

Eltern- und Familienbildung

Bewegungsspiele für Eltern und Kind

Die Freude der Kinder an der Bewegung steht im Vordergrund. Sich in einer Gruppe von Erwachsenen und Kindern gemeinsam zu bewegen, zu Musik, bei Spielen, durch Rhythmik und an Geräten, ist Ziel des Kurses.

Bitte bequeme Kleidung und Laufsocken oder Turnschuhe mitbringen.

Min. 10, max. 24 Teilnehmende inklusive Kinder

Osterferien: 2. bis 13. April 2012

- Bitte alle Kinder (auch Säuglinge) anmelden

Kurs für Kinder von 2 bis 5 Jahren

Beginn: 6. Februar

Mo 17 - 18 Uhr • 17x (23 Ustd.) • 68,- €/k.E.

Turnhalle Grüenthaler Straße, Richterich

07255

Radmila Becker

Kurs für Kinder von 2 bis 5 Jahren

Beginn: 7. Februar

Di 17 - 18 Uhr • 16x (21 Ustd.) • 64,- €/k.E.

Turnhalle Grüenthaler Straße, Richterich

07256

Radmila Becker

Bewegung und Spiel im Wald unter erlebnisorientiertem Ansatz

In Kooperation mit dem Fachbereich Sport führt die Volkshochschule zum einen zwei Fortbildungen für Erzieherinnen und Erzieher aus Kindertagesstätten durch.

Zum anderen bietet sie für die Kinder in Begleitung ein Gruppenangebot zum

Kennenlernen des Niedrigseilgartens im Wald oder vor Ort an.

Ansprechpartnerin: Bärbel Leisten-Raissi, Telefon: 4792 148

E-Mail: baerbel.leisten@mail.aachen.de



Frauenthemen



Frauen in Afghanistan heute

09400

Diavortrag

Sohaila Alekozai

Die Stellung der Frau in Afghanistan kann nur im Zusammenhang mit den Entwicklungen des Landes erklärt und verstanden werden. Ein häufiges Phänomen als Kriegsfolge sind Selbstmord und Selbstverbrennung. Auch in der Familie hat sich die Gewalt gegen Frauen verändert. Die Folgen von Traumatisierung der Afghanen als Kriegsgesopfer.

Die Dozentin ist Menschenrechtsaktivistin und hat selbst Traumaarbeit im Frauengarten Kabul durchgeführt.

Mittwoch, 25. April 2012, 20 Uhr

VHS, Peterstraße 21-25, Forum • Eintritt: 4,- €/k.E.

Flying Dance Meditation

09401

Workshop

Claudia Becker

4. März 2012

Flying wurde auf den hawaiianischen Inseln erschaffen, als Werkzeug zur Zentrierung und Selbstausrichtung, alte und einengende Gedanken und Verhaltensmuster zu verändern und sich mit der eigenen Kraft zu verbinden. Die Bewegung bewirkt einen Reinigungs- und Energetisierungsprozess, der den Körper lockert und entspannt, die Atmung vertieft. Das Herz kann sich öffnen. Diese Form der Meditation unterstützt Menschen darin, in Verbindung zu treten mit dem Rhythmus des eigenen Herzens. Erwünscht ist es, die Ganzheit des eigenen Wesens mehr umarmen zu können. Die Unbegrenztheit des eigenen Wesens und Seins zu fühlen, ist Teil dieser Bewegungsmeditation.

Flying ist außerdem spielerische Energiearbeit, Spaß und Lebensfreude.

Max. 18 Teilnehmerinnen

So 10 - 18 Uhr • 10 Ustd. • 70,- €/k.E.

Raum Türkis, Rüttscher Straße 205

Selbst ist die Frau!

09402

Kurs

August Braun

Wir wollen gemeinsam in Theorie und Praxis die Fragen erarbeiten, die sich beim Beziehen oder Renovieren einer Wohnung ergeben.

Folgende Themen sollen zur Sprache kommen:

Werkzeuge: Funktionsweise, Auswahl und Handhabung von Bohrmaschinen, Schraubern, Sägen, Schleifern. *Messgeräte:* Spannungsprüfer, Leitungssucher, Laser und andere Messwerkzeugen für Winkel, Längen und Durchmesser. *Befestigungsmittel:* Schrauben, Dübel und Klebstoffe, *Frisch- und Abwasser:* Leitungen, Armaturen, Abmessungen, Verarbeitung, Fehlerbehebung, Auswahl. *Elektroinstallation:* Netze spannen, Ströme, Leistungen, Leitungen, Prüfungen, Leitungssucher, Lampen, Zubehör, Sicherheit.

Max. 12, min. 10 Teilnehmerinnen

Di 18.30 - 20.45 Uhr • Beginn: 28. Februar • 12x (36 Ustd.) • 50,-/38,- €

VHS, Peterstraße 21-25, Raum 101