

HEIMATKULTUR

Abendkurs

Arbeitskreis Geschichtliche Entwicklung von Friedrichsthal

Über viele Jahre ist in Friedrichsthal eine geschichtlich interessierte Arbeitsgemeinschaft als laufendes Projekt im Rahmen der Kursangebote der vhs entstanden. Derzeit beschäftigt sie sich mit den Vereinen in Friedrichsthal. Neue TeilnehmerInnen an der Geschichtswerkstatt sind stets gern gesehen – eine wissenschaftliche Vorbildung ist nicht erforderlich.

Kurs 9100

Werner Klär

Di. 18:30 – 20:45 Uhr

ab 10.09.2019 – Termine nach Absprache

Rathaus Friedrichsthal

gebührenfrei

Einzelveranstaltung

Vorstellung der Neuen Friedrichsthaler Hefte

Zur Vorstellung des ersten Heftes lädt der Arbeitskreis Geschichtliche Entwicklung von Friedrichsthal ein. Die Publikation beschäftigt sich mit der Geschichte der Vereine von Friedrichsthal.

Kurs 9101

Werner Klär

Fr. 25.10.2019, 19:00 – 20:30 Uhr

Rathaus Friedrichsthal

gebührenfrei

RECHT UND VERBRAUCHERSCHUTZ

Vortrag

Vorsorgevollmacht und Betreuungsrecht

Was bedeutet rechtliche Betreuung und wem hilft sie? Wie kann ich selbst bestimmen, wer für mich entscheiden soll, wenn ich es selbst nicht mehr kann?

Informationsveranstaltung der Betreuungs-

behörde des Regionalverbandes zu den Themen Vorsorgevollmacht und Betreuungsrecht.

Kurs 9102

Andreas Becker, Mitarbeiter der

Betreuungsbehörde Regionalverband Saarbrücken

Do. 24.10.2019, 14:30 – 16:00 Uhr

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis 17.10.2019 bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Vortrag

Die Pflegeversicherung im Überblick

Was ist zu tun, wenn Angehörige pflege-

bedürftig werden? Wo muss ich welche Anträge stellen? Was bedeutet die Einstufung in eine Pflegestufe und welche Leistungen kann ich bekommen? Wo erhalte ich Hilfe beim altersgerechten Umbau meiner Wohnung? Bekomme ich als Angehöriger Unterstützung?

In diesem Vortrag werden auch die Änderungen ab dem Jahr 2019 besprochen und erläutert.

Kurs 9103

Katja Becker, Mitarbeiterin des

Pflegestützpunktes Sulzbach des

Regionalverbandes Saarbrücken

Mo. 14.10.2019, 16:00 – 17:30 Uhr

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis 07.10.2019 bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Vortrag

Erbrecht: Vererben, Verschenken, Vorsorgen und Steuern sparen

Der Vortrag zum Erbschafts- und Schenkungssteuerrecht sowie zu Vorsorgevollmachten beschäftigt sich mit drei Dingen, denen

der Mensch nicht entgehen kann: Krankheit, Tod und Steuern. Rechtsanwalt Daniel Jung, Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht, stellt die gesetzliche Erbfolge und deren Auswirkung dar, erläutert, wie man eine letztwillige Verfügung errichten sollte, welche Möglichkeiten man bei der Testamentserstellung hat und wie man das Testament wirksam und rechts-sicher abfassen kann. Auch das Pflichtteilsrecht und seine Auswirkung werden dargestellt. Außerdem erklärt er, wie Vermögen zu Lebzeiten übertragen werden kann, welche Auswirkung dies hat, wie die Übertragenden sich absichern können usw.

Kurs 9104

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Di. 14.01.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Küchenbox Helenenhalle,
Martin-Luther-Str. 2, Friedrichsthal
gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis 07.01.2020 bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Vortrag

Patientenverfügung – Vorsorge für den Fall der Fälle

Es kann jeden treffen: Ein Unfall mit anschließendem Koma oder eine vielleicht auch altersbedingte Krankheit (Stichwort Demenz) können dazu führen, dass wir uns nicht mehr selbst um unsere Angelegenheiten kümmern können und auch den behandelnden Ärzten keine Vorgaben mehr machen können, wie wir behandelt werden wollen und was wir nicht wollen. Der Unfall von Michael Schumacher vor einigen Jahren hat deutlich gemacht, dass es auch jüngere Menschen plötzlich treffen kann. Wer kümmert sich dann im Falle eines Falles um notwendige Zahlungen, um einen Pflegedienst, wer stellt für uns Anträge bei der Krankenkasse, bei der Versicherung oder Ämtern? Wer sorgt dafür, dass unser Patientenwille von den behandelnden Ärzten respektiert wird? Manchmal sind keine nahen Angehörigen vorhanden oder sie wohnen in der Ferne. Außerdem sind sie nicht automatisch befugt, für uns zu handeln. Diese Probleme können durch eine Vorsorgevollmacht bzw. eine Betreuungsverfügung respektive eine Patientenverfügung gelöst werden.

Kurs 9105

Daniel Jung, Rechtsanwalt

Di. 21.01.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Küchenbox Helenenhalle,
Martin-Luther-Str. 2, Friedrichsthal
gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis 14.01.2020 bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Theater-Abonnement des Saarländischen Staatstheaters

Die vhs in Friedrichsthal bietet in der kommenden Spielzeit des Saarländischen Staatstheaters zum 30. Male die Möglichkeit, Vorstellungen des Staatstheaters zu besuchen. Die Eintrittskarten sind hierbei für Erwachsene um ca. 25 %, für Schüler, Jugendliche, Auszubildende, Studenten, Behinderte ab 70 % usw. um ca. 50 % ermäßigt. Der Abo-Preis inkl. Zustellung der Karten der Preisgruppe I beträgt für Erwachsene EUR 180,00, für SchülerInnen usw. EUR 122,00, in der Preisgruppe II für Erwachsene EUR 155,00, für SchülerInnen usw. EUR 105,00. Die Reihe umfasst folgende Werke: Giuseppe Verdi: Don Carlos; Wolfgang Amadeus Mozart: Figaros Hochzeit; Franz Lehár: Die lustige Wittwe; Michel Legran: Marguerite; Henrik Ibsen: Nora; Frank Wedekind: Frühlingserwachen ...

Hinweis: Die Preise gelten nur für Vorstellungen montags bis donnerstags, am Wochenende ist gemäß der neuen Preistabelle ein Zuschlag fällig.

Anmeldungen nur nach Anforderung eines Informationsblattes, das die wichtigsten Angaben enthält, bis 06.09.2019 beim Örtlichen Leiter der vhs Friedrichsthal Helmut Donnevert: 06897/87177, Fax 06897/87185 oder E-Mail: helmut.donnevert@t-online.de

FREMDSPRACHEN

ENGLISCH

Abendkurs

Englisch Grundstufe A1 Stufe 1

Kurs 9130

Do. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 12.09.2019, 15 Termine

Montessori Gemeinschaftsschule
Friedrichsthal

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Abendkurs

Englisch Grundstufe A2 Stufe 2

Kurs 9131

Do. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 12.09.2019, 15 Termine

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

ITALIENISCH

Abendkurs

Italienisch Konversation

Sie können schon etwas Italienisch und möchten flüssiger in Alltagssituationen reden? Dann ist dieser Kurs richtig für Sie. Die wichtigsten sprachlichen Grundlagen werden wiederholt und der Wortschatz erweitert. Wir sprechen über Themen, die Sie wirklich interessieren.

Kurs 9134

Paolo Patanisi

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 12.09.2019, 15 Termine

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

EDV

Nachmittagskurs

Desktop, Laptop, Tablet, Smartphone

In diesem Kurs erlernen Sie den grundlegenden Umgang mit Desktop, Laptop, Tablet und Smartphone. Der Inhalt des Kurses richtet sich nach den Kenntnissen und Interessen der TeilnehmerInnen. Es besteht die Möglichkeit, in einem Folgekurs entsprechend den Wünschen der TeilnehmerInnen weitere Kenntnisse zu erwerben.

Kurs 9140

Di. 15:00 – 16:30 Uhr

ab 10.09.2019, 5 Termine

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

10 UST, EUR 33,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

GESUNDHEITSBILDUNG

Vortrag

Plötzlicher Herztod – Wie kann man sich davor schützen?

Eine Veranstaltung im Rahmen der Herzwochen 2019 in Zusammenarbeit mit der Deutschen Herzstiftung.

Kurs 9150

Dr. Jürgen Walle

Do. 07.11.2019, 19:00 – 20:30 Uhr

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Workshop

Workshop Naturkosmetik

In diesem Kurs erhalten Sie eine Übersicht

zu gesunden Inhalts- und natürlichen Zusatzstoffen, die Ihre hausgemachte Kosmetik begrenzt, aber gesund haltbar machen. Wir stellen eine Grundmischung für Naturkosmetik her, aus der dann bei Bedarf weitere Produkte hergestellt werden können.

Die Kenntnisse werden in 2 Teilen vermittelt und können nur zusammenhängend gebucht werden.

Teil 1: Hautfreundliche Grundsubstanzen,

Herstellung von keimfreiem Heilöl, Handling

temperaturempfindlicher Substanzen.

Teil 2: Wir fertigen aus unseren Grundprodukten persönliche Naturkosmetik. Einsatz ätherischer Öle und anderer Wirkstoffe. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Schreibmaterial bitte mitbringen. Sie erhalten im Kurs ein Skript mit ausführlichen Anleitungen.

Kurs 9151

Petra Sämman, Kursleiterin für Heilpflanzenkunde, zertifizierte Fastenleiterin

Sa. 09.11.2019, Sa. 16.11.2019

jeweils von 16:00 – 19:00 Uhr

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

EUR 9,00 (zzgl. Materialkosten, vor Ort zu zahlen: Euro 20,00 pro Unterrichtstag)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Vortrag

Fasten mit Heilkräutern

„Wer stark, gesund und jung bleiben will, sei mäßig, übe den Körper, atme reine Luft und heile sein Weh eher durch Fasten als durch Medikamente!“ Schon Hippokrates (460-370 v. Chr.) wusste um die reinigende und erneuernde Kraft durch das Fasten. Alle unsere Wege führen uns an Grenzen. Überforderung, Stress und Frust nehmen zu. Körper und Seele senden uns erste Signale in Form von Gereiztheit, Verspannungen, Rückenschmerzen, häufigen Erkältungen, Schlafproblemen, nervösem Magen und Darm. Wer achtsam ist und diese Warnsignale wahrnimmt, fragt sich: „Müsste ich jetzt nicht langsam mal Dieses und Jenes ändern, die Weichen neu stellen oder sogar meinem Leben eine neue Richtung geben?“ Fasten ist der Weg dazu. Fasten bedeutet nicht hungern. Wir nehmen nur fünf Tage freiwillig keine feste Nahrung zu uns. Die modifizierte Buchinger Methode eignet sich gut für gesunde Menschen.

Die zertifizierte Fastenleiterin Petra Sämman vermittelt Ihnen in einem kostenlosen Gespräch den Fastenablauf. Danach können Sie sich entscheiden: Wollen Sie fasten, auftanken, leichter leben?

Kurs 9152

Petra Sämman, Kursleiterin für Heilpflanzenkunde, zertifizierte Fastenleiterin

Fr. 15.11.2019, 19:00 - 20:30 Uhr

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Abendkurs

Fasten in der Gruppe

Nehmen Sie sich 10 Tage Zeit für sich: 2 Entlastungstage, 5 Fastentage und 3 Aufbau tage. Die Fastenzeit wird uns mit Einsatz von Heilkräutern versüßt: Tee, Bäder, Wickel, Duftkissen, Körperöle und Tinkturen.

Die Fastenleiterin begleitet und unterstützt Sie an allen Tagen und ist telefonisch für Sie erreichbar.

Die Treffen der Gruppe sind nicht nur zum Gedankenaustausch gedacht; wir werden auch immer über die Maßnahmen für den nächsten Tag sprechen und uns gemeinsam Entspannung gönnen.

Vorbesprechung: Fr. 22.11.2019, 19:00 Uhr

Kurs 9153

Petra Sämman, Kursleiterin für Heilpflanzenkunde, zertifizierte Fastenleiterin

19:00 – 20:30 Uhr

ab So. 24.11.2019, 5 Termine

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

10 UST, EUR 35,00 (zzgl. Materialkosten vor Ort zu zahlen: einmalig EUR 25,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

KREATIVES GESTALTEN

NÄHEN

Nachmittagskurs

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

Vorbesprechung: Mi. 11.09.2019, 16:30 Uhr

Kurs 9170

Claudia Tschudy-Lonsdorfer, Textil- und Bekleidungsingenieurin

Mi. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 18.09.2019, 12 Termine

Montessori Gemeinschaftsschule
Friedrichsthal
37 UST, EUR 75,00
Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Nachmittagskurs

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

Vorbesprechung: Do. 12.09.2019, 16:30 Uhr

Kurs 9170A

Claudia Tschudy-Lonsdorfer, Textil- und Bekleidungsingenieurin

Do. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 19.09.2019, 12 Termine

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

37 UST, EUR 75,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Abendkurs

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

Vorbesprechung: Do. 12.09.2019, 19:00 Uhr

Kurs 9171

Claudia Tschudy-Lonsdorfer, Textil- und Bekleidungsingenieurin

Do. 19:00 – 21:45 Uhr

ab 19.09.2019, 12 Termine

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

37 UST, EUR 75,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

Kompaktkurs am Wochenende

Nähen für Anfänger

Kurs 9172

Claudia Tschudy-Lonsdorfer, Textil- und Bekleidungsingenieurin

Sa. 26.10.2019, So. 27.10.2019

jeweils 10:00 – 16:00 Uhr

Montessori Gemeinschaftsschule

Friedrichsthal

16 UST, EUR 42,00

Anmeldung erforderlich bis 17.10.2019 bei vhs Regionalverband Saarbrücken