



**vhs**

**krefeld**

**Krefeld | Neukirchen-Vluyn**

# **ONLINE KURSANGEBOT**

**1. Semester 2021**

**Volkshochschule.  
Das kommunale  
Weiterbildungszentrum.**

## **Trauen Sie sich online - Wir unterstützen Sie!**



In jeder Krise liegt eine Chance - So versuchen wir das aktuelle Pandemie-Geschehen zu sehen und das Beste daraus zu machen. Mit unserem erweiterten Online-Angebot möchten wir Ihnen nicht nur während

des Lockdowns eine Alternative zum Lernen in Präsenz bieten, sondern außerdem auch Ihre digitale Kompetenz stärken. So können Sie sich einfach und bequem von zu Hause aus weiterbilden.

Neben dem klassischen Online-Kursangebot bieten wir auch kostenlose Schnupperkurse und Technik-Checks an. Mit diesem Service möchten wir vor allem diejenigen erreichen, die sich bislang gar nicht mit dem Thema Online-Lernen befasst haben und sie beim Ausbau ihrer digitalen Fähigkeiten begleiten. Wer es einmal ausprobiert hat, stellt häufig fest, wie einfach es eigentlich ist und freut sich über den großen Zugewinn an Angeboten.

**-> Alle Kurse, die Sie in diesem Flyer finden, werden online in einem unserer Videokonferenz-Programme stattfinden**

**-> Wir aktualisieren unser Online-Kursangebot kontinuierlich. Schauen Sie gerne auch online unter [www.vhs.krefeld.de](http://www.vhs.krefeld.de) für neue Kurse und Vorträge!**

## **Kostenlose Technik-Checks und Schnupperkurse**

In unseren kostenlosen Technik-Checks und Schnupperkursen machen wir Sie mit unseren Videokonferenzprogrammen vertraut. Es geht z.B. um Fragen, wie man sich einloggt, die Programme bedient und welche Möglichkeiten der Interaktion es gibt.

### **Schnupperstunde Deutsch B1**

Di., 16.02.2021, 17:30 - 18.15 Uhr (X41469)

### **Technik-Check Deutsch**

Do., 25.02.2021, 16:00 - 17:30 Uhr (X41473)

### **Technik-Check Jitsi**

Do., 18.02.2021, 11:00 - 12:00 Uhr (X55098)

### **Technik-Check alfaview**

Fr., 19.02.2021, 11:00 - 12:00 Uhr (X55099)

### **Technik-Check Fremdsprachen**

Fr., 19.02.2021, 10:00 - 11:00 Uhr (X42959)

Mo., 22.02.2021, 15:00 - 16:00 Uhr (X42960)

Anmeldungen zu den Technik-Checks und Schnupperstunden nimmt unser Kundenservice unter 02151-36602664 oder [vhs@krefeld.de](mailto:vhs@krefeld.de) gerne entgegen.

## **Technische Voraussetzungen**

**Folgende Punkte sollten zu Beginn des Online-Kurses gegeben sein:**

- **stabile Internetverbindung**
- **aktueller Internetbrowser, (idealerweise Firefox oder Chrome)**
- **Computer oder Notebook mit Webcam und Headset**

## Fremdsprachen

### **Niederländische Konversation (A2/B1) - Unbekannte Orte in den Niederlanden**

6x ab Mo., 22.02.2021, 20:00 - 21:30 Uhr  
64,00 € (X42199)

### **Finnische Konversation (A2 bis B2)**

6x ab Mo., 22.02.2021, 20:00 - 21:30 Uhr  
64,00 € (X42299)

### **Mitreden! Französisch Konversation (A2)**

4x ab Mo., 22.02.2021, 10:30 - 12:00 Uhr  
43,20 € (X42391)



### **Mitdiskutieren! Französisch Konversation (B1/B2)**

4x ab Mo., 22.02.2021, 13:30 - 15:00 Uhr  
43,20 € (X42392)

### **Italienisch Grundstufe (A1) mit geringen Vorkenntnissen**

6x ab Mo., 22.02.2021, 12:00 - 13:30 Uhr  
51,00 € (X42498)

### **Carry on practising your English (B1/B2)**

6x ab Mo., 22.02.2021, 10:30 - 12:00 Uhr  
51,00 € (X42095)

### **Let's Get Talking (B2/C1) - Online**

5x ab Di., 23.02.2021, 09:30 - 11:00 Uhr  
42,50 € (X42097)

**-> Weitere Fremdsprachen-Angebote finden Sie  
auf unserer Website unter [www.vhs.krefeld.de](http://www.vhs.krefeld.de)**

### **Let's get talking (B1/B2) - Fernweh?! Traumreiseziele**

6x ab Di., 23.02.2021, 10:30 - 12:00 Uhr  
64,00 € (X42099)



### **Carry on practising your English (A2/B1)**

6x ab Mi., 24.02.2021, 09:30 - 11:00 Uhr  
51,00 € (X42094)

### **Italienisch Konversation (A2/B1)**

6x ab Mi., 24.02.2021, 17:45 - 19:15 Uhr  
51,00 € (X42499)

### **Arabische Konversation (A2/B1)**

6x ab Mi., 24.02.2021, 17:30 - 19:00 Uhr  
51,00 € (X42799)

### **Le tour du Monde en Français - Online-Lektürekurs**

13x ab Mi., 24.02.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
111,00 € (X42330CL)

### **Thailändisch am Wochenende - Schnupperkurs für Anfänger: Sprache, Land und Leute**

2x ab Fr., 05.03.2021, 18:00 - 21:00 Uhr  
54,00 € (X42949)

### **Französisch-Guyana: Weltraumbahnhof und Natur pur - Online- Bildvortrag in leichtem Französisch (A2/B1)**

Mo., 08.03.2021, 19:00 - 21:00 Uhr  
6,00 € (X42331)

## Bewegung und Entspannung

### Hatha-Yoga

5x ab Mo., 22.02.2021, 17:00 - 18:00 Uhr (X32220D)

5x ab Di., 23.02.2021, 17:00 - 18:00 Uhr (X32220E)

5x ab Fr., 26.02.2021, 17:00 - 18:00 Uhr (X32220F)

jeweils 35,00 €



### Fitnessgymnastik für Damen und Herren

5x ab Mo., 22.02.2021, 13:00 - 14:00 Uhr (X32504E)

5x ab Mi., 24.02.2021, 17:00 - 18:00 Uhr (X32504F)

jeweils 35,00 €

### Rückenfreundliche und schonende Gymnastik für Damen

5x ab Mi., 24.02.2021, 20:00 - 21:00 Uhr

35,00 € (X32404A)

### RückenFit

4x ab Do., 25.02.2021, 09:00 - 10:00 Uhr (X32333NV)

4x ab So., 28.02.2021, 10:30 - 11:30 Uhr (X32334NV)

jeweils 35,00 €

### Demenz: Menschen mit Demenz begleiten

In Zusammenarbeit mit dem Arbeiter-Samariter-Bund Region Düsseldorf e.V. (ASB), Geschäftsstelle Krefeld und der Barmer GEK - Der Kurs möchte pflegenden Angehörigen und Interessierten Unsicherheiten im Umgang mit Demenzkranken nehmen und Hilfsmöglichkeiten aufzeigen.

Di., 23.02.2021, 17:00 - 19:00 Uhr, 8,00 € (X32091)

**-> Weitere Bewegungs-Angebote finden Sie auf unserer Website unter [www.vhs.krefeld.de](http://www.vhs.krefeld.de)**

## Deutsch als Fremdsprache

### Deutsch C1

4x ab Mi., 17.02.2021, 18:00 - 21:15 Uhr

80,00 € (X41472)

### Deutsche Grammatik (A1/A2) und Rechtschreibung

5x ab Di., 23.02.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

45,00 € (X41463)

### Deutsch B1

7x ab Di., 23.02.2021, 17:30 - 19:00 Uhr

63,00 € (X41470)

### Vorbereitung auf die Prüfung DTZ

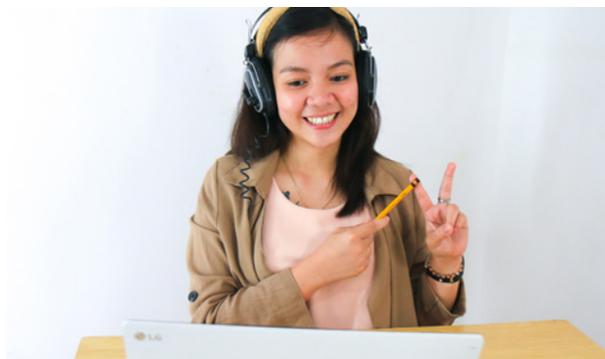
3x ab Di., 23.02.2021, 18:00 - 21:00 Uhr

53,00 € (X41464)

### Lesen, verstehen, sprechen (B2/C1)

6x ab Mi., 03.03.2021, 16:30 - 18:00 Uhr

67,00 € (X41418)



### Sprachenberatung

Alle Kurse im Bereich Deutsch als Fremd- und Zweitsprache (keine Integrationskurse) können ohne Beratung gebucht werden. Falls Sie aber Hilfe bei der Auswahl des richtigen Kurses benötigen, können Sie sich gerne beraten lassen. Die Beratungen werden von einer erfahrenen VHS-Dozentin online in einer Videosprechstunde mit Jitsi oder telefonisch durchgeführt. Bitte vereinbaren Sie spätestens 4 Tage vor der gewünschten Beratung einen Termin bei:

**Herrn Wojciech Cichon, Telefon: 02151 3660 2658**

**E-Mail: [wojciech.cichon@krefeld.de](mailto:wojciech.cichon@krefeld.de)**

## Beruf

### Bewerbungs-Bootcamp

Sie möchten sich auf eine neue Stelle bewerben? Lernen Sie in diesem interaktiven Online-Workshop in einer kleinen Gruppe an zwei Abenden, wie Sie Ihren Lebenslauf gestalten und erfahren Sie die Do's und Don'ts des Anschreibens.

Mi., 24.02. und 10.03.2021, jeweils 18:00 - 20:30 Uhr,  
80,00 € (X52001)

### Selbstmotivation: Mit Leichtigkeit zum Ziel

Ob Abnehmen, mit dem Rauchen aufhören oder regelmäßiger Sport, ob berufliche oder private Veränderung - in diesem Vortrag lernen Sie das umzusetzen, was Sie sich vorgenommen haben.

Do., 25.02.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, 12,00 € (X52204)

### Nie mehr sprachlos - Schlagfertigkeit trainieren

In diesem Seminar erlernen Sie in einer kleinen Gruppe bei Vorwürfen, persönlichen Angriffen und Provokationen clever und schnell zu reagieren. Dadurch wirken Sie souveräner und strahlen mehr Kompetenz sowie Selbstbewusstsein aus.

Sa., 27.02.2021, 10:00 - 17:00 Uhr, 60,00 € (X52110A)

### Selbst- und Fremdbild - Mehr Ausstrahlung durch ein starkes Selbstbewusstsein

In diesem Seminar bekommen Sie die Möglichkeit, ein realistisches Selbstbild zu entwickeln, indem Sie zum einen Ihre Körpersprache, Sprechweise und Ihr Verhalten bewusster wahrnehmen, zum anderen die Reaktionen der anderen feinfühleriger deuten, einschätzen und zum eigenen Vorteil nutzen.

Sa., 06.03.2021, 10:00 - 17:00 Uhr, 60,00 € (X52205A)

### Abiwissen Kompakt:

#### Chemie (Grund- und Leistungskurs)

In diesem lebendig gestalteten Vorbereitungskurs im Fach Chemie, werden die abiturrelevanten Themen systematisch wiederholt und vertieft.

6x ab Do., 04.03.2021, 18:00 - 20:30 Uhr  
134,00 € (X51215)

### Tipps und Tricks für Telefon- oder Videokonferenzen auf Englisch

In diesem Intensivkurs lernen Sie, wie Sie internationale Konferenzen meistern. Der Fokus liegt dabei auf einer einfachen, aber professionellen Verwendung der englischen Sprache. Berufsbezogene Hörverständnisübungen bereiten Sie auf das Verstehen Ihrer Gesprächspartner vor. Und „last but not least“ bekommen Sie Tipps, wie Sie generell bei Videokonferenzen einen guten Eindruck machen.

3x ab Mi. 03.03.2021, 18:00 - 20:15 Uhr,  
55,00 € (X52120)

**-> Weiter Angebote aus dem Bereich der beruflichen Bildungen insbesondere zu unseren Abiturvorbereitungskursen sowie SAP-Kursen finden Sie auf unserer Website unter [www.vhs.krefeld.de](http://www.vhs.krefeld.de).**

## IT

**-> Folgende Kurse finden Online statt, wenn ein Präsenzunterricht nicht möglich ist:**

### Fit am PC und in Office für SchülerInnen ab der 4. Klasse

In diesem Kurs könnt ihr euch fit für den Computer machen und ihn als zukünftiges Arbeits- und Hilfsmittel für Schule und Hobby kennen und nutzen lernen.

Sa./So., 27./28.02.2021, jeweils 10:00 - 16:00 Uhr  
75,00 € (X55200)

### Datenschutz und digitaler Selbstschutz

Seit 2018 ist die Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) der EU in Kraft. In diesem praxisorientierten Vortrag werden diverse Fragen zur DSGVO erläutert und Sie erhalten einen Überblick zu diesem Thema.

Do., 11.03.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, 12,00 € (X55001)

### Kurs für Frauen: Fit am PC mit Office 2016

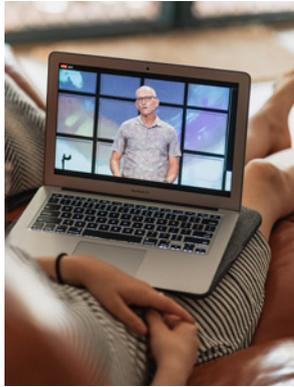
In diesem Kurs - von Frauen für Frauen - werden grundlegende EDV Kenntnisse mit dem Betriebssystem Windows 10, der Dateiverwaltung, wie auch den üblichen Büroanwendungen (Word, Excel, PowerPoint, Outlook) kompakt vermittelt.

4 x ab Fr., 16.04.2021, 09:00 - 14:00 Uhr,  
145,00 € (X55401)

## Politik & Gesellschaft

### Das digitale Wissenschaftsprogramm

Die Vortragsreihe „vhs. wissen live - das digitale Wissenschaftsprogramm“ ist ein Gemeinschaftsprojekt zweier Volkshochschulen in den Landkreisen Erding und München, an dem wir uns beteiligen. Das Programm besteht aus spannenden Vorträgen zu aktuellen Themen, vorgetragen von hochkarätigen Persönlichkeiten aus Wissenschaft und Gesellschaft. Die einzelnen Vorträge werden per „Live-stream“ zur Verfügung gestellt, also als interaktive Live-Übertragung via Internet. Teilnehmende können die Vorträge in Echtzeit mitverfolgen und haben die Möglichkeit, ihre Fragen per Online-Chat einzubringen. Folgende Livestreams bieten wir an:



### Young Rebels -

#### 25 Jugendliche, die die Welt verändern

Fr., 19.02.2021, 17:00 - 18:30 Uhr, 5,00 € (X12105)

### Rassismus in den USA

Mo., 22.02.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, 5,00 € (X12106)

### Neonazis und Antisemitismus:

#### Wie groß ist die Gefahr von rechts?

Di., 27.04.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, 5,00 € (X12109)

### Was ist Technik?

Di., 02.03.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, 5,00 € (X12107)

### Friedensprojekt Europa?

Do., 04.03.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, 5,00 € (X12108)

### Quantentechnologien - ein Blick in die Zukunft

Di., 13.04.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, 5,00 € (X12110)

### Eva Perón - Eine argentinische Ikone

Mi., 14.04.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, 5,00 € (X12111)

## Naturwissenschaften

### Alte Heizung, CO2 Steuer und was jetzt?

#### Online- Vortrag in Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW

Akke Wilmes, Energieberater der Verbraucherzentrale NRW, informiert über neue Heiztechniken und in welchem Gebäudetyp sie sinnvoll eingesetzt werden können.

Di., 23.02.2021, 18:30 - 20:30 Uhr, entgeltfrei (X31910NV)

### Vortrag: Spurengase in der Atmosphäre - kleine Moleküle - große Wirkung

In Kooperation mit dem Naturwissenschaftlichen Verein zu Krefeld - Im Vortrag wird ein Blick auf die wichtigsten anthropogenen Luftbestandteile und ihre Rolle in der globalen Aerosolchemie geworfen.

Di., 23.02.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, 6,00 € (X31930)

### Vortrag: Prima fürs Klima?

Begleitend zu seiner Ausstellung „Prima für´s Klima?“ stellt Michael Funcke-Bartz in seinem Vortrag dar, wie sich unsere Entscheidungen und Verhaltensweisen auf das globale Klima auswirken.

Di., 02.03.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, entgeltfrei (W31900B)

### Vortrag: Europas Zugang zum All: Vom Testzentrum Lampoldshausen zum Raumfahrtbahnhof Kourou in Franz. Guyana Online-Vortrag

In Kooperation mit der Vereinigung Krefelder Sternfreunde, dem Naturwissenschaftlichen Verein zu Krefeld und dem Verein Deutscher Ingenieure (VDI) - In diesem Vortrag werden zwei Eckpfeiler der europäischen Raumfahrt mit ihrer geschichtlichen Entwicklung, den aktuellen Leistungen und den Plänen für zukünftige Anforderungen vorgestellt.

Di., 09.03.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, 6,00 € (X31003)

### -> Das könnte Sie auch interessieren:

#### Französisch-Guyana: Weltraumbahnhof und Naturpur - Online-Bildvortrag in leichtem Französisch (s. Fremdsprachen)

**Für Fragen und Buchungen zu unseren  
Online-Kursen steht Ihnen unser  
Kundenservice in der Zeit**

**Mo - Fr von 09:00 - 13:00 Uhr und  
Mo - Do von 15:00 - 17:00 Uhr**

**unter 02151 3660 2664 und  
unter [vhs@krefeld.de](mailto:vhs@krefeld.de) gerne zur Verfügung.**



## **VHS Krefeld**

Von-der-Leyen-Platz 2 | 47798 Krefeld  
Telefon 02151/3660-2664  
[www.vhs.krefeld.de](http://www.vhs.krefeld.de); [vhs@krefeld.de](mailto:vhs@krefeld.de)



Sie finden uns auch auf Facebook unter  
[facebook.com/vhs.kr](https://facebook.com/vhs.kr)



**STADT KREFELD**  
INNOVATIV – KREATIV – WELTOFFEN

