

Fortbildung für Kursleitende

Ein Angebot der Volkshochschulen in der Region Mittleres Ruhrgebiet

2. Halbjahr 2020

Die Volkshochschulen in der Region „Mittleres Ruhrgebiet“ bieten ein gemeinsames Fortbildungsprogramm an. Kursleitende der Volkshochschulen Bochum, Herne, Hattingen, Witten | Wetter | Herdecke und Ennepe-Ruhr-Süd haben die Möglichkeit, daran teilzunehmen. Wir freuen uns, wenn Sie von diesem Angebot rege Gebrauch machen.

Anmeldungen bitte an die zuständige VHS.

Erwachsenenpädagogische Qualifikation - EPQ

Die EPQ ist eine Qualifizierungsmaßnahme des Landesverbandes der Volkshochschulen in NRW. Sie richtet sich an Kursleitende der Volkshochschulen und der Weiterbildung allgemein. Sie erwerben sowohl fachübergreifende Kenntnisse in Erwachsenenpädagogik als auch fachspezifisches Knowhow zur Gestaltung von Kursen. Fünf Pflichtmodule vermitteln personale, soziale, didaktische, methodische und institutionelle Kompetenzen. Fünf Aufbaumodule wählen Sie zusammen mit Ihrer VHS je nach fachlichen oder methodischen Interessen aus. Lernberatung und Hospitationen runden das Programm ab.

Der Landesverband stellt das Abschlusszertifikat aus.

Jedes Seminar kann auch unabhängig von der gesamten Ausbildungsreihe von Interessierten besucht werden.

Anmeldung bitte an die jeweils durchführende VHS.

Gebühren pro Seminar:

für Teilnehmende der EPQ-Reihe im Verbund: entgeltfrei

für Teilnehmende sonstiger VHS: 45,- EUR

für sonstige Interessierte: 55,- EUR

Mehr Infos dazu auf der Seite des Landesverbandes der [VHS in NRW](#).

Einführung in die Kursplanung für neue Dozentinnen und Dozenten (EPQ, Pflichtmodul 2)

Dieses Seminar wendet sich an neue Dozentinnen und Dozenten, die in der Erwachsenenbildung tätig sind oder es werden wollen.

Die Ziele dieses Seminars im Einzelnen:

- eine motivierende Kursankündigung formulieren
- Lernziele benennen, Lehrmaterial bewerten
- einen Stoffverteilungsplan entwickeln und die Einstiegsstunde planen
- Bestandteile der Unterrichtsmethodik reflektieren und anwenden
- Verschiedene Sozial- und Aktionsformen einsetzen

Dieses Seminar ist Teil der ganzjährigen Ausbildung EPQ für neue Lehrkräfte an Volkshochschulen.

Die aus 10 Seminaren bestehende Reihe wird im Kooperationsverbund Östliches Ruhrgebiet durchgeführt.

Weitere Informationen dazu erhalten Sie bei der Programmbereichsleitung Ihrer VHS.

Unabhängig von der gesamten Ausbildungsreihe können pädagogisch Interessierte auch nur einzelne Seminare besuchen.

Monika Remlinger

Samstag, 12. September, 9.30-17 Uhr | VHS Herne Wanne, Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37, 44649 Herne

Anmeldung: [VHS Herne](#) • Kurs 20 B4901 • Telefon: 02323 16-3584

Ansprechpartnerin: Monika Remlinger

Tel.: 02323 16-3467 • Fax: 02323 16-1233 • E-Mail: Monika.Remlinger@herne.de

EPQ-Aufbaumodul „Teilnehmeraktivierung“

In diesem Seminar sollen die Teilnehmer*innen Aktivierungen als ein wesentliches Element für ein effektives, nachhaltiges und lustvolles Lernen erfahren und erleben. Daher wird jede Phase des Seminars in Form von Aktivierungen ablaufen.

Sie haben dadurch die Chance, auch Ihre Rolle als Kursleitung neu zu definieren – weg von der reinen Wissensvermittlung hin zum Lernprozessmanagement, basierend auf dem Vertrauen in die Ressourcen und Fähigkeiten Ihrer Teilnehmer*innen.

Die Seminarunterlagen werden zur Verfügung gestellt.

Jessica Sniezyk

Samstag, 8. Mai 2021, 10-17 Uhr | vhs Seminarzentrum, Holzkampstr. 7, 58453 Witten

Anmeldung: [VHS Witten | Wetter | Herdecke](#) • Kurs 93001 • Telefon: 02302 581-8610

Ansprechpartnerin: Selma Erdogdu-Volmerich

Tel.: 02302 581-8635 • Fax: 02302 581-478635 • E-Mail: selma.erdogdu-volmerich@vhs-wwh.de

Fortbildung für Kursleitende

Ein Angebot der Volkshochschulen in der Region Mittleres Ruhrgebiet

2. Halbjahr 2020

Die Volkshochschulen in der Region „Mittleres Ruhrgebiet“ bieten ein gemeinsames Fortbildungsprogramm an. Kursleitende der Volkshochschulen Bochum, Herne, Hattingen, Witten | Wetter | Herdecke und Ennepe-Ruhr-Süd haben die Möglichkeit, daran teilzunehmen. Wir freuen uns, wenn Sie von diesem Angebot rege Gebrauch machen.

Anmeldungen bitte an die zuständige VHS.

Weitere Angebote

Waldbaden für Kursleitende – Shinrin yoku



Foto: Katja Holzmüller, vhs Bochum

Shinrin yoku heißt nichts anderes als ein „Bad in der Atmosphäre des Waldes“ zu nehmen. Achtsam, entspannt und ziellos verbringen wir eine geraume Zeit im Wald und nehmen dabei gleichzeitig seine Heilkraft wahr.

Shinrin yoku ist in Japan ein fester Bestandteil der Gesundheitsvorsorge und als Anti-Stress-Management-Methode wissenschaftlich anerkannt. Bioaktive Substanzen wirken hier positiv auf unser Stressempfinden und unser Immunsystem.

Und so tauchen wir ein und schlendern dahin, nehmen in Achtsamkeits- und Entspannungsübungen diese Waldatmosphäre tief in uns auf, werden die eine oder andere interessante Information über die Waldlandschaft und deren Tierwelt erfahren. Die Übungen gestalten sich einfach, sodass keinerlei besondere Fitnessfähigkeiten vorhanden sein müssen.

Das Waldbad findet bei jedem Wetter statt, außer bei Starkregen oder Unwetter.

Bitte tragen Sie wetterangepasste Kleidung. Denken Sie an einen Sonnenschutz oder einen Insektenschutz.

Tanja Heyda

Samstag, 26. September, 10-15 Uhr | Schulenberger Wald, Hattingen (Der Treffpunkt wird rechtzeitig bekanntgegeben)
10,- EUR

Anmeldung: [VHS Hattingen](#) • Kurs 20H5712T • Telefon: 02324 204-3511, -3512, -3513

Ansprechpartner: Torben Agethen
Tel.: 02324 204-3514 • Fax: 02324 204-3509 • E-Mail: T.Agethen@hattingen.de

Beweglichkeit und Faszien

Inzwischen kennt man die Zusammenhänge von Unbeweglichkeit und Faszien und weiß, dass regelmäßige Fasziendehnung, Massage (Foam Rolle, Faszienkugel) sowie Faszienübungen sich positiv auf den Bewegungsapparat auswirken.

An diesem Samstag möchte ich Ihnen die Bedeutung und die Funktion der Faszien genauer darstellen sowie ihren Zusammenhang mit den Muskeln und den orthopädischen Einschränkungen. In einem etwas kürzeren theoretischen Teil werde ich Ihnen einige Lockerungsübungen für den Kursalltag zeigen, die sie zur Auflockerung mit den Teilnehmenden im Unterricht machen können. Darüber hinaus zeige ich Ihnen Selbsthilfemaßnahmen bei Schmerzen an der Wirbelsäule und an den Gelenken.

Anschließend geht es in einem praktischen Teil darum, wie Sie mit der Foamrolle und der Faszienkugel zu Hause in die Selbstmassage gehen, die nachweislich zu Schmerzlinderung und erneuter Beweglichkeit führen kann. Die daran anschließenden Faszienübungen und Dehnungen sind dazu da, Ihren ganzen Körper mit neuer Energie zu durchfluten, sowie neue positive Stoffwechselvorgänge in den Muskeln und Faszien zu erreichen. Ich freue mich auf einen spannenden Tag.

Svenja Schirmer

Samstag, 31. Oktober, 10-13.30 Uhr | VHS Ennepe-Ruhr-Süd, Mittelstr. 86–88, 58285 Gevelsberg
15,- EUR

Anmeldung: [VHS Ennepe-Ruhr-Süd](#) • Kurs 4150R • Telefon: 02332 9186-112

Ansprechpartnerin: Iris Baeck
Tel.: 02332 9186-12 • Fax: 02332 9186-30 • E-Mail: bae@vhs-en-sued.de

Fortbildung für Kursleitende

Ein Angebot der Volkshochschulen in der Region Mittleres Ruhrgebiet

2. Halbjahr 2020

Die Volkshochschulen in der Region „Mittleres Ruhrgebiet“ bieten ein gemeinsames Fortbildungsprogramm an. Kursleitende der Volkshochschulen Bochum, Herne, Hattingen, Witten | Wetter | Herdecke und Ennepe-Ruhr-Süd haben die Möglichkeit, daran teilzunehmen. Wir freuen uns, wenn Sie von diesem Angebot rege Gebrauch machen.

Anmeldungen bitte an die zuständige VHS.

Weitere Veranstaltungen

Der Kopf allein ist nicht genug...

Nachdem eine Zeit voller Unsicherheit hinter uns allen liegt, braucht es Raum und Möglichkeit sich mit dem Teil von uns zu verbinden, der es erlaubt resilient zu bleiben und sich neu auszurichten. Viele Fragen für das zukünftig Neue sind vermutlich noch unbeantwortet und der Kopf allein wird sie nicht beantworten können. Dieser Workshop ist eine Einladung sich diesen Fragen zu stellen und in zahlreichen unterschiedlichen Übungen u.a. aus dem Social Presencing Theater (SPT) - gemeinsam, jede*r für sich, still, laut, mit Humor und in Bewegung - den Antworten und damit der Zukunft etwas näher zu kommen. Um auch den Fragen und Unsicherheiten der Teilnehmer*innen zu begegnen und sie bestmöglich in ihre Zukunft zu begleiten, bedarf es an Klarheit von Seiten der Kursleitenden.

Dieser Workshop will diese Klarheit fördern und stärken und im Sinne von „learning by doing“ tools für die tägliche Arbeit mit an die Hand geben. Mit der Bereitschaft und Lust sich selber und anderen offen und echt zu begegnen, sind Sie herzlich zu dieser Reise in Ihre eigene Zukunft eingeladen. Bitte bringen Sie ein schönes Notizbuch (nicht ihr dienstliches!) und einen Stift mit, mit dem Sie gerne schreiben.

Simone Köhler

*Donnerstag, 12. November, 15-20.30 Uhr | vhs Bochum, Gustav-Heinemann-Platz 2-6, 44787 Bochum, Raum 040
20,- EUR*

Anmeldung: [VHS Bochum](#) • Kurs 04001 • Telefon: 0234 910-1555

Ansprechpartnerin: Elke Dietinger

Tel.: 0234 910-2863 • Fax: 0234 910-1043 • E-Mail: dietinger@bochum.de

Steuerrechtliche Behandlung der Honorare von VHS-Kursleitenden

Selbstständigkeit, Nebentätigkeit, freiberufliche Tätigkeit? Umsatzsteuer, Einkommensteuer oder doch Lohnsteuerabzug? Dies sind nur einige Begriffe, die immer wieder Anlass für Diskussionen und Fragen im Zusammenhang mit der Tätigkeit als Kursleitende der Volkshochschulen sind. Dieses Seminarangebot bietet einen Überblick über die steuer- und sozialversicherungsrechtliche Behandlung der Honorare. Im Anschluss steht die Referentin für Fragen zur Verfügung.

Nadine Hofmann

*Mittwoch, 2. Dezember, 18-19.30 Uhr | vhs Seminarzentrum, Holzkampstr. 7, 58453 Witten
5,- EUR*

Anmeldung: [VHS Witten](#) | [Wetter](#) | [Herdecke](#) • Kurs 93011 • Telefon: 02302 581-8610

Ansprechpartnerin: Selma Erdogdu-Volmerich

Tel.: 02302 581-8635 • Fax: 02302 581-478635 • E-Mail: selma.erdogdu-volmerich@vhs-wwh.de

