

Vorträge

Aufräumen im Innen & Außen – durch Struktur und Ordnung zum Wohlfühl-Zuhause

Sandra Hoffmann

Im Workshop erfährst du, wie wichtig dein Mindset ist, welche Motivationstypen und Aufräumprinzipien es gibt, und du erhältst am Beispiel der Küche Anleitungen, Tipps und Tricks, die du sofort in deinem Zuhause umsetzen kannst. Mit neuen Routinen erschaffst du in deinem Leben eine neue Struktur, um Ordnung selbstständig und nachhaltig in dein Leben einziehen zu lassen.

241-1625

Montag, 15.4.2024, 18.30-20.30 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 1, € 15

Erkrankungen der Prostata

In Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg (KV BW)

Dieter Dr. med. Hammer

Mit zunehmendem Alter vergrößert sich die Prostata durch ein gutartiges Drüsenwachstum. Dies ist keine Erkrankung, sondern eine normale Entwicklung. Dadurch können jedoch Beschwerden auftreten, die sich in häufigem Harndrang äußern, insbesondere nachts und in einer verzögerten Blasenentleerung. Neben der gutartigen Vergrößerung gibt es auch bösartige Veränderungen. Beim Arzt-Patienten-Forum informiert der Referent über Vorsorgemöglichkeiten, Diagnostik und Verlauf der Erkrankungen der Prostata und stellt moderne und alternative Behandlungsmöglichkeiten vor.

241-5113

Montag, 8.4.2024, 19.30-21 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 1, € 5

Elektromobilität

Mit dem Auto Club Europa (ACE)

Elias Schempff

Gehört elektrischen Antrieben die Zukunft? Elektrische Antriebe verfügen über ein enormes Potenzial und können somit einen wichtigen Beitrag für eine nachhaltige Mobilität leisten. Warum das so ist, wird anhand von Hintergrundinformationen und Fakten dargestellt. Dennoch wird der Finger auch in die Wunde gelegt: Woran hapert es noch, für wen ist Elektromobilität heute (noch) nicht die richtige Lösung und wo geht der Weg hin? Dazu erhalten Sie verbraucherorientierte Tipps und Tricks rund um Kauf, Alltagseinsatz und Fördermöglichkeiten batterieelektrischer Fahrzeuge.

241-1366

Mittwoch, 17.4.2024, 19-21 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 1, € 14

Erschöpfung und Burnout

Mit Hilfe von Naturheilkunde und Homöopathie überwinden

Carolin Hacker

Stress und Erschöpfung sind in der modernen Zeit zu häufigen Begleitern geworden. Das Ausgebrannt-sein kann viele Ursachen haben. Überforderung im Job, Mehrfachbelastungen durch Beruf, Familie, Pflege, etc.

Die Referentin stellt bewährte Heilpflanzen, Vitamine, Mineralien und Spurenelemente so wie ausgewählte Arzneimittel aus Homöopathie und anthroposophischer Medizin vor.

241-5116

Donnerstag, 18.4.2024, 19.30-21 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 1, € 16

Stationen der europäischen Musikgeschichte

Dr. Susanne Cramer

Sie hören gerne klassische Musik und möchten mehr über musikgeschichtliche Hintergründe erfahren? In diesem Seminar werden die wesentlichen Stationen der europäischen Musikgeschichte vom Mittelalter bis zur Spätromantik dargestellt.

241-1506

Mittwoch, 10.4.2024, 18-20 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Atelier, € 15

Europa im Bild - Höhepunkte in der europäischen Geschichte dargestellt in Malerei und Kunsthandwerk

Sabine Lutzeier

An anschaulichen Beispielen wird die Entwicklung Europas mit ihren machtpolitischen, religiösen, gesellschaftlichen und kulturellen Vernetzungen und daraus folgenden Identitäten aufgezeigt: Von der Krönung Karls des Großen in Rom als 'Vater Europas', der Bartholomäusnacht, der Schlacht am Kahlenberg, der Erklärung der Menschen- und Bürgerrechte über den Wiener Kongress, der Proklamation Wilhelms I. zum Deutschen Kaiser im Spiegelsaal in Versailles und anderen wichtigen Ereignissen, deren Folgen bis in die Gegenwart wirken.

241-1519

Dienstag, 9.4.2024, 19-21 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 3, € 15

Immanuel Kant, der Philosoph der Aufklärung

Dr. Wolfgang Hauger

Am 22. April 2024 ist der 300ste Geburtstag von Immanuel Kant. Wir nehmen dieses Jubiläum zum Anlass, uns mit diesem bedeutenden und wirkmächtigen Philosophen zu beschäftigen.

241-1431

Montag, 22.4.2024, 18-19.30 Uhr

Musberg, Altes Rathaus, Eingang Böblinger Straße, Saal, € 9

Führungen

Der Kultur Club: Über den Dächern der Stadt Freitagnachmittags Kultur gemeinsam erleben

Wolfgang Haug

Unbeschreiblich ist der Blick vom Kirchturm (52 m Höhe) der Stephanuskirche über die Filder und die Stadt Leinfelden-Echterdingen. Beeindruckend ist die Baugeschichte und die Botschaft des Turmes mit seinen fünf Glocken. Nicht übermäßig herausfordernd ist dafür der Aufstieg! Begleiten Sie mich bis zum unteren Umgang, der Altane.

241-1500B

Freitag, 19.4.2024, 16-17.30 Uhr

Treffpunkt: Echterdingen, Stephanuskirche, Kirchplatz, € 15

Sprachen



Adobe Stock

Français au bistro avec un café - Französische Konversation A2-B1

Miriam Smigielski

Pour communiquer et s'exprimer sur des sujets de tous les jours dans une ambiance sympathique autour d'un café, pour partager et échanger ses expériences en français, pour perfectionner sa langue étrangère, pour renforcer sa motivation, pour parler sans crainte et avec assurance, venez nous rejoindre, profiter de cette atmosphère et faites-vous plaisir avec un café au lait ou un café noir.

241-3307B

Montag, 15.4.2024, 15-16.30 Uhr

Leinfelden, Eiscafé Da Daniele, Neuer Markt 3 € 15 inkl. eine Tasse Café

Business English B2 Conversation - Practice makes perfect

Ermioni Fritz

Speaking, listening, presenting, persuading, negotiating; upgrade your communication skills toolbox through practising.

Be it small talk, telephone skills, effective meetings or presenting your ideas, services or products; it's all part of the communication landscape. (Fachkursförderung möglich)

241-3249W

Donnerstag, ab 11.4.2024, 18-19.30 Uhr, 8 mal VHS-Webseminar - live im Internet, mitmachen von überall, € 100

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Mi, Fr, 8–12 Uhr &
Mi 14–18 Uhr

Zu allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich.
Bei Anmeldung gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Gesundheit und Bewegung

Gyrokinesis®

Yan Lu

Die Methode versteht den menschlichen Körper als Einheit und die Wirbelsäule als seinen zentralen Träger. Fließende, kreis- und spiralförmige Bewegungsabläufe werden durch verschiedene Atemtechniken miteinander verbunden.

Im Gyrokinesis® trainieren wir sitzend auf dem Stuhl, auf dem Boden und im Stehen. Die harmonisierende Kombination aus Entspannung und Energie verbessert das Wohlbefinden spürbar.

241-5844

Donnerstag, 11.4.2024, 20.15–21.15 Uhr, 8 mal
Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Gesundheitsraum, € 54

Die Feldenkrais-Methode

Bewusstheit durch Bewegung

Zeljka Crnogaj

Verspannung selber lösen lernen, Bewegungsspielräume ausschöpfen, Ihr Repertoire an Übungen oder Alltagsbewegungen, die Sie kennen, können und mögen erweitern, Ihr Bewegungsausmaß vergrößern: Ziele und Wünsche für ein besseres Selbstbild, das Sie verbessern und erweitern möchten.

241-5451

Dienstag, ab 9.4.2024, 11–12.30 Uhr, 6 mal
Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Gesundheitsraum, € 61

Weil ich es mir wert bin - Wie ich mein Selbstwert stärken kann

Tatjana Seiffarth

Durch verschiedene Übungen und Good-to-know Einheiten lernst du dich selbst von Herzen wertzuschätzen. Du bist es wert, deinen persönlichen Wert zu kennen und ihn zu stärken.

241-1624

Samstag, 13.4.2024, 10.30–13.30 Uhr
Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Atelier, € 19

Für Kinder

It's showtime - Showtanz in den Osterferien

Für Kinder bis zur 6. Klasse

Sandra Mattes

Es wird eine Choreografie erlernt, die an Musik, Schrittfolgen und Darstellung auf den Grundschulbereich bis zur 6. Klasse zugeschnitten ist. Wir tanzen Hip Hop, Showdance, Musical, Zumba Kids - alles kindgerecht.

Mit einfachen Requisiten und technischen Hilfsmitteln, wie Schwarzlicht und sonstiger Beleuchtung, erarbeiten wir eine tolle Show.

241-5902

Dienstag, 2.4.2024, 10–13 Uhr, 3 mal
Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Gesundheitsraum, € 44 (Keine Ermäßigung möglich)



Adobe Stock

Mathematik: Abiturvorbereitung für das Berufliche Gymnasium

Andreas Baur

Inhalt: Analysis, Anwendungsaufgaben, trigonometrische und Exponentialfunktionen sowie Stochastik, Lineare Algebra, Verwendung des wissenschaftlichen Taschenrechners (WTR).

241-1350

Dienstag, 2.4.2024, 10–17.30 Uhr, 3 mal
Echterdingen, VHS am Schafrain, Schafrain 2, Seminarraum 2 (Obergeschoss), € 26

PowerPoint und ...

Für Jugendliche ab 5. Klasse - Kurs in den Osterferien

Rumeysa Akyol

Es wird das Rüstzeug vermittelt, das zum Schreiben von Texten oder Referaten benötigt wird und bei den täglichen Hausaufgaben hilft. Schwerpunktartig werden Kenntnisse über PowerPoint vermittelt, mit dem die Schüler/-innen ihre Hausarbeiten gekonnt präsentieren können.

241-2982

Montag, 25.3.2024, 13.30–17 Uhr
Musberg, VHS im Rathaus, Filderstr. 14, EDV-Raum, € 10 (Keine Ermäßigung möglich)

Bastelwerkstatt in den Osterferien

Für Kinder von 6–10 Jahren

Hui-Ling Brandl-Kuo

In diesem Kurs werden wir viel Spaß haben, viel basteln und in den Pausen immer wieder mit unserem selbstgemachten Spielzeug spielen.

241-4113

Dienstag, 2.4.2024, 8–12.30 Uhr, 2 mal
Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 2, € 54

Englisch - Fit in Grammatik in Klasse 7 Gymnasium und Realschule! - Online-Kurs

Sabine Ziemlich

Du möchtest Dich besonders gut auf die nächsten Klassenarbeiten vorbereiten und brauchst bei einigen Grammatikthemen Unterstützung? Die wichtigsten Aspekte der englischen Grammatik werden wiederholt und erweitert. So kann auch gezielt Deine Stil- und Inhaltsnote gefördert werden. Der Kurs findet online auf Zoom statt.

241-3205W

Dienstag, ab 16.4.2024, 14.45–15.45 Uhr, 10 mal
VHS-Webseminar
€ 20 gefördert durch die Kleesattel-Stiftung

Beruf und EDV

Fit am PC mit Excel - Grundlagen

Petra Groeger

In diesem Kurs lernen Sie, wie mit einem Tabellenkalkulationsprogramm häufig wiederkehrende Berechnungen schnell und zuverlässig erledigt werden können.

Fachkursförderung möglich

241-2541

Dienstag, ab 9.4.2024, 9–12 Uhr, 5 mal
Musberg, VHS im Rathaus, Filderstr. 14, EDV-Raum, € 185 (inkl. 18 € Materialkosten)

Onedrive - die Daten in der Cloud

Toni Ginsel

Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie Onedrive auf Ihrem PC oder Smartphone einrichten und nutzen. Sie sehen an praktischen Beispielen, was mit Onedrive möglich ist - von der Synchronisation über verschiedene Geräte, über die Zusammenarbeit mit Kolleg/innen oder im Verbund von Microsoft 365

241-2475

Mittwoch, 3.4.2024, 18–21.15 Uhr
VHS-Zoom Webseminar, € 79

Smart Surfer - Kommunikation im Netz

Petra Groeger

Das Internet steckt voller Kommunikationsmöglichkeiten. Wir können mit Freunden und Familie E-Mails austauschen, über Messenger kommunizieren und Videotelefonieren.

Welche Kommunikationsmöglichkeiten bietet das Netz und welche passen am besten zu Ihnen? Was hat es mit Fake News auf sich? Und wie schützen Sie sich vor sogenanntem digitalem Stress?

241-2480

Mittwoch, 10.4.2024, 9.30–11.45 Uhr
Musberg, VHS im Rathaus, Filderstr. 14, EDV-Raum, gebührenfrei

Kreativ

Schreinerkurs - Zusammenklappbares Beistelltischchen

Lisa Vandea

Der Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse beim Umgang mit der Stichsäge, Bohrmaschine und dem Akkuschauber sowie typische Arbeitsgänge wie exaktes Zuschneiden, Dübeln, Verschrauben und der Oberflächenbehandlung. Alle Arbeitsschritte werden ausführlich erklärt, es sind keine Grundkenntnisse nötig! Werkzeug und Maschinen werden zur Verfügung gestellt.

Sie nehmen am Ende des Kurses Ihr Werkstück fertig montiert mit nach Hause (Maße: 29x27cm, Höhe 38cm)

241-4413

Sonntag, 7.4.2024, 10–17 Uhr
Musberg, VHS im Rathaus, Filderstr. 14, Raum 11, Kreativraum, € 84