, aus Ziegenhaar und Synthetik)
- Palette
- Aquarellpapier A3 (100 % Baumwolle, 300 g/m²)
- Wasserbehälter
- Küchenpapier
- Lappen
- Malbrett (wasserfest)

Höchstteilnehmerzahl: 12

Elena Hüser

0523 Naturfarben-Workshop: Entdecke die Farben der Natur

Samstag, 25. April · 14.00 - 17.00 Uhr

VHS, Raum 10 · 1 Termin · 4 UStd. · gebührenfrei

In diesem Workshop lernst du, wie du aus unterschiedlichen Naturmaterialien Farben und alternative Pinsel herstellen kannst. Mit diesen schaffen wir anschließend einzigartige Kunstwerke und bringen die Natur so auf Papier. Lass deiner Kreativität freien Lauf und entdecke neue Möglichkeiten der Kunst.

Dieser Kurs richtet sich **alle Interessierten ab einem Alter von 12 Jahren**.

Höchstteilnehmerzahl: 15

Julia Mathwig

Gestalten: Nähen · Werken

0531 Nähen für Anfänger (A)

Montag, 2. Februar · 18.30 - 20.45 Uhr

VHS, Raum 10 · 8 Termine · 24 UStd. · 51,00 Euro

Da steht sie, Ihre Nähmaschine! Sie haben Lust, endlich selbst etwas zu nähen, aber trauen sich nicht? Dann sind Sie, als absolute Nähanfängerin, gerade richtig bei uns! Sie bringen Ihre eigene Nähmaschine mit und lernen sie kennen. Schritt für Schritt, unter Anleitung, erlernen Sie das „kleine Einmaleins“ des Nähens. Fragen wie „Wie funktioniert meine Maschine? Wie pause ich einen Schnitt ab? Wie schneide ich zu?“ werden beantwortet. Schnelle und einfache Nähtechniken werden gezeigt, erste kleine Nähprojekte werden unter Anleitung realisiert. Interessiert?

Bitte mitbringen:

Eigene Nähmaschine und ggf. die Bedienungsanleitung, Verlängerungskabel,

Stoff und – falls vorhanden – Schnittmuster, Stift, Lineal, Notizheft, Stecknadeln, Nähnadeln, Zentimetermaß.

Höchstteilnehmerzahl: 8

Ina Otto

0532 Nähen für Anfänger (B)

Montag, 20. April · 18.30 - 20.45 Uhr

VHS, Raum 10 · 8 Termine · 24 UStd. · 51,00 Euro

siehe Kurs 0531

Bitte mitbringen:

Eigene Nähmaschine und ggf. die Bedienungsanleitung, Verlängerungskabel, Stoff und – falls vorhanden – Schnittmuster, Stift, Lineal, Notizheft, Stecknadeln, Nähnadeln, Zentimetermaß.

Höchstteilnehmerzahl: 8

Ina Otto

0540 Workshop: Silberschmuck herstellen A

Samstag, 21. März · 9.00 - 14.15 Uhr

VHS, Raum 6 · 1 Termin · 7 UStd. · 24,00 Euro

Tragen Sie gern schönen Silberschmuck und würden gern lernen, ihn selbst herzustellen? Kein Problem!

In diesem Kurs werden Sie lernen, mit einfachen Werkzeugen und Methoden Ringe, Armreifen, Kettenanhänger oder anderes herzustellen. Sie werden eigene Entwürfe umsetzen und Ihren eigenen Geschmack und Stil einarbeiten können.

Dabei bekommen Sie professionelle Unterstützung durch die Dozentin, die ausgebildete Silberschmiedin ist.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: ein großes altes Frottierhandtuch, Schleifpapier (400/600/1.000-er Körnung) und Zitronensäure (ca. 10 g) aus der Apotheke

Die Materialkosten richten sich nach dem Verbrauch und der Größe des Schmuckstücks (ca. 15,00 Euro für ein Medaillon aus Silber).

Bitte eigene Verpflegung mitbringen!

Höchstteilnehmerzahl: 6

Rosa Espinosa

0541 Workshop: Silberschmuck herstellen B

Samstag, 21. März · 15.00 - 20.15 Uhr

VHS, Raum 6 · 1 Termin · 7 UStd. · 24,00 Euro

siehe Kurs 0540

Bitte mitbringen: ein großes altes Frottierhandtuch, Schleifpapier (400/600/1.000-er Körnung) und Zitronensäure (ca. 10 g) aus der Apotheke

Die Materialkosten richten sich nach dem Verbrauch und der Größe des Schmuckstücks (ca. 15,00 Euro für ein Medaillon aus Silber).

Bitte eigene Verpflegung mitbringen!

Höchstteilnehmerzahl: 6

Rosa Espinosa

0542 Workshop: Silberschmuck herstellen C

Samstag, 25. April · 9.00 - 14.15 Uhr

VHS, Raum 6 · 1 Termin · 7 UStd. · 24,00 Euro

siehe Kurs 0540.

Bitte mitbringen: ein großes altes Frottierhandtuch, Schleifpapier (400/600/1.000-er Körnung) und Zitronensäure (ca. 10 g) aus der Apotheke

Die Materialkosten richten sich nach dem Verbrauch und der Größe des Schmuckstücks (ca. 15,00 Euro für ein Medaillon aus Silber).

Bitte eigene Verpflegung mitbringen!

Höchstteilnehmerzahl: 6

Rosa Espinosa

0543 Workshop: Silberschmuck herstellen D**Samstag, 25. April · 15.00 - 20.15 Uhr****VHS, Raum 6 · 1 Termin · 7 UStd. · 24,00 Euro**

siehe Kurs 0540

Bitte mitbringen: ein großes altes Frottierhandtuch, Schleifpapier**(400/600/1.000-er Körnung) und Zitronensäure (ca. 10 g) aus der Apotheke****Die Materialkosten richten sich nach dem Verbrauch und der Größe des Schmuckstücks (ca. 15,00 Euro für ein Medaillon aus Silber).****Bitte eigene Verpflegung mitbringen!****Höchstteilnehmerzahl: 6****Rosa Espinosa****0544 Frühlingskranz aus Naturmaterialien****Dienstag, 10. März · 17.00 - 20.00 Uhr****VHS, Raum 10 · 1 Termin · 4 UStd. · 31,80 Euro**

Im Frühling wächst nicht nur die Natur – auch unsere Kreativität blüht auf. Gemeinsam gestalten wir aus schlingenden Gehölzen wie Korkenzieherweide, Hartriegel oder Weidenzweigen einen natürlichen Kranz. Mit Moos, Heu, Zweigen, Eukalyptus und Frühblühern dekorieren wir nach eigenen Ideen – zart, verspielt oder farbenfroh. Wir erlernen grundlegende floristische Techniken und kombinieren diese mit unseren persönlichen Gestaltungsvorstellungen. So entstehen langlebige, individuelle Frühlingsdekorationen – als Tischschmuck, Geschenk oder Ausdruck unserer Kreativität. Ein inspirierender Workshop für alle, die den Frühling mit eigenen Händen gestalten möchten.

Bitte bringen Sie Folgendes mit: Eine kleine Heißklebepistole samt Klebesticks, eine Rosenschere, eine Haushaltsschere, ein Paar Plastikhandschuhe sowie eine große Tasche, damit Sie Ihr selbst gestaltetes Meisterstück sicher mit nach Hause nehmen können.**Die Materialkosten in Höhe von 20,00 Euro sind bereits in der Kursgebühr enthalten!****Höchstteilnehmerzahl: 10****Joanna Schneider****0545 Ostergesteck mit Frühlingsblumen****Dienstag, 17. März · 17.00 - 20.00 Uhr****VHS, Raum 10 · 1 Termin · 4 UStd. · 31,80 Euro**

Frische Farben, zarte Düfte und die Leichtigkeit des Frühlings – in diesem Kurs gestalten wir gemeinsam ein liebevolles Ostergesteck. Mit frischen Blumen, natürlichen Steckhilfen und vielen kreativen Ideen entstehen farbenfrohe Arrangements, die ganz nach dem persönlichen Stil gearbeitet werden können: verspielt oder schlicht, bunt oder zart. Fachliche Tipps geben Inspiration, doch im Mittelpunkt stehen Freude, Ausprobieren und die Lust am Gestalten.

Bitte beachten:

Damit wir nachhaltig arbeiten, bringen Sie bitte eine flache Glasschale oder Keramikschale (\varnothing 20–25 cm, max. 5 cm hoch) mit. Vielleicht findet sich ein passendes Stück auf dem Flohmarkt oder in Ihrem Dekofundus – oder Sie fragen einfach Familie und Freunde. So wird jedes Werkstück einzigartig und voller Frühlingszauber! Schön ist es auch, eigene Osterdeko mitzubringen – gern können wir diese untereinander tauschen.

Zudem bringen Sie bitte mit: eine Rosenschere, eine Haushaltsschere, ein Paar Plastikhandschuhe sowie eine große Tasche, damit Sie Ihr selbst gestaltetes Meisterstück sicher mit nach Hause nehmen können.

Die Materialkosten in Höhe von 20,00 Euro sind bereits in der Kursgebühr enthalten!**Höchstteilnehmerzahl: 10****Joanna Schneider**

0546 Workshop: Upcycling- aus Alt macht Neu!**Sonntag, 22. Februar · 14.00 - 17.00 Uhr****VHS, Raum 6 · 1 Termin · 4 UStd. · gebührenfrei**

Upcycling ist mehr, als nur ein Trend- es ist kreativ, nachhaltig und es macht einfach Spaß!

In diesem Kurs verwandeln wir alte, scheinbar nutzlose Dinge in neue Lieblingsstücke: dekorativ, praktisch und individuell.

Ob alte Dosen, Blumentöpfe, Omas alter Kerzenständer, ausrangierte Gläser, Bilderrahmen, Plastikflaschen und vieles mehr- wir geben den Dingen ein zweites Leben. Dafür stehen von Strukturpaste bis zum Gravurstift eine Vielzahl von Materialien zur Verfügung.

Vom stylischen Deko-Objekt über aufgepeppte Alltagsgegenstände bis hin zum kleinen Insektenhotel für Garten oder Balkon entstehen völlig neue Kreationen- ganz nach Wunsch der TeilnehmerInnen.

Wer eigene, liebgewonnene Stücke mitbringen möchte, ist herzlich dazu eingeladen- zusätzlich stehen natürlich auch Materialien im Kurs bereit.

Der Kurs ist offen für alle, egal ob AnfängerIn oder Bastelprofi, und auch Kinder sind willkommen.

In einer lockeren Runde entdecken wir, wie viel Freude es macht, Altes neu zu gestalten. Am Ende nimmt jeder etwas Schönes und Praktisches mit nach Hause.

Höchstteilnehmerzahl: 10

Simone Hermann

0547 Upcycling- aus Alt macht Neu!**Montag, 9. Februar · 16.30 - 18.00 Uhr****VHS, Raum 10 · 5 Termine · 10 UStd. · gebührenfrei**

siehe Kurs 0546!

Bitte beachten: Dieser Kurs findet 14-tägig statt!

Höchstteilnehmerzahl: 10

Simone Hermann

0548 Ihr Motiv – mit Pinsel, Stift und Farbe**Montag, 2. Februar · 16.30 - 18.00 Uhr****VHS, Raum 10 · 5 Termine · 10 UStd. · gebührenfrei**

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, Ihr eigenes Wunschmotiv zu gestalten. Ob mit Acrylfarben, in Aquarelltechnik oder als Zeichnung- Schritt für Schritt entstehen Bilder, die sich sehen lassen können. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie schon Erfahrung mitbringen oder zum ersten Mal Pinsel oder Farben in die Hand nehmen- der Kurs ist offen für alle.

Sie werden von mir individuell begleitet, erhalten Anregungen zur Gestaltung, Umsetzung und Technik und können gleichzeitig in lockerer Runde Ihrer Kreativität freien Lauf lassen.

Am Ende nehmen Sie nicht nur Ihr eigenes Kunstwerk mit nach Hause, sondern auch viele neue Eindrücke und Ideen für weiteres kreatives Arbeiten.

Eigene Materialien (Farben, Pinsel, Leinwände, Stifte, ...) müssen nicht, können aber gerne mitgebracht werden.

Bitte beachten: Dieser Kurs findet 14-tägig statt!

Höchstteilnehmerzahl: 10

Simone Hermann

0549 Airbrush-Design – Schnupperkurs

Samstag, 30. Mai · 14.00 – 16.00 Uhr

VHS, Raum 6 · 1 Termin · 2,67 UStd. · gebührenfrei

Airbrush ist eine faszinierende künstlerische Technik. Dabei wird Farbe mit einer Sprühpistole auf den Untergrund (bei uns: Zeichenkarton) gesprüht und mit ein wenig Übung lassen sich realistische Farbverläufe und tolle Effekte verwirklichen.

In diesem Workshop haben interessierte Anfänger*innen die Möglichkeit, einmal in diese Technik hineinzuschnuppern. Verschiedene Airbrushpistolen, Farben und andere Werkzeuge werden vorgestellt. Nach ersten Einstiegsübungen werden einige typische Beispielarbeiten Schritt für Schritt nachgearbeitet.

Unterstützt werden die Teilnehmer dabei von dem renommierten Cover-Illustrator **Rainer Kalwitz**.

Höchstteilnehmerzahl: 8

Rainer Kalwitz

Fotografie

0551 Smartphone: Bessere Fotos mit modernen Handys

Montag, 13. April · 17.30 - 21.30 Uhr

VHS, Raum 9 · 1 Termin · 5,33 UStd. · 43,00 Euro

Mit den aktuellen Smartphones (z.B. Huawei, Samsung, etc.) hat man eine erstaunlich gute Kamera immer dabei. Selbst in ihrem Automatikmodus „Foto“ gelingen schon detailreiche Fotos. Der richtige Zauber aber liegt in ihrem „Pro“ Modus, dort lassen sich meist Schärfe, Belichtungszeit, Über/Unterbelichtung und ISO einstellen. Bei manchen Modellen lässt sich sogar die Schärfentiefe beeinflussen.

Doch wie hängen diese Einstellungen zusammen, was ist mit dem Licht, den Perspektiven,

wie gestaltet man ein interessantes Bild? Wie entstehen kleine Kunstwerke statt der üblichen Selfies, z.B. für Ihren nächsten Social Media Auftritt? Ein Blick auf die weiteren Aufnahmemodi und auf sinnvolles Zubehör runden den Kurs ab. Bitte eigene, aufgeladene Smartphones (die Hauptkamera muss 2, 3 oder mehr eingebaute Objektive haben), Ladekabel und Zubehör mitbringen. Mit der grundsätzlichen Bedienung des Smartphones sollten Sie sich schon auskennen. Mit Dr. Tom Fliege von Planet-Fliege.de

Eine Anmeldung ist erforderlich. Keine Abendkasse!

Höchstteilnehmerzahl: 12

Dr. Tom Fliege

0552 Fotopraxis: Zoom Erlebniswelt Gelsenkirchen

Samstag, 27. Juni · 11.00 - 15.00 Uhr

Treffpunkt: vor dem Haupteingang, Zoom Gelsenkirchen

1 Termin · 5,33 UStd. · 43,00 Euro

Die Zoom Erlebniswelt Gelsenkirchen ist das Zuhause von 900 Tieren in 100 Arten. In den 3 großen Abteilungen Alaska, Afrika und Asien kommt man durch ein modernes Zookonzept ohne Gitterkäfige zum Teil „hautnah“ in die Nähe der Tiere. Daher hat man sich auch den Begriff „Zoom“ aus der Fotografie ausgeliehen. Auch wir werden auf unserem Spaziergang durch den Zoo viele schöne Fotomotive finden.

Der Kursleiter erklärt Ihnen die grundlegenden Begriffe der Fotografie, damit alle Teilnehmer auf einen ähnlichen Wissensstand kommen und berät bei der Motivgestaltung. Dazu sollten Sie Ihre Digitale Spiegelreflexkamera (mit oder ohne Spiegel) mit den Kameramodi P, Av/A, Tv/S und M und verschiedenen Objektiven mitbringen. Alternativ bringen Sie Ihr modernes

Smartphone (z.B. von Huawei, Samsung, etc.) mit, dessen Hauptkamera 2, 3 oder mehr eingebaute Objektive hat. Mit der ganz grundsätzlichen Bedienung

Ihrer Kamera oder Ihres Smartphones sollten Sie sich schon einigermaßen auskennen. Bitte denken Sie daran, vorher alles aufzuladen!

Wer mag, kommt in dunkler Bekleidung, um die Reflektionen der Glasscheiben der Gehege zu minimieren. Sollte es am Kurstag zu regnerisch oder stürmisch sein, wird Ihnen die Kursverschiebung vormittags per E-Mail (bitte E-Mail-Adresse bei der Anmeldung mit angeben!) mitgeteilt.

Treffpunkt: vor dem Haupteingang, Zoom Gelsenkirchen, Bleckstr. 64, 45889 Gelsenkirchen

In der Kursgebühr ist der Zoom-Eintrittspreis nicht enthalten! Eine Anmeldung ist erforderlich!

Höchstteilnehmerzahl: 5

Dr. Tom Fliege

Gesundheitsbildung

„VHS macht gesünder!“

Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört und helfen kann, Krankheiten präventiv vorzubeugen. In der Gruppe lernen Sie, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen und Ihre Fitness stärken können. Die Teilnahme an unseren Gesundheitskursen macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig. Darüber hinaus können Sie sich in Vorträgen zu Medizin, Homöopathie, Naturheilkunde und fernöstlichen Heilverfahren über konventionelle und alternative Möglichkeiten zur Behandlung und Prävention von Krankheiten informieren und so Ihre Gesundheitskompetenz erweitern.

Bewegung · Fitness · Tanz

W 0601 Fit und beweglich - Leichte Gymnastik am Nachmittag

Montag, 2. Februar · 17.00 - 18.00 Uhr

VHS, Raum 2 · 13 Termine · 17,33 UStd. · 42,80 Euro

Alle Muskeln und Gelenke brauchen Bewegung! Bewegung hält fit, hilft bei Problemen mit dem Bewegungs- und Stützapparat, beugt fortschreitendem Verschleiß und Alterserscheinungen wie Gelenk- und Gliederschmerzen sowie Bewegungseinschränkungen vor und stärkt das seelische Gleichgewicht.

In diesem Kurs sollen Sie mit sanften Übungen, Spiel und Spaß unterstützt werden. Ohne und mit dem Einsatz von Kleingeräten und Hilfsmitteln werden Muskeln gekräftigt, um den Stützapparat wieder zu stabilisieren und zu regenerieren. Da der Spaß keinesfalls zu kurz kommt, wird die Freude an Fitness und Bewegung wieder geweckt!

Bitte mitbringen: ein Handtuch, eine Trinkflasche und bequeme Sportsachen mit guten Turnschuhen – und gute Laune!

Höchstteilnehmerzahl: 12

Sandra Pliska

W 0602 Fit Mix für Frauen

Mittwoch, 4. Februar · 10.00 - 11.00 Uhr

VHS, Raum 2 · 13 Termine · 17,33 UStd. · 42,80 Euro

Durch ein abwechslungsreiches flottes Sport-Mix-Programm, teilweise mit Kleingeräten, werden Bereiche von Ausdauer-, Kraft-, Koordinationstraining sowie BOP-Elemente speziell für Problemzonen miteinander verbunden. Ein Kurs, der Ihrer Fitness dient und Spaß an der Bewegung vermittelt.

Bitte mitbringen: Sportzeug, Turnschuhe, Isomatte, Handtuch & Getränk!

Höchstteilnehmerzahl: 12

Sandra Pliska