

ZEIT KREIS

VoG

BILDUNGSANGEBOT IM
NORDEN UND SÜDEN
OSTBELGIENS



BILDUNG

KURSJAHR 2022

Ostbelgien



Mit Unterstützung
der Deutschsprachigen
Gemeinschaft Belgiens

INHALTSVERZEICHNIS

KURSE IM NORDEN OSTBELGIENS

Kommunikativ sein

- 06 Auf meinen Spuren
- 06 Gelingende Kommunikation
- 07 Sprechen wie die Profis
- 07 Sicher auftreten, souverän sprechen
- 07 Rechtschreibung & Zeichensetzung
- 08 Infos zu unseren Sprachkursen
- 09 Deutsch, Niederländisch
- 10 Englisch
- 11 Business English
- 12 Französisch
- 13 Spanisch, Arabisch

Medienkompetent sein

- 15 Social Media, Basics, Internet
- 16 Word & Excel, Excel für Fortg.
- 16 PC-Kurse für Kinder & Jugendliche

Körperbewusst sein

- 18 Pilates, Sanftes Pilates, Männerpilates
- 19 Qi Gong, Tai Chi Chuan, Fit mit BO
- 20 Wellness, Naturkosmetik

Kreativ sein

- 22 Schneiden
- 23 Schneiden, Stricken, Spinnen
- 24 Ton/Keramik

Kind & Familie sein

- 27 Bazar, Krabbelgruppe, Musikkurse
- 28 Töpfergeburtstag, Schneiden
- 28 Frühlingswanderung, Kochkurse
- 29 Backkurs, Sprachen

KURSE IM SÜDEN OSTBELGIENS

Kommunikativ sein

- 32 Infos zu unseren Sprachkursen,
- 32 Rechtschreibung & Zeichensetzung
- 33 Deutsch, Englisch
- 34 Business English, Französisch
- 35 Französisch, Spanisch

Medienkompetent sein

- 37 Basics, Internet, Word & Excel Grdl.
- 38 Excel für Fortg., PC-Kurse für Kinder

Körperbewusst sein

- 40 Tai Chi Chuan, Qi Gong

KOMM UNIK ATIV

sein



AUF MEINEN SPUREN

Ein Tag für Frauen

Schreibend die eigene Lebensgeschichte erkunden. Schreiben ist ein gutes Mittel, um sich halb vergessenen Erinnerungen wieder zu nähern, sie noch einmal zu erleben und vielleicht neu zu begreifen, Begriffe dafür zu finden. Die aufgeschriebenen Bruchstücke, Episoden und Geschichten lassen allmählich Zusammenhänge erkennen. Mit Staunen nehmen wir wahr, wie ein Bild aus dem Puzzle entsteht. Keine Angst vor dem leeren Blatt Papier! Durch meine langjährigen Erfahrungen mit Schreibgruppen werden wir mit Hilfe von Assoziationsübungen und Schreibspielen die Hemmungen abbauen und viel Spaß miteinander haben.

Leitung: Ulla Steinbrinker - Dipl. Psych.

48R6 Samstag, 14. Mai 2022 10h00 – 17h00
Haus Titfeld, Raeren 45,- €

GELINGENDE KOMMUNIKATION

Fortbildung

Schwierige Gespräche sind eine Herausforderung für viele Menschen. Kommunikation ist heikel, weil es neben sachlichen oder persönlichen Anliegen auch immer um grundlegende Wertvorstellungen, Einschätzungen, Interessen und Emotionen geht, aus denen manchmal Schuldzuweisungen oder Konkurrenz um den besseren Weg entstehen.

In dieser Fortbildung lernen Sie, Gespräche kompetent, ziel- und ergebnisorientiert in respektvoller und vertrauensbildender Atmosphäre zu führen. Sie legen damit den Grundstein für einen konstruktiven Umgang mit Ihren Gesprächspartner*innen.

Inhalte:

- Reflexion der eigenen Rolle und der Rollenerwartungen
- Schwierige Ausgangsbedingungen: Gesellschaftliche Konflikte auf Grund unterschiedlicher Perspektiven und Wertvorstellungen
- Grundlagen gelingender Kommunikation
- Schwierige Botschaften senden, schwierige Botschaften empfangen
- Umgang mit Angriffen, Provokationen und „Killerphrasen“
- Wertschätzende Kommunikation
- Strategien der Deeskalation und Vertrauensbildung

Die Teilnehmerzahl beträgt 8 bis 10 Personen.

Leitung: Lino Pankert, Coach

10R2 2x di, 10. & 24. Mai 22 18h30 – 20h00
Pfarrheim, Raeren 62,- €





SPRECHEN WIE DIE PROFIS: STIMMIG, KLAR, LEBENDIG!

Fortbildung

Diese Workshop-Reihe bietet allen Interessierten aus kommunikativen Berufen eine praktische Einführung in ein professionelles Sprechtraining.

Im Format von 3 intensiven Workshops lernen Sie Kriterien für eine gute, hörerorientierte Sprechqualität kennen und können sofort erste Techniken ausprobieren. Wir stellen jeweils eine wesentliche Arbeits-Perspektive in den Fokus von interaktivem Vortrag und Übungen. In der Gesamtkonzeption ergänzen sich die Bausteine zu einer effektiven Grundlage für die Entwicklung von Sprechbewusstsein und für die Entfaltung von sprechtechnischen Gestaltungsmöglichkeiten. Nicht zuletzt geht es um eine neue, um eine professionelle Sprechlust und Sprechbereitschaft.

Teil 1: **"Wann überzeugt die Sprechstimme?"**

Teil 2: **"Grau-Schleier raus! Wie spreche ich deutlich und höregerrecht?"**

Teil 3: **"So kommt Leben in die Worte!"**

Ein Zertifikat wird im Anschluss ausgestellt.

Die Referentin ist Kommunikationsberaterin, Führungs-Coach und Sprech-Coach.

Die Teilnehmerzahl beträgt 8 bis 10 Personen.

Leitung: Ruth Konter

10R5 3x freitags 16h15 – 18h45
11., 18. & 25. März 22
Pfarrheim, Raeren 132,- €

SICHER AUFTRETEN, SOUVERÄN SPRECHEN

Fortbildung

Kann man Sprechsicherheit lernen und üben?

Hier können Sie.

Finden Sie heraus, wie u.a. körperliche Impulse, gedankliche Perspektiven oder eine klare Auftrittsstrukturs Sie persönlich dabei bestärken, sich zu Wort zu melden.

Oft setzt auch ein neuer Blick auf die gewünschte Sprechsituation überraschend Energien frei.

Wir probieren verschiedene Strategien für das "Vorher-während-nachher" praktisch aus. Die drei

Workshops bauen aufeinander auf. Die Teil-

nehmenden bekommen konkrete Tipps für ihre individuellen Sprechsituationen. Das Präsenz-

training macht gerade deshalb Spaß, weil die Übungen zugleich entspannend und spannend sind. Ein Zertifikat wird im Anschluss ausgestellt.

Die Referentin ist Kommunikationsberaterin, Führungs-Coach und Sprech-Coach.

Die Teilnehmerzahl beträgt 8 bis 10 Personen.

Leitung: Ruth Konter

10R6 3x samstags, 14h15 – 16h45
24.09., 08.+22. Oktober 22
Pfarrheim, Raeren 132,- €

* INFOS zu unseren Sprachkursen

Online-Kurse, Gesprächsmöglichkeit, Einstufung, Infos.

Aus gegebenem Anlass empfehlen wir Ihnen auch unser **Online-Angebot zum Sprachenlernen**.

Interessierte für Präsenz- und Onlinekurse erhalten wieder die Möglichkeit bei einem Gespräch mit den jeweiligen Lehrpersonen in einen dem Sprachniveau angepassten Kurs eingestuft zu werden oder auch die Kursleitung und ihre Methoden kennenzulernen. Unsere **virtuelle Einstufung** findet für die erwachsenen Teilnehmenden am 11. Januar ab 19 Uhr statt. Die **virtuelle Einstufung für Kinder** findet wie folgt statt: am 12. Januar ab 19 Uhr zum *Englischlernen* und am 13. Januar ab 19 Uhr zum *Französischlernen*.

Im zweiten Halbjahr findet unsere **virtuelle Einstufung** am 6. September ab 19 Uhr statt. Die **virtuelle Einstufung für Kinder** zum Französischlernen findet am 7. September und zum Englischlernen am 8. September statt. Melden Sie sich bei Interesse gerne!

Unsere Sprachkurse sind an den GER (Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen) angelehnt.

Unsere kleinen Lerngruppen von max. 10 Teilnehmenden garantieren intensive Lerneinheiten. In der ersten Kursstunde werden die Kursziele gemeinsam festgelegt. In der letzten Kursstunde werden die erreichten Kursziele besprochen und auf Wunsch ein individuelles Feedback der Lehrperson gegeben. Auf Anfrage erhalten Sie ein Zertifikat mit der Auflistung der Kursinhalte.

Staffelung Kursgebühr 2022

PRÄSENZUNTERRICHT

10 Termine à 1,5 Std.

Anzahl Teilnehmende	Gebühr pro Teilnehmende
10	75,00 €
9	75,00 €
8	75,00 €
7	75,00 €
6	85,00 €
5	100,00 €
4	125,00 €
3	150,00 €
2	200,00 €
1	400,00 €

ONLINEUNTERRICHT

10 Termine à 1,5 Std.

Anzahl Teilnehmende	Gebühr pro Teilnehmende
10	75,00 €
9	75,00 €
8	75,00 €
7	75,00 €
6	75,00 €
5	95,00 €
4	115,00 €
3	140,00 €
2	190,00 €
1	375,00 €

DEUTSCH* - Konversation

Niveau A2

Hier üben Fortgeschrittene mit grundlegenden Grammatikkenntnissen die Sprache selbstständig zu verwenden. Sie üben, Hauptinformationen in kurzen Zeitungsartikeln oder Hörtexten zu verstehen und selbst kurze Präsentationen über das eigene Interessengebiet zu halten. In der Gruppe erweitern sie Ihren Wortschatz und trainieren, sich über Alltagsthemen auszutauschen.

Leitung: Ariane Herdemerten

21R2	15x di., Start: 18.01.22	16h45 – 18h15
21R2	10x di., Start: 13.09.22	16h45 – 18h15
	Pfarrheim, Raeren	112,- €/ 75,- €*



RECHTSCHREIBUNG & ZEICHENSETZUNG

Die wichtigsten Regeln

Leitung: Mareike Lennertz

Infos zum Kurs finden Sie auf www.zeitkreis.be

NIEDERLÄNDISCH* - AnfängerIn

Niveau A0 (ohne/ geringe Vorkenntnisse)

Die kurze Dauer des Kurses und die geringen Kosten geben Gelegenheit herauszufinden, ob Ihnen das Erlernen der Sprache Freude macht. Durch die Beschäftigung mit der Sprache im Kurs und zu Hause und dem Lernverhalten finden Sie eine für sich geeignete Lernstrategie.

10x auf Anfrage	60 Min.
Pfarrheim, Raeren	50,- €*

NIEDERLÄNDISCH* - AnfängerIn

Niveau A0 (mit Vorkenntnissen)

In diesem Niederländischkurs werden Basiskenntnisse für die alltägliche Konversation vermittelt. Über das Verstehen und Verwenden von einfachen Sätzen, lernen Sie sich zu verständigen, sofern Ihr Gegenüber langsam und deutlich spricht und bereit ist zu helfen.

Leitung: Peter Ramjoie

05R1	15x mo., Start: 17. 01.22	20h00 – 21h30
05R1	10x mo., Start: 12.09.22	20h00 – 21h30
	Haus Titfeld, Raeren	112,- €/75,- €*

NIEDERLÄNDISCH* - Konversation

Niveau B1

Sie haben in der Schule oder in einem früheren Kurs Grundkenntnisse der niederländischen Sprache erworben? Oder sind Sie durch berufliche oder private Kontakte vertraut mit dem Niederländischen? Dann bietet Ihnen dieser Kurs die Gelegenheit, in lockerer Atmosphäre Ihre Kenntnisse aufzufrischen, zu vertiefen und vor allem beim Sprechen anzuwenden. Inhalte und Übungen werden auf die Vorkenntnisse und Bedürfnisse der Teilnehmenden abgestimmt.

Leitung: Sigrid Roobroeck

06R4	15x do., Start: 20.01.22	18h30 – 20h00
06R4	10x do., Start: 15.09.22	18h30 – 20h00
	Pfarrheim, Raeren	112,-€/ 75,- €*

ENGLISCH* - AnfängerIn

Niveau A0 (ohne/geringe Vorkenntnisse)

Ihr Englischunterricht ist schon so lange her - oder haben Sie noch gar keine Vorkenntnisse? In diesem Kurs sind Sie richtig. Die Kommunikation steht im Vordergrund und Sie werden lernen, Sprachhemmungen abzubauen und sich in Alltagssituationen zu verständigen. Die kurze Dauer des Kurses und die geringen Kosten geben Ihnen Gelegenheit herauszufinden, ob Ihnen das Erlernen der Sprache Freude macht.

Mit leichten Vorkenntnissen

Leitung: Johanna Schröder

21R2	10x di., Start: 18.01.22	13h30 – 15h00	
	Pfarrheim, Raeren		75,- €*
21R0	10x di., Start: 18.01.22	18h30 – 19h30	
	Pfarrheim, Raeren		50,- €*

ENGLISCH* - AnfängerIn

Niveau A0 (mit Vorkenntnissen)

Sie eignen sich Basiskenntnisse für die alltägliche Konversation an. Über das Verstehen und Verwenden einfacher Sätze, lernen Sie sich zu verständigen, sofern Ihr Gegenüber langsam und deutlich spricht und bereit ist Ihnen zu helfen.

Leitung: Peter Ramjoie

22R1	15x mo., Start: 17.01.22	17h15 – 18h15	
22R1	10x mo., Start: 12.09.22	17h15 – 18h15	
	Haus Titfeld, Raeren		75,- €/ 50,- €*

ENGLISCH* - leicht Fortgeschrittene

Niveau A1

Sie erweitern oder festigen Ihre elementaren Basiskenntnisse der Sprachverwendung. Sie lernen Vokabeln und Satzgefüge des Alltags zu verstehen und sich in einfachen, bekannten Situationen mitzuteilen. Beschreibungen zur Person und des Umfeldes werden mit einfachen Formulierungen möglich. Gespräche werden ausschließlich in englischer Sprache angeregt.

Leitung: Peter Ramjoie

23R1	15x mo., Start: 17.01.22	18h30 – 20h00	
23R1	10x mo., Start: 12.09.22	18h30 – 20h00	
	Haus Titfeld, Raeren		112,- €/ 75,- €*

ENGLISCH* - Fortgeschrittene

Niveau B1

Sie lernen sich spontan und fließend zu verständigen und zu einem breiten Themenspektrum klar auszudrücken. In der gemeinsamen Erarbeitung von Grammatikübungen und komplexen Texten wird der mündliche und schriftliche Sprachgebrauch trainiert und in der Konversation angewendet und verinnerlicht. Gespräche werden ausschließlich in der englischen Sprache angeregt.

24R1	15x mo., Start: 17.01.22	18h30 – 20h00	
24R1	10x mo., Start: 12.09.22	18h30 – 20h00	
	Pfarrheim, Raeren		112,- €/ 75,- €*

ENGLISCH* - Konversation

Niveau B1-B2

Fehler ausmerzen, üben flüssig zu sprechen. Konzentriert üben und während der Fortschritt spür- und hörbar wird, die Freude an der Sprache vergrößern. Sie lernen sich spontan und fließend zu verständigen und zu einem breiten Themenspektrum klar auszudrücken. Gespräche werden ausschließlich in der englischen Sprache angeregt.

Leitung: Ariane Herdemerten (Mutterspr.)

25R4	15x di., Start: 18.01.22	18h30 – 20h00	
25R4	10x di., Start: 13.09.22	18h30 – 20h00	
	Pfarrheim, Raeren		112,- €/ 75,- €*

ENGLISCH für Jugendliche*

mit Vorkenntnissen

Die Jugendlichen erhalten hier die Gelegenheit, locker und ohne Zwang, in die englische Sprache einzutauchen. In der Gruppe werden sie an alltagsbezogene Texte herangeführt. Durch kurze Videos und Rollenspiele wird das Hörverständnis geschult und Sprechhemmungen abgebaut. Auf die individuellen Lernbedürfnisse und Interessen wird so weit wie möglich eingegangen. Wir empfehlen daher die Teilnahme an dem Einstufungsgespräch.

20R3b	15x auf Anfrage		60 Min.
20R3b	10x auf Anfrage		60 Min.
	Pfarrheim, Raeren		75,- €/ 50,- €*

BUSINESS ENGLISH*

Englisch für den Beruf

Sie arbeiten in Kontakt mit englischsprachigen Teams, Partnern oder Kunden? Nach diesem Lehrgang werden Sie sich in den in Ihrem Berufsumfeld anfallenden Situationen, mündlich und schriftlich, klarer und selbstsicherer verständigen können. Anhand einer Bedarfs-Analyse wird der Inhalt des Kurses ganz gezielt auf Ihre Bedürfnisse / die Ansprüche Ihrer Firma festgelegt. Sowohl Inhalt als auch Dauer oder Ort des Kurses können Ihren Umständen entsprechend angepaßt werden.

Ob Wochenend-Workshop, Einzel-Online-Unterricht, Webinar oder regelmäßige Lernveranstaltungen in den Räumlichkeiten Ihres Unternehmens - kontaktieren Sie uns. Mögliche Lerninhalte umfassen: Englisch im Meeting, Präsentationen, Verhandlungen, Interviews, Englisch am Telefon, Verfassen von E-mails.

Kursleitung:

Ariane Herdemerten, Muttersprachlerin
Zertifizierte Ausbildung bei "English means Business" in Bath, England

Sarah Mardenly, Muttersprachlerin
Bachelor Business Administration bei
City University of Seattle, Washington

Beispiel Kursgebühr: Bei einer Teilnahme von 6-10 Personen und 10 Online- oder Präsenzterminen à 1,5 Stunde 112,-€



FRANZÖSISCH* - AnfängerIn

Niveau A0 (ohne/ geringe Vorkenntnisse)

Die kurze Dauer des Kurses und die geringen Kosten geben Gelegenheit herauszufinden, ob Ihnen das Erlernen der Sprache Freude macht.

Durch die Beschäftigung mit der Sprache im Kurs und zu Hause und dem Lernverhalten finden Sie eine für sich geeignete Lernstrategie.

10x auf Anfrage 60 Min.
Pfarrheim, Raeren 50,- €

FRANZÖSISCH* - AnfängerIn

Niveau A0+

Sie eignen sich grundlegende Kenntnisse für die alltägliche Konversation an. Über das Verstehen und Verwenden einfacher Sätze, lernen Sie sich zu verständigen, sofern Ihr Kommunikationspartner langsam spricht und bereit ist zu helfen.

mit leichten Vorkenntnissen

Leitung: Peter Ramjoie

31R2 15x di., Start: 18.01.22 10h00 – 11h30
31R2 10x di., Start: 13.09.22 10h00 – 11h30
Pfarrheim, Raeren 112,- €/ 75,- €*

mit Vorkenntnissen - online

Leitung: Samuel Manteca

32R2 10x di., Start: 18.01.22 20h00 – 21h30
32R2 10x di., Start: 13.09.22 20h00 – 21h30
112,- €/ 75,- €* 

FRANZÖSISCH* - AnfängerIn

Niveau A1

Sie erweitern Ihre elementaren Basiskenntnisse zur Sprachverwendung. Sie lernen Vokabeln und Satzgefüge des Alltags zu verstehen und sich in einfachen, bekannten Situationen mitzuteilen. Beschreibungen zur Person und des Umfeldes werden mit einfachen Formulierungen möglich.

Leitung: Samuel Manteca

33R4 15x do., Start: 20.01.22 18h15 – 19h45
33R4 10x do., Start: 15.09.22 18h15 – 19h45
Pfarrheim, Raeren 112,- €/ 75,- €* 

FRANZÖSISCH* - Fortgeschrittene

Niveau B2 - Online-Kurs

Sie lernen sich in komplexen Sachverhalten klar, strukturiert und ausführlich zu äußern. Sie üben sich spontan und fließend zu verständigen, ohne erkennbar nach Worten zu suchen. In der gemeinsamen Erarbeitung von Grammatikübungen sowie anspruchsvollen Texten wird der mündliche und schriftliche Sprachgebrauch trainiert und in der Konversation verinnerlicht. Zu Beginn des Kurses werden Ihre eigenen Vorstellungen mit den inhaltlichen Möglichkeiten abgeglichen.

Leitung: Samuel Manteca

36R2 15x di., Start: 18.01.22 18h30 – 20h00
36R2 10x di., Start: 13.09.22 18h30 – 20h00
112,- €/ 75,- €* 

FRANZÖSISCH* - Konversation

Niveau B1-B2

Ein Kurs für Jugendliche und ungeduldige Erwachsene. Fehler ausmerzen, üben flüssig zu sprechen. Konzentriert üben und während der Fortschritt spür- und hörbar wird, noch richtig Freude an der Sprache finden. Auch als Vorbereitung für Deutschsprachige, die in Belgien studieren möchten und/oder Erwachsene, die fit für den Arbeitsalltag werden möchten.

Zu Beginn des Kurses werden die eigenen Vorstellungen mit den inhaltlichen Möglichkeiten abgeglichen.

Leitung: Samuel Manteca

37R4 15x do., Start: 20.01.22 20h00 – 21h30
37R4 10x do., Start: 15.09.22 20h00 – 21h30
Pfarrheim, Raeren 112,- €/ 75,- €* 

SPANISCH* - AnfängerIn

Niveau A0 (ohne Vorkenntnisse)

Die kurze Dauer des Kurses und die geringen Kosten geben Ihnen Gelegenheit herauszufinden, ob Ihnen das Erlernen der Sprache Freude macht. Durch die Beschäftigung mit der Sprache im Kurs und zu Hause und dem Lernverhalten finden Sie eine für sich geeignete Lernstrategie.

Leitung: Isabel Rodriguez (Muttersprachl.)

26R3 10x mi., Start: 19.01.22 20h00 – 21h00

26R3 10x mi., Start: 14.09.22 20h00 – 21h00

Haus Titfeld, Raeren 50,- €*

SPANISCH* - AnfängerIn

Niveau A0 (mit Vorkenntnissen)

Die Teilnehmenden eignen sich Basiskenntnisse für die alltägliche Konversation an. Über das Verstehen und Verwenden einfacher Sätze, lernen Sie sich zu verständigen, sofern ihr Gegenüber langsam und deutlich spricht und bereit ist Ihnen zu helfen.

Leitung: Isabel Rodriguez (Muttersprachl.)

27R2 15x di., Start: 18.01.22 20h00 - 21h30

27R2 10x di., Start: 13.09.22 20h00 - 21h30

Haus Titfeld, Raeren 112,- €/ 75,- €*

SPANISCH* - AnfängerIn

Niveau A1

Sie erweitern oder festigen Ihre elementaren Basiskenntnisse der Sprachverwendung. Sie lernen Vokabeln und Satzgefüge des Alltags zu verstehen und sich in einfachen, bekannten Situationen mitzuteilen. Beschreibungen zur Person und des Umfeldes werden mit einfachen Formulierungen möglich. Gespräche werden ausschließlich in spanischer Sprache angeregt.

Leitung: Isabel Rodriguez (Muttersprachl.)

28R3 15x mi., Start: 19.01.22 18h15 - 19h45

28R3 10x mi., Start: 14.09.22 18h15 - 19h45

Haus Titfeld, Raeren 112,- €/ 75,- €*

SPANISCH* - Fortgeschrittene

Niveau B1

Sie lernen sich spontan und fließend zu verständigen und zu einem breiten Themenspektrum klar auszudrücken. In der gemeinsamen Erarbeitung von Grammatikübungen und komplexen Texten wird der mündliche und schriftliche Sprachgebrauch trainiert und in der Konversation angewendet und verinnerlicht. Gespräche werden ausschließlich in der spanischen Sprache angeregt.

Leitung: Isabel Rodriguez (Muttersprachl.)

29R2 15x di., Start: 18.01.22 18h15 – 19h45

29R2 10x di., Start: 13.09.22 18h15 – 19h45

Haus Titfeld, Raeren 112,- €/ 75,- €*

SPANISCH* - Konversation

Niveau A2

Hier üben Fortgeschrittene mit grundlegenden Grammatikkenntnissen die Sprache selbstständig zu verwenden. Sie erweitern ihren Wortschatz und lernen sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern.

Leitung: Isabel Rodriguez (Muttersprachl.)

30R1 15x mo., Start: 17.01.22 18h00 – 19h30

30R1 10x mo., Start: 12.09.22 18h00 – 19h30

Eupen 112,- €/ 75,- €*

Sie möchten ARABISCH lernen?

Sprechen Sie uns gerne an!

MEDIEN KOMPE TENT

sein



SOCIAL MEDIA

für den Alltagsgebrauch und Vereine

Steigen Sie ein in die Grundlagen von Social Media. Lernen Sie alle relevanten Plattformen kennen und wofür sie genutzt werden. Wenn Sie schon aktiv sind, aber noch ein paar Profi-Tricks und Tools kennenlernen möchten, sind Sie hier ebenso richtig. Schwerpunkte des Kurses sind folgende:

- Einführung in Social Media
- Kennenlernen der verschiedenen relevanten Social Media Plattformen
- Tipps & Tricks bei Posting und Storytelling
- Welche Fotos wann gepostet werden sollten
- Wie gestalte ich interessante Stories
- Aktuell: Was sind Reels und wie funktionieren sie?
- Interessante Apps
- Wann poste ich was?
- Datenschutz.

Mitzubringen: Laptop und/oder Smartphone.
Voraussetzung: Grundkenntnisse und bereits angelegte Accounts.

Leitung: Melanie Huppertz

48R5 Freitag, 03.06.2022 17h00 – 19h00
Pfarrheim, Raeren 25,- €



Instagram

XING



LinkedIn



* INFOS

„Lernen am eigenen Laptop“

Die PC-Schulungen leitet **Daniel Drösch**, Unternehmensberater mit mehrjähriger Erfahrung in leitender Funktion in der IT-Branche. In den PC-Kursen werden detaillierte Unterrichtsskripte zu Unterrichtsbeginn ausgehändigt. Eine Bereitstellung kostenfreier Laptops kann bei Anfrage vereinbart werden. Die Schulungen eignen sich für das Microsoft Office Programm 2013 – 2016.

BASICS

*Lernen am eigenen Laptop**

Hier wird Grundlegendes und Arbeits-erleichterndes im Umgang mit dem Computer vermittelt. Erhalten Sie Kenntnisse über die Funktionsweise eines PCs. Lernen Sie, was Hard- und was Software ist und wie diese miteinander interagieren. Lernen Sie, wie Sie Ihre Systemsteuerung nutzen und Ihre Tastatur zweckmäßig einsetzen. Lernen Sie Ihr Desktop kennen und lernen Sie Dateien und Ordner zu verwalten.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

41R6 2x samstags., 20.04. + 07.05.22

Haus Titfeld, Raeren 120,- €

INTERNET

*Lernen am eigenen Laptop**

Lernen Sie, wie Sie einfach und sicher im Internet unterwegs sind, wie Sie eine Suchmaschine wie Google nutzen und wie Sie eine E-Mail versenden. Lernen Sie, wie Sie auch mit dem Smartphone in die Welt des Internets einsteigen können. Lernen Sie, wie Sie mit anderen Menschen per Internet telefonieren können und was Facebook ist.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

42R6 Samstag, 11.06.22

Haus Titfeld, Raeren 60,- €

WORD & EXCEL - Grundlagen

*Lernen am eigenen Laptop**

Gemeinsam entdecken wir, welche Funktionen hinter all den Symbolen bei Word und Excel stecken. Anhand kleiner Übungen lernen Sie, wie Sie Dokumente in Word erstellen und diese professionell gestalten. Lernen Sie, wie Sie dort Bilder, Tabellen, Kopf- und Fußzeilen, Seitenzahlen und Inhaltsverzeichnisse ohne Mühe einfügen.

Lernen Sie, wie Sie Word und Excel verknüpfen, um individualisierte Serienbriefe zu gestalten. Sie lernen wie man in Excel Formeln schreibt und wie man aus Daten Diagramme erstellt. Das Ziel des Kurses ist, die Möglichkeiten der Programme zu entdecken, um diese im beruflichen oder privaten Alltag zu nutzen.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

43R6 2x samstags, 19. + 26.11.22

Haus Titfeld, Raeren 150,- €

Die Module "Word" und "Excel" sind auch einzeln buchbar. Die Kursgebühr beträgt 75,- €.

EXCEL für FORTGESCHRITTENE

*Lernen am eigenen Laptop**

Der Kurs besteht aus 3 Teilen.

Im ersten Teil lernen Sie, wie Sie mit WENN()-, WENNS()-, UND()- und ODER()-Funktionen logische Entscheidungen mit Excel treffen können. Im zweiten Teil entdecken Sie, wie man mit den Funktionen VERWEIS(), SVERWEIS() und WVERWEIS() in großen Datenmengen schnell die richtigen Datensätze ermittelt.

Im dritten Teil widmen wir uns der Aufgabe, große Datenmengen in Tabellen und Pivot-Tabellen übersichtlich zu gestalten. Die Teilnehmenden sollten Grundkenntnisse in Excel mitbringen.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

47R6 Samstag, 17.12.2022

Haus Titfeld, Raeren 105,- €

PC-Kurs für Kinder & Jugendliche (10-16 J.)

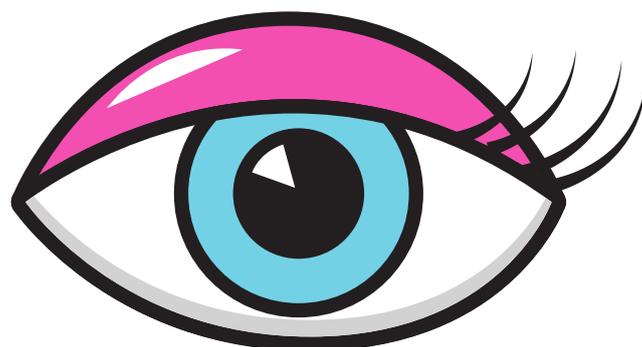
*Lernen am eigenen Laptop**

In diesem Kurs lernen die Kinder und Jugendlichen die wichtigsten Programme von Microsoft Office kennen, die ihnen bei der Bearbeitung ihrer Schularbeiten von Nutzen sind. So erfahren sie zunächst Grundlegendes über die Funktionsweise des PCs und lernen die Systemsteuerung zu nutzen. Am Ende des Kurses werden die Teilnehmenden in der Lage sein, fachmännisch Aufsätze und Referate in Word zu erstellen und können mit professionellen Präsentationen in der Schule glänzen. Wie sie sicher im Internet recherchieren wird natürlich auch nicht fehlen. Erste Kenntnisse gewinnen sie in Excel und sind fähig erste Formeln anzuwenden.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

45R6 Samstag, 02.04.2022

Haus Titfeld, Raeren 70,- €



KÖRP ERBE WUSST

sein



PILATES

Bewegung aus einer starken Mitte

„Lasse Deine Bewegungen aus einer starken Mitte fließen“ (Joseph Pilates).

Spezielle Übungen stabilisieren das Körperzentrum in Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur. Beweglichkeit und Kraft kommen in Balance. Das Pilates-Training fördert eine gute Haltung und verbessert ganzheitlich das Körperbewusstsein.

SANFTES PILATES

für Einsteiger

Sanftes Pilates bietet Anfängern und Menschen mit leichten gesundheitlichen Einschränkungen oder auch im fortgeschrittenen Alter einen sanften Einstieg in die Pilates-Methode.

Der Kurs ist auch geeignet als Wiedereinstieg nach der Entbindung.

PILATES FÜR MÄNNER

Stabi Flex

Die Pilates-Übungen bauen die Bauch- und Rückenmuskulatur und die zentrale Beckenmuskulatur auf, um Rückenbeschwerden vorzubeugen und zu lindern. Stabilität und Flexibilität kommen ins Gleichgewicht. Das Pilates-Training fördert eine gute Haltung und schult ganzheitlich das Körperbewusstsein.

* INFOS zu den Pilates-Kursen

Alle Pilateskurse finden in der Sporthalle Bergscheid (Sous-Sol), Bergscheid 5 in Raeren statt.

Leitung: **Katrin Seidel** - staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin und zertifizierte Pilatestrainerin.

Zeiten	montags	dienstags	mittwochs	donnerstags	Zeiten
08h30 - 09h30	Pilates	Pilates	Pilates	Pilates	08h30 - 09h30
10h00 - 11h00	Sanftes Pilates	Meditation	Sanftes Pilates	Sanftes Pilates	10h00 - 11h00
17h30 - 18h30	Pilates	Pilates	Pilates	Pilates	17h30 - 18h30
19h00 - 20h00	Pilates	Pilates	Pilates	Pilates	19h00 - 20h00
20h30 - 21h30	Pilates	Männer-Pilates	Pilates	Männer-Pilates	20h30 - 21h30
1. Quartal	11 Termine	11 Termine	11 Termine	11 Termine	je 110,- €
2. Quartal	9 Termine	9 Termine	9 Termine	9 Termine	je 90,- €
3./4. Quartal	14 Termine	14 Termine	14 Termine	14 Termine	je 140,- €
Jahreskarte				1 Kurs/Woche 300,- € // 2 Kurse/Woche 450,- €

QI GONG

Shi Bashi

Sanfte, meditative Bewegungen verbessern den Qi-Fluss in den Meridianen und fördern Gesundheit und innere Ruhe. Die Übungen sind leicht zu erlernen und von Menschen jeden Alters auch zu Hause zu praktizieren. Der Kurs ist ebenso eine gute Vorbereitung für das Erlernen von Tai Chi Chuan.

Leitung: Friedhelm Laurs

56R2 12x di., 25.01. - 03.05.22 09h00 – 10h00

56R2 10x di., 13.09. - 29.11.22 09h00 – 10h00

Bergscheider Hof, Raeren 84,- €/70,- €

TAI CHI CHUAN

Fünf Elemente Qi Gong

Tai Chi Chuan hat seinen Ursprung im Qi-Gong und wird nach den gleichen Prinzipien ausgeführt. Es ist kämpfen ohne zu kämpfen, das heißt: Widerstände aufgeben und Durchlässigkeit entwickeln, sowohl körperlich als auch geistig. In diesem Kurs üben wir die kurze Yang-Form nach Prof. Cheng Man Ching, der diese Form speziell für Menschen aus der westlichen Welt entwickelte. Sie ist für Menschen jeden Alters geeignet.

Leitung: Friedhelm Laurs

56R1 14x mo., 17.01. - 16.05.22 08h45–09h45

56R1 10x mo., 12.09. - 21.11.22 08h45–09h45

Bergscheider Hof, Raeren 98,- €/70,- €

TAI CHI CHUAN

Yang Stil

Tai Chi Chuan ist „Der Geist der Philosophie, der Meditation und der Medizin des alten Chinas im Körper einer Kampfkunst“!

In diesem Kurs wird eine Variante des Yang Stils unterrichtet, des „Schlangenstils“. Das Ziel des Tai Chi Chuan-Übenden im Schlangensstil ist, flexible Kraft zu entwickeln.

Durch regelmäßiges Training wird ein starkes, bewegliches inneres Zentrum entwickelt, das dem Körper jugendliche Kraft und Vitalität verleiht. Bei den Bewegungen im Schlangensstil wird die Wirbelsäule permanent bewegt, was den Übenden/Trainierenden in vielerlei Hinsicht guttut. Die Übungen eignen sich für Menschen jeden Alters. Ein kostenloser Schnuppertag findet vor Kursbeginn möglich.

Leitung: René Kalfa

56E2 20x di., Start: 11.01.22 18h15–19h45
Schnuppertermin: 4. Januar 2022

56E2 11x di., Start: 13.09.22 18h15–19h45
Schnuppertermin: 6. September 2022
Eupen, Irmep Fechtraum 180,- €/99,- €

56E3 20x mi., Start: 12.01.22 18h15–19h45
Schnuppertermin: 5. Januar 2022

56E3 11x mi., Start: 14.09.22 18h15–19h45
Schnuppertermin: 7. September 2022
Eupen, Irmep Fechtraum 180,- €/99,- €

Schon gewusst?

Die meisten Krankenkassen erstatten bis zu 40,- € für den Besuch eines Sportkurses.

FIT mit BO

Aerobic

Bewegung, Musik, Körpergefühl, Ausdauer, Freude! Dies und mehr bietet der Aerobic-Kurs „Fit mit BO“ und trägt so zur Förderung der Gesundheit bei. Hier werden Kraft, Beweglichkeit und Koordination gestärkt. Es ist eine wirksame Trainingsform aus effektivem Training, Gruppendynamik, Musik und Spaß.

Leitung: Bernadette Orban

59R1 mo., 10.01. - 27.06.22 19h30 – 20h30

59R1 mo., 05.09. - 19.12.22 19h30 – 20h30

Bergscheider Hof, Raeren

10er-Karte: 50,- €

WELLNESSMORGEN MIT NEUEN REZEPTEN AUS KÜCHE UND GARTEN

Von 7 bis 97 Jahren.

Mit allen Sinnen entspannen und dem Körper Gutes tun. In gemütlicher Atmosphäre werden wir Pflegeprodukte wie Gesichtsdampfbad, -peeling und -maske herstellen und gegenseitig auftragen. Auch ein Kleopatra-Bad für Hände (und Füße) darf nicht fehlen. Unter meiner Anleitung werden Zutaten wie erlesene Öle, Kaffeesatz, Mineralerde, Joghurt, Quark, Avocado, Banane, Orangenabrieb und Heilpflanzen zu ganz natürlichen Pflegeprodukten verarbeitet. Ein schönes Geschenk für Tante und Nichte, Oma und Enkel, Freundinnen oder Mutter und Tochter! Max. 8 Teilnehmende.

Mitzubringen: 2 Handtücher, 1 Waschlappen, 1 Haarband, Hausschuhe, gemütliche Kleidung (offenes Dekolleté), kleine Gläschen für Reste.

16K6 Samstag, 19.11.22 10h00 – 13h00
Schnellenberg 6, Kelmis 30,- €

NATURKOSMETIK-KURS I

mit naturbelassenen Zutaten

Ganz einfach Hautpeeling, Deo, Lippenpflege, Massageöl, Badepralinen, -öl und -salz herstellen. Natürlich nur mit naturbelassenen Zutaten (Native Öle, reine ätherische Öle)!

Ideal zum Verschenken geeignet! Diese Kosmetik ist hochwertig und ca. 12 Monate haltbar. Max. 10 Teilnehmende. Die Materialkosten in Höhe von 7,- € für Gläser werden im Kurs abgerechnet.

Mitzubringen: Schürze, 2 Spültücher, 1 Spüllappen.

16K2 Dienstag, 15.11.2022 19h00 – 22h00
Schnellenberg 6, Kelmis 45,- €

NATURKOSMETIK-KURS II

mit naturbelassenen Zutaten

Wir stellen Cremes her, das heißt Öl-Wasser-Emulsionen, die mit Hilfe eines Emulgators stabil werden. Das sind leichte, nicht fettende Cremes, die dennoch gut pflegen. Bei so einer Emulsion ist einiges zu beachten: die Temperatur der Zutaten, der Öl- und Wasseranteil, die Reihenfolge des Unterrührens, etc. Da es sich um kostbare Zutaten handelt, werden wir unter fachmännischem Rat 4 verschiedene Cremes so herstellen, dass man sich zu Hause "ans Selbermachen" trauen kann. An diesem Abend wird eine pflegende Blüten-Notfallcreme und/oder eine pflegende Handcreme mit Wollwachs (als Emulgator), eine leichte Gesichtscreme mit Wildrosenöl (evtl. mit Peelingeffekt) und eine Körpermilch mit Emulgin hergestellt. Wir nutzen u.a. folgende Zutaten (vorwiegend aus biologischer Herkunft): Bienen- und Wollwachs, Kakaobutter, Jojobaöl (mit Ringelblumenauszug), Sesam- oder Mandelöl, Wildrosenkernöl, Rosen-, Lavendelhydrolat, Rosen- und Lavendeltinktur, reine ätherische Öle, Emulgin, Xhantan, evtl. Argan- oder Granatapfelsamenöl. Max. 10 Teilnehmende. Die Materialkosten in Höhe von 7,- € für Gläser usw. werden im Kurs abgerechnet. Mitzubringen: Schürze, 2 Spültücher, 1 Spüllappen.

61K3 Donnerstag, 17.11.22 19h – ca. 21h30
Schnellenberg 6, Kelmis 48,- €

* INFOS zu WELLNESS & NATURKOSMETIK

Die Kurse WELLNESSMORGEN und NATURKOSMETIK finden unter Anleitung von **Karin Wetzels-Laschet**, Wildkräuterpädagogin und Heilpflanzenexpertin, statt.

KREA TIV

sein



* INFOS zu den SCHNEIDERKURSEN

Unsere Schneiderkurse werden von **Kornelia "Konni" Müller**, Schneidermeisterin mit langjähriger Erfahrung, geleitet. Eine Overlock-Maschine ist zur allgemeinen Nutzung vorhanden. Zudem stehen Schneidematte, Bügelbrett und Bügeleisen zur Verfügung. Eine Bereitstellung kostenfreier Nähmaschinen kann bei rechtzeitiger Anfrage vereinbart werden. Unsere Kursteilnehmenden erhalten einen Nachlass in Höhe von 10% in dem Raerener Schneiderfachgeschäft "Villa Feinstofflich", Kalverberg 21B1 www.feinstofflich.com

SCHNEIDERN nach HERZENSLUST

Lernen an der eigenen Maschine

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene. Alles, was für die neue Garderobe gebraucht wird, ist eine Nähmaschine und die Lust, kreativ mit Stoffen umzugehen. Die notwendigen Kenntnisse für das Zuschneiden und Nähen werden jeweils beim Herstellen der Kleidungsstücke vermittelt. Jede teilnehmende Person setzt ihre eigenen Projekte unter Anleitung um.

Fortgeschrittene können bereits beim ersten Treffen ihren Stoff mitbringen. Neustarter benötigen Nähutensilien (Schere, Nadeln, Maßband, Garn, Nähmaschine und Stoffreste) sowie ein Stück Baumwollstoff (0,5 m).

Eine Overlock-Maschine ist zur allgemeinen Nutzung vorhanden.

61R1a	8x mo., 10.01.-14.03.22	09h30 – 12h00
61R1a	10x mo., 21.03.-27.06.22	09h30 – 12h00
61R1a	10x mo., 2. Halbjahr 22	09h30 – 12h00
	Haus Titfeld, Raeren	10-er-Karte à 79,- €
61R1b	8x mo., 10.01.-14.03.22	20h00 – 22h30
61R1b	10x mo., 21.03.-27.06.22	20h00 – 22h30
61R1b	10x mo., 2. Halbjahr 22	20h00 – 22h30
	Haus Titfeld, Raeren	64,- €/79,- €

61R3	9x mi., 12.01.-16.03.22	20h00 – 22h30
61R3	10x mi., 23.03.-15.06.22	20h00 – 22h30
61R3	10x mi., 2. Halbjahr 22	20h00 – 22h30
	Haus Titfeld, Raeren	71,- €/79,- €
61R4	9x do., 13.01.-24.03.22	20h00 – 22h30
61R4	9x do., 31.03.-23.06.22	20h00 – 22h30
61R4	10x do., 2. Halbjahr 22	20h00 – 22h30
	Haus Titfeld, Raeren	71,- €/79,- €

SCHNEIDERN für AnfängerInnen

Einsteigerkurs

AnfängerInnen lernen in diesem Kurs die Basics rund um das Thema Schneider kennen. Unsere erfahrende Schneidermeisterin unterstützt Sie bei der Umsetzung eigener Projekte. Mitzubringen sind Nähutensilien (Schere, Nadeln, Maßband, Garn, Nähmaschine und Stoffreste) sowie ein Stück Baumwollstoff (0,5 m). Eine Overlock-Maschine ist zur allgemeinen Nutzung vorhanden.

61R2a	3x 8., 15.+22.03.22	20h00 – 22h30
61R2a	3x 27.09., 04.+11.10.22	20h00 – 22h30
	Haus Titfeld, Raeren	49,- €

Villa Feinstofflich

Claudia Villa
Kalverberg 21B1
4730 Raeren
Tel.: (+32) 497 / 55 39 76
feinstofflich@gmail.com

STOFFE UND NÄHZUBEHÖR • HANDGEFERTIGTE UNIKATE • NÄHKURSE

AKTUELLE ÖFFNUNGSZEITEN

Mittwoch	15.00 Uhr - 18.00 Uhr
Freitag	14.00 Uhr - 16.00 Uhr

und zusätzlich gerne auf Vereinbarung

Verkauf & Reparatur von Nähmaschinen

OVERLOCK - erste Schritte

Einstellungen

Es wird gezeigt, wie Ihre Maschine je nach Stoffart richtig eingestellt wird, welche Stiche wann benutzt werden, wie man richtig einfädelt und wie Anfängerfehler vermieden werden.

Mitzubringen ist die eigene Maschine, Overlockgarn in vier verschiedenen Farben (gemäß Anleitung) sowie die Bedienungsanleitung.

61R2b Dienstag, 16.11.2021 20h00 – 22h30
Haus Titfeld, Raeren 25,- €

NÄHMASCHINEN fit halten

Tipps zur Pflege und Reinigung

Bringen Sie Ihre Maschine mit und schauen Sie, ob hier oder da Hilfe angebracht ist. Es wird gereinigt, geölt sowie der ein oder andere Tipp zur Pflege und Wartung gegeben.

61R2c Dienstag, 19.10.21 20h00 – 22h30
Haus Titfeld, Raeren 25,- €

KREATIV Reparieren - nachhaltig kleiden

Reparieren mit und ohne Maschine

In der Lieblingshose ist ein Loch? Im Kindershirt ist ein Riss? Der Reißverschluss ist kaputt, das Kleidungsstück ist zu lang/kurz oder zu weit/zugeng? Alles kein Problem! Unsere Schneidermeisterin zeigt, wie man Kleidung auf kreative Weise ein zweites Leben geben kann - mit und ohne Nähmaschine. Mitzubringen ist die eigene Maschine (wenn vorhanden), Nähadeln und Faden sowie die zu reparierenden Teile inkl.

Material für die Reparatur (Reißverschluss, Knöpfe, Flickmaterial usw.).

61R2d Dienstag, 10.05.2022 20h00 – 22h30
Haus Titfeld, Raeren 35,- €

OFFENER SPINNKREIS

Handarbeiten

Wäre es nicht schön, die Wolle zum neuen Pulli mal selbst herzustellen? Oder der Oma die selbst gesponnene Wolle für ganz besondere Socken zu schenken? Vielleicht gibt es noch ein Spinnrad in der Familie, das unbenutzt in der Ecke steht? Wir zupfen, spinnen, verlieren den Faden, verzwirren und haben viel Spaß zusammen. Ein Ersatzspinnrad und kardierte Wolle stehen zur Verfügung, sodass Interessierte sich zunächst am Spinnen probieren können, ehe ein eigenes Spinnrad angeschafft wird. Mitzubringen sind ein Spinnrad, Geduld und etwas zu trinken. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Leitung: Menjhart Hajnalka

67R1 1. Montag im Monat 19h30 – 21h30
Haus Titfeld, Raeren kostenfrei

STRICK-KREIS

Handarbeiten

Hier wird gestrickt, gehäkelt, gestickt, ausprobiert und untereinander ausgetauscht. Einige strickbegeisterte Frauen haben die Gruppe angeregt. Material und Ideen werden mitgebracht und jeder kann die eigenen Vorstellungen umsetzen. Die Treffen sind mittwochs, alle 2 Wochen.

69R3 mi., Start: 12.01.22 14h00 – 16h00

69R3 mi., Start: 07.09.22 14h00 – 16h00

Haus Titfeld, Raeren kostenfrei

KERAMISCHES GESTALTEN

Aufbauen und Modellieren mit Ton

Eine der ältesten Künste der Menschheit ist das Formen von Gefäßen und Figuren aus Ton. Die Teilnehmenden werden mit allen Techniken vertraut gemacht, die es ermöglichen, Gefäße, Skulpturen, Reliefe herzustellen. Dabei lernen Sie verschiedene Arten der Oberflächenbehandlung, wie Ritzen, Kerben, Polieren, die Grundlagen des Glasierens und den Umgang mit Engoben (andersfarbigen Tönen) kennen.

Sieben Aufbautermine plus zwei Glasurtermine sind vorgesehen. Zusätzlich findet ein Abholtermin nach Absprache statt. In der Gebühr sind bis zu 10 kg Ton, Glasuren und Brand enthalten.

Leitung: Ulrike Trommsdorff -
Keramikerin

62R4-1 9x do., 03.02. - 05.05.22 19h15 – 22h15
62R4-2 9x do., 15.09. - 13.12.22 19h15 – 22h15
Haus Titfeld, Raeren je 114,- €

DREHEN an der TÖPFERSCHEIBE

Intensiv-Wochenend-Workshop

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene.

Allen Teilnehmenden steht eine eigene Scheibe zur Verfügung! Kaffee, Tee und Eintopf werden angeboten. Maximal vier Personen nehmen teil. Mitzubringen sind Arbeitskleidung, evtl. eine Schürze sowie drei alte Frotteehandtücher.

Das Material von 10 kg Ton, Glasuren plus eine Brenngebühr (je nach Menge der hergestellten Gegenstände) und die Verpflegung sind inklusive.

Leitung: Ulrike Trommsdorff -
Keramikerin

63R6-1

Samstag, 22. 01.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 23. 01.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

63R6-2

Samstag, 19. 02.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 20.02.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

63R6-3

Samstag, 12.03.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 13.03.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

63R6-4

Samstag, 02.04.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 03.04.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

63R6-5

Samstag, 07.05.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 08.05.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

63R6-6

Samstag, 11.06.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 12.06.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

63R6-7

Samstag, 24.09.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 25.09.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

63R6-8

Samstag, 22.10.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 23.10.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

63R6-9

Samstag, 05.11.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 06.11.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

63R6-10

Samstag, 03.12.22 10h00 – 18h00
Sonntag, 04.12.22 10h00 – 16h00
plus 2 Treffen n. Abspr. 19h00 – 22h00

Neudorfer Straße 69, Raeren je 195,- €

SCHMAUCHBRAND und RAKU*Jahrhundertealte Techniken*

Schmauchbrand - Schon in der Steinzeit wurden Töpferwaren im offenen Feuer gebrannt. Auch heute finden sich solche Techniken in traditionellen Kulturen. Wir werden die von Ihnen hergestellten und polierten Keramiken in einer Grube brennen, die mit Sägespänen, Stroh und kleinen Ästen gefüllt und mit Blechen und Erde abgedeckt wird (Das Feuer darunter glimmt zwei bis vier Tage.).

Raku (übersetzt: Freude, Glück, Glückseligkeit) ist die Technik, mit der in Japan Gefäße für die Teezeremonie gefertigt wurden.

Bei ca. 1000° C werden Ihre Arbeiten mit einer Zange rotglühend aus dem Ofen genommen. Durch das schnelle Abkühlen reißen die Glasuren und es bilden sich attraktive "Craquelé". Beim anschließenden "Nachräuchern" werden diese und der Ton stellenweise geschwärzt. Die Ergebnisse sind in beiden Brennverfahren nur bedingt zu steuern, immer übernehmen Flamme und Rauch einen großen Teil der Gestaltung. Ein Spiel mit dem Zufall, oft überraschend, immer lebendig. Während der beiden ersten Termine findet die Herstellung der Keramikobjekte statt, die dann im Laufe des dritten Termins gebrannt werden.

Leitung: Ulrike Trommsdorff -
Keramikerin

64R2 2x di., 03. + 10.05.22 19h15 – 22h15

64R2 2x di., 13. + 20.09.22 19h15 – 22h15

sowie je einen Samstag

nach Absprache 11h00 – Ende offen

Haus Titfeld/Neudorfer Str. 69 je 150,- €

FAMI LIE & KIND

sein



BAZAR

für Kinder-, Jungs- und Mädelsachen

Aus Zwergen werden Riesen. Fast 50 private Stände bieten Baby-, Kinder- und Jugendkleidung und alles, was dazu gehört. Kaffee, Kuchen, Getränke und Hot Dogs stehen zu kleinen Preisen bereit.

Leitung: KLJ und zeitKreis

10R7 So. im Verlauf 2022, 11h00 – 14h00
Bergscheider Hof, Raeren Eintritt frei

Ehrenamtler für die
Organisation des Bazars gesucht!
Bei Interesse gerne melden.

KRABELGRUPPE - Zwergenwiese

Eltern-Kind-Kurs

Sozialer Austausch für Babys und Kleinkinder und natürlich deren Eltern wird hier möglich ... und es entstehen nicht nur Kinderfreundschaften. Die gemeinsame Zeit nutzen wir zum Singen, Spielen, Basteln oder für Entdeckungsreisen der Sinne. Kommt einfach mal vorbei und schaut es euch an.

Leitung: Irina Lauffs & Julia Ortmann

11R3 mittwochs, ab 12.01.22 09h30 – 11h30

11R3 mittwochs, ab 07.09.22 09h30 – 11h30

Haus Titfeld, Raeren pro Halbj. 25,- €

* INFOS zu den Musikkursen für Kinder

Die Kurse finden in Kooperation mit dem „Integrativen Kreativatelier DER BUNTE VOGEL“ statt. Die deutschen Ferien- und Feiertage werden hier zusätzlich berücksichtigt. Die Leitung übernimmt **Suzanne Forstmann** - Erzieherin und Musikpädagogin.

MUSIK für kleine Leute

Eltern-Kind-Kurs

Ab 18 Monate bis 3 Jahre mit Eltern. Ähnlich wie im Kurs "Musikalische Früherziehung" begeben wir uns gemeinsam in die Welt der Musik.

Der Schwerpunkt liegt auf der ganzheitlichen Förderung des Kindes durch das Medium Musik. So wollen wir durch Singen, Tanzen, Tasten, Basteln und dem Bauen von eigenen Musikinstrumenten mit Ohr, Herz und Hand in die Welt der Musik eintauchen und diese erlebbar machen. Die Materialkosten von 10 Euro werden im Kurs abgerechnet.

12D3 mittwochs 15h30 – 16h15

12D4 donnerstags 11h15 – 12h00

Raerener Str. 10b, D-Lichtenb. je 12,20€/Std.

Musikalische FRÜHERZIEHUNG

mit Ohr, Herz und Hand

Das Angebot lässt Kinder der Altersgruppe von 3 bis 6 Jahren ganzheitlich Erfahrungen mit dem Medium Musik machen. Durch Singen, Tanzen, Spielen, Tasten und dem Bauen von eigenen Instrumenten tauchen die Kinder in die Welt der Musik ein und erleben sie mit Ohr, Herz und Hand. Kinder ab 5 Jahre lernen über das Flötenspiel die Welt der Noten kennen. Bitte eine C-Blockflöte mit deutscher Griffweise mitbringen. Bei der Auswahl der Blockflöte gibt Suzanne Forstmann gerne Hilfestellung. Bitte Stoppersocken oder Hausschuhe mitbringen. Die Materialkosten von 5 Euro werden im Kurs abgerechnet. Kursstart mit mind. 5 Kindern.

13D2 dienstags, (ab 4/5 J.) 16h45 – 17h30

13D3a mittwochs, (ab 3 J.) 13h30 – 14h15

13D3b mittwochs, (ab 4/5 J.) 14h30 – 15h15

Raerener Str. 10b, D-Lichtenb. je 9,- €/Std.

TÖPFER-GEBURTSTAGSFEIER

Die ganz eigene Art zu feiern

Während das Geburtstagskind und seine Gäste töpfeln, erzählt Keramikerin Ulrike Trommsdorff ihnen Märchen. Die gebrannten Sachen können später abgeholt werden. Auch für Erwachsene möglich. Die Kursgebühr ist inkl. Materialkosten.

Leitung: Ulrike Trommsdorff

19R0 Termine nach Vereinbarung, 2 Std.
Neudorfer Str. 69, Raeren

70,- € plus 1,- € pro Person

SCHNEIDERN

...für Kinder ab 8 Jahren

Bringt eine Nähmaschine, Stoff und Nähutensilien mit und Konni zeigt euch wie ihr ganz allein, ruck zuck, eine Tasche, einen Rock oder ein T-Shirt anfertigen könnt. Kinder, die einen eigenen Schnitt mitbringen und schon einmal teilgenommen haben, können auch ein Kleidungsstück ihrer Wahl nähen. Gegebenenfalls kann eine Nähmaschine vor Ort ausgeliehen werden.

Leitung: Kornelia Müller - Schneidermeisterin

15R1 2x mo., 14. + 21.03.22 16h30 – 19h30

15R1 2x mo., 10. + 17.10.22 16h30 – 19h30

Haus Titfeld, Raeren je 25,- €

* INFOS

zu den Back- und Kochkursen

Die nachfolgenden Back- und Kochkurse werden von **Karin Wetzels-Laschet**, Gesundheitstrainerin und Fachberaterin für Kinderernährung UGB geleitet.

FRÜHLINGS- WILDKRÄUTERWANDERUNG MIT KOCHATELIER

für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Wir begrüßen den Frühling mit seinem frischen Grün. Unterwegs in der Natur gibt's viele Tipps, um die essbaren Kräuter richtig zu erkennen und zu unterscheiden.

Sie werden gesammelt, zubereitet und im Anschluss gemeinsam gekostet. Max. 9 Teilnehmende. Mitzubringen: warme, wetterangepasste Kleidung/Schuhwerk, 2 Spülhandtücher, Spüllappen, Kochschürze und Dosen
16K3a Mittwoch, 30. März 22 14h00 – 18h30
Schnellenberg 6, Kelmis 32,- €

WILDKRÄUTER-EXKURSION MIT KOCHATELIER

für die ganze Familie

Unterwegs in der Natur begrüßt uns der Mai in seiner bunten Farbenpracht. Es gibt's viele Tipps, um die essbaren Blüten und Blätter richtig zu erkennen und zu unterscheiden. Sie werden gesammelt, zubereitet und im Anschluss gemeinsam gekostet.

Material: sehr warme, wetterangepasste Kleidung/Schuhwerk, Kochschürze, 2 Spülhandtücher, Spüllappen und Dosen für Reste
16K3b Mittwoch, 18. Mai 22 14h00 – 18h00
Treffpunkt: Schnellenberg 6, Kelmis
Parkplatz: An der Göhl, auf der Lütticher Straße, am Schild „Drei Grenzen“ in Kelmis

35,- € Erw. / 25,- € Kinder

KOCHKURS

HALLOWEEN (SAMHAIN) - ERNTE-DANK

für Kinder von 7 bis 15 Jahren

Zur Ernte-Dank-Zeit verfügen wir über ein reichhaltiges Angebot an Obst und Gemüse. Diese saisonalen und naturbelassenen Zutaten der Region werden unter Anleitung von Karin Wetzels-Laschet in originelle Speisen passend zum Thema "Halloween (Samhain)" verzaubert. Die kreativen Köche entdecken schaurig-schöne Koch- und Backideen und erfahren mehr über die Tradition und Ursprünge dieses Festes. Verzehrumlage inklusive. Max. 8 Teilnehmende.
16K6 Samstag, 29.10.22 10h00 – 15h00
Schnellenberg 6, Kelmis 35,- €

IN DER WEIHNACHTSBÄCKEREI

Backkurs von 7 bis 97 Jahre - mit neuen Rezepten

Der weihnachtliche Backkurs weckt vertraute Gerüche und lässt Weihnachten auf der Zunge zergehen. Kostbare Zutaten werden abgewogen. Es wird geknetet und Teig ausgerollt. Dieser

Backkurs ist auch für Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit geeignet. Mit mehligten Händen erstellen wir raffinierte Köstlichkeiten aus Schokolade und Orangenschalen, dabei darf die passende Weihnachtsmusik, die zum Mitsingen einlädt, nicht fehlen! Die Teilnehmenden beginnen den Advent mit dem schönen Ritual des gemeinsamen Plätzchenbackens und nehmen eine mit duftenden Plätzchen gefüllte Dose mit. Mitzubringen sind 2 Spültücher, 1 Schürze, 1 Spüllappen und 1 Plätzchendose. Max. 10 TeilnehmerInnen.

16K3b Samstag, 10.12.22 14h00 – 18h00
Schnellenberg 6, Kelmis 38,- €

PC-Kurse für Kinder & Jugendliche

*Lernen am eigenen Laptop**

Weitere Infos auf Seite 16.

SPRACHEN FÜR KINDER

ENGLISCH für Kinder

Niveau A0

Kinder erhalten hier die Gelegenheit mit Spiel und Spaß in eine fremde Sprache einzutauchen. Spielerisch wird der Umgang mit englischen Wörtern und Sätzen eingeübt. Die Kinder beginnen sich zu verständigen und können Freude an sprachlicher Vielfalt finden.

Leitung: Sarah Mardenly (Muttersprachl.)

20R3a 15x mi., Start: 19.01.22 17h30 – 18h30
20R3a 10x mi., Start: 14.09.22 17h30 – 18h30
Pfarrheim, Raeren 75,- €/ 50,- €*

ENGLISCH für Jugendliche

Niveau A0

Die vollständigen Angaben zu diesem Kurs findet ihr auf Seite 10 bei den Erwachsenenkursen.

Leitung: Sarah Mardenly (Muttersprachl.)

FRANZÖSISCH für Kinder

Niveau A0

Eltern, die über keine oder wenige Französischkenntnisse verfügen, wünschen sich häufig Unterstützung, um ihren Kindern die Bewältigung der schulischen Anforderungen zu erleichtern. Und auch Französisch sprechende Eltern möchten bei ihren Kindern die Freude an der Sprache fördern. Die Kursleitung vermittelt hier spielerisch, über das Verstehen und Verwenden einfacher Wörter und Sätze, eine Sicherheit in der Aussprache und den Vokabeln.

Leitung: Samuel Manteca (Muttersprachl.)

30R4 15x do., Start: 20.01.22 17h30 – 18h30
30R4 10x do., Start: 15.09.22 17h30 – 18h30
Pfarrheim, Raeren 75,- €/ 50,- €*

SPANISCH für Kinder

Niveau A0

Kinder erhalten hier die Gelegenheit mit Spiel und Spaß in eine fremde Sprache einzutauchen. Spielerisch wird der Umgang mit spanischen Wörtern und Sätzen eingeübt. Die Kinder beginnen sich zu verständigen und können Freude an sprachlicher Vielfalt finden.

Leitung: Isabel Rodriguez (Muttersprachl.)

29R3 15x mi., Start: 19.01.22 17h00 – 18h00
29R3 10x mi., Start: 15.09.22 17h00 – 18h00
Haus Titfeld, Raeren 5,- €/ 50,- €*

SPANISCH & DEUTSCH für Kinder - *Niveau A0*

auf Anfrage 60 Min.

5,- €/Std.*

Infos zu unseren Sprachkursen und Preisstaffelungen finden Sie auf Seite 8.

KURSE IM SÜDEN OSTBELGIENS

Kommunikativ sein

- 32 Infos zu unseren Sprachkursen
- 32 Rechtschreibung & Zeichensetzung
- 33 Deutsch, Englisch
- 34 Business English, Französisch
- 35 Französisch, Spanisch

Medienkompetent sein

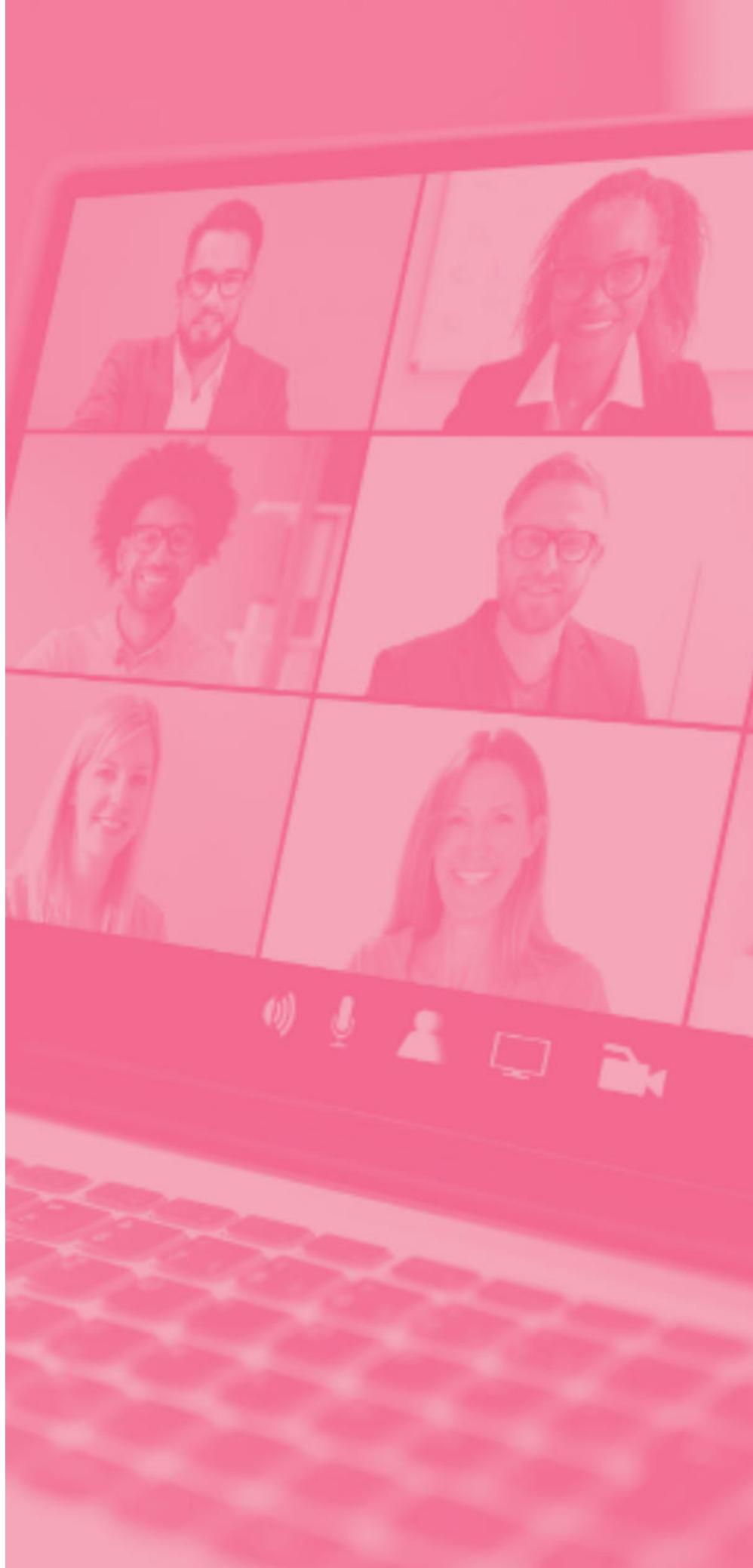
- 37 Basics, Internet, Word & Excel
- 38 Excel für Fortg., PC-Kurse für Kinder

Körperbewusst sein

- 40 Tai Chi Chuan, Qi Gong

KOMM UNIK ATIV

sein



* INFOS zu unseren Sprachkursen

Online-Kurse, Gesprächsmöglichkeit, Einstufung, Infos.

Aus gegebenem Anlass empfehlen wir Ihnen auch unser **Online-Angebot zum Sprachenlernen**.

Interessierte erhalten wieder die Möglichkeit bei einem Gespräch mit den jeweiligen Lehrpersonen in einen dem Sprachniveau angepassten Kurs eingestuft zu werden oder auch die Kursleitung und ihre Methoden kennenzulernen. Unsere **virtuelle Einstufung** findet am 18. Januar ab 19 Uhr statt. Im zweiten Halbjahr wird unsere **virtuelle Einstufung** am 13. September um 19 Uhr angeboten.

Unsere Sprachkurse sind an den GER (Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen) angelehnt.

Unsere kleinen Lerngruppen von max. 10 Teilnehmenden garantieren intensive Lerneinheiten. In der ersten Kursstunde werden gemeinsam die Ziele festgelegt. In der letzten Kursstunde werden die erreichten Kursziele besprochen und auf Wunsch ein individuelles Feedback der Lehrperson gegeben. Auf Anfrage erhalten Sie ein Zertifikat mit der Auflistung der Kursinhalte.

RECHTSCHREIBUNG & ZEICHENSETZUNG

Die wichtigsten Regeln

Leitung: Mareike Lennertz

Infos zum Kurs finden Sie auf www.zeitkreis.be

Staffelung Kursgebühr 2022

PRÄSENZUNTERRICHT

10 Termine à 1,5 Std.

Anzahl Teilnehmende	Gebühr pro Teilnehmende
10	75,00 €
9	75,00 €
8	75,00 €
7	75,00 €
6	85,00 €
5	100,00 €
4	125,00 €
3	150,00 €
2	200,00 €
1	400,00 €

ONLINEUNTERRICHT

10 Termine à 1,5 Std.

Anzahl Teilnehmende	Gebühr pro Teilnehmende
10	75,00 €
9	75,00 €
8	75,00 €
7	75,00 €
6	75,00 €
5	95,00 €
4	115,00 €
3	140,00 €
2	190,00 €
1	375,00 €

DEUTSCH* - leicht Fortgeschrittene

Niveau A1+ (mit Vorkenntnissen)

Auf Grundlage elementarer Basiskenntnisse, üben Teilnehmende die Sprache selbstständig zu verwenden. Gespräche werden ausschließlich in der deutschen Sprache angeregt. Dabei erweitern sie ihren Wortschatz und ihre Grammatikkenntnisse. Sie erhalten ein Verständnis für die Hauptinhalte klarer Texte des Alltäglichen und üben, sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern.

Leitung: Ariane Herdemerten

21B3 15x mi., Start: 26.01.22 16h15 – 17h45

21B3 10x mi., Start: 21.09.22 16h15 – 17h45

Worriken, James Cook 112,- €/ 75,- *

ENGLISCH* - Anfänger/in

Niveau A0 (ohne/geringe Vorkenntnisse)

Die kurze Dauer des Kurses und die geringen Kosten geben Gelegenheit herauszufinden, ob das Erlernen der Sprache Freude macht. Durch die Beschäftigung mit der Sprache und dem Lernverhalten im Kurs und zu Hause finden die Teilnehmenden eine für sich geeignete Lernstrategie.

Leitung: Ariane Herdemerten

21B0 10x auf Anfrage 60 Min.

Worriken, James Cook 50,- €*

ENGLISCH* - Anfänger/in

Niveau A1 (mit Vorkenntnissen)

Teilnehmende erweitern ihre elementaren Basiskenntnisse der englischen Sprache. Sie lernen Vokabeln und Satzgefüge des Alltags zu verstehen und sich in einfachen, bekannten Situationen mitzuteilen. Beschreibungen zur Person und des Umfeldes werden mit einfachen Formulierungen möglich.

Leitung: Ariane Herdemerten

23B3 15x mi., Start: 26.01.22 18h00 – 19h30

23B3 10x mi., Start: 21.09.22 18h00 – 19h30

Worriken, James Cook 112,-€/ 75,- €*

ENGLISCH* - leicht Fortgeschrittene

Niveau A2 (mit grundlegenden Vorkenntnissen)

Hier üben Fortgeschrittene mit grundlegenden Grammatikkenntnissen die Sprache selbstständig zu verwenden. Sie erweitern ihren Wortschatz und lernen sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern.

Leitung: Ariane Herdemerten

24B3 15x mi., Start: 26.01.22 19h45 – 21h15

24B3 10x mi., Start: 21.09.22 19h45 – 21h15

Worriken, James Cook 112,-€/ 75,- €*

ENGLISCH* - Fortgeschrittene

Niveau B1 (mit guten Vorkenntnissen)

Teilnehmende lernen sich spontan und fließend zu verständigen und zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert auszudrücken. In der gemeinsamen Erarbeitung von Grammatikübungen und komplexen Texten wird der mündliche und schriftliche Sprachgebrauch trainiert und in der Konversation angewendet und verinnerlicht. Gespräche werden ausschließlich in englischer Sprache angeregt. Zu Beginn des Kurses werden eigene Vorstellungen mit den inhaltlichen Möglichkeiten abgeglichen. Eine geringe Teilnehmerzahl ermöglicht intensive Lerneinheiten.

Leitung: Ariane Herdemerten

24B0 15x auf Anfrage (1. Halbjahr) 90 Min.

24B0 10x auf Anfrage (2. Halbjahr) 90 Min.

Worriken, James Cook 112,-€/ 75,- €*

BUSINESS ENGLISH

Englisch für den Beruf

Sie arbeiten in Kontakt mit englischsprachigen Teams, Partnern oder Kunden? Nach diesem Lehrgang werden Sie sich in den in Ihrem Berufsumfeld anfallenden Situationen, mündlich und schriftlich, klarer und selbstsicherer verständigen können. Anhand einer Bedarfs-Analyse wird der Inhalt des Kurses ganz gezielt auf Ihre Bedürfnisse / die Ansprüche Ihrer Firma festgelegt. Sowohl Inhalt als auch Dauer oder Ort des Kurses können Ihren Umständen entsprechend angepaßt werden.

Ob Wochenend-Workshop, Einzel-Online-Unterricht, Webinar oder regelmäßige Lernveranstaltungen in den Räumlichkeiten Ihres Unternehmens - kontaktieren Sie uns. Mögliche Lerninhalte umfassen: Englisch im Meeting, Präsentationen, Verhandlungen, Interviews, Englisch am Telefon, Verfassen von E-mails.

Leitung:
Ariane Herdemerten, Muttersprachlerin
Zertifizierte Ausbildung bei "English means Business" in Bath, England

Sarah Mardenly, Muttersprachlerin
Bachelor Business Administration bei
City University of Seattle, Washington

Beispiel Kursgebühr: Bei einer Teilnahme von 6-10 Personen und 10 Online- oder Präsenzterminen à 1,5 Stunde 112,-€

FRANZÖSISCH* - AnfängerIn

Niveau A0 - ohne/geringe Vorkenntnisse

Die kurze Dauer des Kurses und die geringen Kosten geben Gelegenheit herauszufinden, ob Ihnen das Erlernen der Sprache Freude macht. Durch die Beschäftigung mit der Sprache im Kurs und zu Hause und dem Lernverhalten finden Sie eine für sich geeignete Lernstrategie.

Leitung: Edmond Mutelesi

31B0 10x auf Anfrage

60 Min.

Worriken, James Cook

50,- €*

FRANZÖSISCH* - AnfängerIn

Niveau A1 (mit Vorkenntnissen)

Teilnehmende erweitern ihre elementaren Basiskenntnisse der französischen Sprache. Sie lernen Vokabeln und Satzgefüge des Alltags zu verstehen und sich in einfachen, bekannten Situationen mitzuteilen. Beschreibungen zur Person und des Umfeldes werden mit einfachen Formulierungen möglich. Eine geringe Anzahl teilnehmender Personen ermöglicht intensive Lerneinheiten.

Leitung: Edmond Mutelesi

32B2 15x di., Start: 01.02.22 18h00 – 19h30

Kostenlose Schnupperstunde: 25.01.22

32B2 10x di., Start: 27.09.22 18h00 – 19h30

Kostenlose Schnupperstunde: 20.09.22

Worriken, James Cook 112,-€/ 75,- €*



FRANZÖSISCH* - Fortgeschrittene

Niveau B1/B2 (mit guten Vorkenntnissen)

Teilnehmende lernen, sich spontan und fließend zu verständigen sowie zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert auszudrücken. In der gemeinsamen Erarbeitung von Grammatikübungen und komplexen Texten wird der mündliche und schriftliche Sprachgebrauch trainiert und in der Konversation angewendet und verinnerlicht. Gespräche werden ausschließlich in der französischen Sprache angeregt. Zu Beginn des Kurses werden eigene Vorstellungen mit den inhaltlichen Möglichkeiten abgeglichen. Eine geringe Teilnehmerzahl ermöglicht intensive Lerneinheiten.

Leitung: Edmond Mutelesi

35B2 15x di., Start: 01.02.22 19h45 – 21h15

Kostenlose Schnupperstunde: 25.01.22

35B2 10x di., Start: 27.09.22 19h45 – 21h15

Kostenlose Schnupperstunde: 20.09.22

Worriken, James Cook 112,-€/ 75,- €*

FRANZÖSISCH* - für Kinder

Niveau A0

Eltern, die über keine oder wenige Französischkenntnisse verfügen, wünschen sich häufig Unterstützung, um ihren Kindern die Bewältigung der schulischen Anforderungen zu erleichtern. Und auch Französisch sprechende Eltern möchten bei ihren Kindern die Freude an der Sprache fördern. Die Kursleitung vermittelt hier spielerisch, über das Verstehen und Verwenden einfacher Wörter und Sätze, eine Sicherheit in der Aussprache und den Vokabeln.

Leitung: Edmond Mutelesi

30B2 15x di., Start: 01.02.22 16h45 – 17h45

Kostenlose Schnupperstunde: 25.01.22

30B2 10x di., Start: 27.09.22 16h45 – 17h45

Kostenlose Schnupperstunde: 20.09.22

Worriken, James Cook 75,- €/ 50,- €*

SPANISCH* - AnfängerIn

Niveau A0 (ohne/geringe Vork.)

Die kurze Dauer des Kurses und die geringen Kosten geben Gelegenheit herauszufinden,

ob das Erlernen der Sprache Freude macht. Durch die Beschäftigung mit der Sprache im Kurs und zu Hause und dem Lernverhalten finden Sie eine für sich geeignete Lernstrategie.

Leitung: Isabel Rodriguez (Mutterspr.)

27B5 15x fr., 04.02.22 13h00 – 14h00

Kostenlose Schnupperstunde: 28.01.22

27B5 10x fr., 30.09.22 13h00 – 14h00

Kostenlose Schnupperstunde: 23.09.22

Worriken, James Cook 75,-€/ 50,- €*

SPANISCH* - AnfängerIn

Niveau A1 (mit Vorkenntnissen)

Die Teilnehmenden erweitern oder festigen ihre elementaren Basiskenntnisse der Sprachverwendung. Sie lernen Vokabeln und Satzgefüge des Alltags zu verstehen und sich in einfachen, bekannten Situationen mitzuteilen. Beschreibungen zur Person und des Umfeldes werden mit einfachen Formulierungen möglich. Gespräche werden ausschließlich in Spanisch angeregt.

Leitung: Isabel Rodriguez (Mutterspr.)

28B5 15x fr., 04.02.22 14h15 – 15h45

Kostenlose Schnupperstunde: 28.01.22

28B5 10x fr., 30.09.22 14h15 – 15h45

Kostenlose Schnupperstunde: 23.09.22

Worriken, James Cook 112,-€/ 75,- €*

SPANISCH* für Kinder

Niveau A0 (ohne Vorkenntnisse)

Kinder erhalten hier die Gelegenheit mit Spiel und Spaß in eine fremde Sprache einzutauchen. Spielerisch wird der Umgang mit spanischen Wörtern und Sätzen eingeübt. Die Kinder beginnen sich zu verständigen und können Freude an sprachlicher Vielfalt finden.

Leitung: Isabel Rodriguez (Mutterspr.)

29B5 15x fr., 04.02.22 16h00 – 17h00

Kostenlose Schnupperstunde: 28.01.22

29B5 10x fr., 30.09.22 16h00 – 17h00

Kostenlose Schnupperstunde: 23.09.22

Zentrum Worriken 75,- €/ 50,- €*

MEDIEN KOMPE TENT

sein



* INFOS

„Lernen am eigenen Laptop“

Die PC-Schulungen leitet **Daniel Drösch**, Unternehmensberater mit mehrjähriger Erfahrung in leitender Funktion in der IT-Branche. In den PC-Kursen werden detaillierte Unterrichtsskripte zu Unterrichtsbeginn ausgehändigt. Eine Bereitstellung kostenfreier Laptops kann bei Anfrage vereinbart werden. Die Schulungen eignen sich für das Microsoft Office Programm 2013 – 2016.

BASICS

Lernen am eigenen Laptop*

Hier wird Grundlegendes und Arbeitserleichterndes im Umgang mit dem Computer vermittelt. Erhalten Sie Kenntnisse über die Funktionsweise eines PCs. Lernen Sie, was Hard- und was Software ist und wie diese miteinander interagieren. Lernen Sie, wie Sie Ihre Systemsteuerung nutzen und Ihre Tastatur zweckmäßig einsetzen. Lernen Sie Ihr Desktop kennen und lernen Sie Dateien und Ordner zu verwalten.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

41B6 2x samstags, 19. + 26.03.22

Zentrum Worriken, James Cook 120,- €

INTERNET

Lernen am eigenen Laptop*

Lernen Sie, wie Sie einfach und sicher im Internet unterwegs sind, wie Sie eine Suchmaschine wie Google nutzen und wie Sie eine E-Mail versenden. Lernen Sie, wie Sie auch mit dem Smartphone in die Welt des Internets einsteigen können. Lernen Sie, wie Sie mit anderen Menschen per Internet telefonieren können und was Facebook ist.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

42B6 Samstag, 21.05.2022

Zentrum Worriken, James Cook 60,- €

WORD & EXCEL - Grundlagen

Lernen am eigenen Laptop*

Gemeinsam entdecken wir, welche Funktionen hinter all den Symbolen bei Word und Excel stecken. Anhand kleiner Übungen lernen Sie, wie Sie Dokumente in Word erstellen und diese professionell gestalten. Lernen Sie, wie Sie dort Bilder, Tabellen, Kopf- und Fußzeilen, Seitenzahlen und Inhaltsverzeichnisse ohne Mühe einfügen.

Lernen Sie, wie Sie Word und Excel verknüpfen, um individualisierte Serienbriefe zu gestalten. Sie lernen wie man in Excel Formeln schreibt und wie man aus Daten Diagramme erstellt. Das Ziel des Kurses ist, die Möglichkeiten der Programme zu entdecken, um diese im beruflichen oder privaten Alltag zu nutzen.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

43B6 2x samstags, 08. + 15.10.22

Zentr. Worriken, James Cook 150,- €

Die Module "Word" und "Excel" sind auch einzeln buchbar. Die Kursgebühr beträgt 75,- €.



EXCEL für FORTGESCHRITTENE

*Lernen am eigenen Laptop**

Der Kurs besteht aus 3 Teilen.

Im ersten Teil lernen Sie, wie Sie mit WENN()-, WENNS()-, UND()- und ODER()-Funktionen logische Entscheidungen mit Excel treffen können. Im zweiten Teil entdecken Sie, wie man mit den Funktionen VERWEIS(), SVERWEIS() und WVERWEIS() in großen Datenmengen schnell die richtigen Datensätze ermittelt. Im dritten Teil widmen wir uns der Aufgabe, große Datenmengen in Tabellen und Pivot-Tabellen übersichtlich zu gestalten. Die Teilnehmenden sollten Grundkenntnisse in Excel mitbringen.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

47B6 Samstag, 03.12.2022

Worriken, James Cook

105,- €



PC-Kurs für Kinder & Jugendliche (10-16 J.)

*Lernen am eigenen Laptop**

In diesem Kurs lernen die Kinder und Jugendlichen die wichtigsten Programme von Microsoft Office kennen, die ihnen bei der Bearbeitung ihrer Schularbeiten von Nutzen sind. So erfahren sie zunächst Grundlegendes über die Funktionsweise des PCs und lernen die Systemsteuerung zu nutzen. Am Ende des Kurses werden die Teilnehmenden in der Lage sein, fachmännisch Aufsätze und Referate in Word zu erstellen und können mit professionellen Präsentationen in der Schule glänzen. Wie sie sicher im Internet recherchieren wird natürlich auch nicht fehlen. Erste Kenntnisse gewinnen sie in Excel und sind fähig erste Formeln anzuwenden.

Kurszeit: 09h30 – 12h30 & 13h30 – 16h30

45B6 Samstag, 05.03.2022

Zentrum Worriken, James Cook 70,- €

KÖRP ERBE WUSST

sein



TAI CHI CHUAN

Yang Stil

Tai Chi Chuan ist: „der Geist der Philosophie, der Meditation und der Medizin des alten Chinas im Körper einer Kampfkunst!“ In diesem Kurs wird eine Variante des Yang Stils unterrichtet, des „Schlangensstils“. Diese Tai Chi Chuan-Form wurde über fünf Generationen nur innersten Kern der Yang Familie gehalten. Erst seit 2004 wird er öffentlich unterrichtet. Der Kurs versteht sich als eine Einführung in die Grundprinzipien dieses Stils. Der Name „Schlangenstil“ ist abgeleitet von der schlangenartigen Nutzung der Wirbelsäule in den Tai Chi Bewegungen. Im Schlangenstil bewegt die Brustwirbelsäule Arme und Beine durch die inneren Muskeln, die den Körper von der Fußsohle bis zum Scheitelpunkt des Kopfes verbinden, wodurch kraftvolle und dynamische Positionen entstehen.

Das Ziel des Tai Chi Chuan-Übenden im Schlangenstil ist es, flexible Kraft zu entwickeln. Durch regelmäßiges Training wird ein starkes, bewegliches inneres Zentrum entwickelt, das dem Körper jugendliche Kraft und Vitalität verleiht. Bei den Bewegungen im Schlangenstil wird die Wirbelsäule permanent bewegt, was dem Übenden/Trainierenden in vielerlei Hinsicht guttut. Die Übungen eignen sich für Menschen jeden Alters.

Ein kostenloser Schnuppertag ist vor Kursbeginn möglich.

Leitung: René Kalfa

56B6 20x sa., Start: 15.01.22 09h30 – 11h00

Schnuppertag: 8. Januar 2022

Zentrum Worriken, Stravinsky 180,- €

56B6 11x sa., Start: 17.09.22 09h30 – 11h00

Schnuppertag: 10. September 2022

Zentrum Worriken, Stravinsky 99,- €

QI GONG

Lebensenergie stärken

Qi-Gong-Übungen kennt man in China schon seit mehreren tausend Jahren. Sie sind wichtiger Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin.

Qi Gong ist eine sanfte und natürliche Methode zur Erhaltung der Gesundheit und Stärkung der Lebensenergie. Grundlage des Übens ist die Arbeit mit dem Qi, der Lebensenergie, welche mittels sanfter Bewegung oder allein durch Gedankenkraft gelenkt wird, um den Energiefluss im Körper zu harmonisieren und energetische Blockaden aufzulösen. Qi Gong kräftigt den Körper und verbessert die Haltung, vertieft die Atmung, verhilft zu innerer Ruhe und Gelassenheit und stärkt die Konzentration und das Gedächtnis. Die Übungen eignen sich für Menschen jeden Alters.

Ein kostenloser Schnuppertag ist vor Kursbeginn möglich.

Leitung: René Kalfa

56A5 20x fr., Start: 14.01.22 18h45 – 20h15

Schnuppertag: 07. Januar 2022

Kreativa Amel, An de Bareer 13/ 180,- €

56A5 11x fr., Start: 16.09.22 18h45 – 20h15

Schnuppertag: 09. September 2022

Kreativa Amel, An de Bareer 13/C 99,- €



zeitKreis VoG

 Hauptstraße 82 · 4730 Raeren
Öffnungszeiten: mittwochs von 09h00 – 12h00,
montags und donnerstags von 09h00 – 15h00.

 087 450124 · 0489 526666

 info@zeitkreis.be · www.zeitKreis.be oder

 IBAN BE39 7310 0258 4619 · BIC KREDBEBB

Die **zeitKreis VoG** ist eine der 12 Erwachsenenbildungsstätten in Ostbelgien. Die vielfältigen Kurse in den Bereichen Sprache, Computer, Körper, Gestaltung und Familie sollen ausnahmslos allen Menschen ermöglichen, ihren individuellen Entwicklungs- und Weiterbildungswünschen nachzukommen. Sprechen Sie uns gerne an, wenn ein Kurs auf kurzem Weg für Ihre Gemeinde fehlt.

ORTSANGABEN

Bergscheider Hof Der Bunte Vogel	Hauptstraße 96, Raeren Raerener Str. 10b, Lichtenbusch, D
Haus Titfeld Irmep-Sporthalle Kreativa Amel Pfarrheim Raeren Seminarküche Sporthalle Töpferatelier Zentrum Worriken	Hauptstraße 82, Raeren Bellmerin 46, Eupen An de Bareer 13/C, Amel Hauptstraße 22, Raeren Schnellenberg 6, Kelmis Bergscheid 5, Raeren Neudorfer Str. 69, Raeren Worriken 9, Bütgenbach

HINWEISE zum zeitKreis-Programm

Teilnahme und Gebühr:

Mit der Anmeldung wird die Teilnahmegebühr fällig. Bei einer Abmeldung 2 Tage vor Kursbeginn wird eine Teilgebühr einbehalten. Die meisten Kurse benötigen eine Mindestteilnehmerzahl von acht Personen, um stattfinden zu können. Sollte die jeweilige Mindestanzahl bei einem Kurs nicht erreicht werden, erhalten Sie die gezahlte Gebühr selbstverständlich in voller Höhe zurück.

Ausfallzeit:

Ausgenommen sind in der Regel die Termine in den Schulferien und an Feiertagen: 01.01. bis 07.01.; 28.02. bis 04.03.; 04.04. bis 18.04.; 01.05.; 26.05.; 06.06.; 01.07. bis 31.08.; 01.11. bis 04.11.; 11.11.; 15.11. sowie 27.12. bis 31.12.2022.

Änderungen im Programm vorbehalten.

ZEIT KREIS

VoG

zeitKreis VoG



Hauptstraße 82 · 4730 Raeren
Öffnungszeiten: mittwochs von 09h00 – 12h00,
montags und donnerstags von 09h00 – 15h00.



087 450124 · 0489 526666



info@zeitkreis.be · www.zeitKreis.be oder



IBAN BE39 7310 0258 4619 · BIC KREDBEBB

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON

kurierjournal VLAN
wochenspiegel VLAN

GRENZECHO

