

**Anmeldebeginn:
Montag, 26. Februar 2024
- 7:30 Uhr -**

Programm Frühjahr-Sommer 2024



Außenstelle Kesseltal

Außenstellenleitung: Vera Dressel
Kontakt: vhs.kesseltal@gmail.com

Liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,

bitte denken Sie daran, bei der Anmeldung, wenn möglich, Ihre E-Mail-Adresse anzugeben, denn nur so können wir Sie über kurzfristige Änderungen rechtzeitig informieren. Bitte prüfen Sie vor Kursbeginn Ihr E-Mail-Postfach auf Neuigkeiten. Aktuelle Informationen zu Ihrem Kurs finden Sie auch unter Eingabe der Kursnummer auf unserer Homepage.



So können Sie sich anmelden:

- **ONLINE** unter www.vhs-dlg.de
(Sie sind sofort im Kurs eingebucht!)
- **TELEFONISCH**
unter **09071 54-108** oder **54-109**
- **Schriftlich** mit einem **ANMELDESCHEIN**
Den Anmeldeschein finden Sie am Ende der Beilage sowie am Ende des Programmhefts. Ihren Anmeldeschein können Sie per Post an die vhs Dillingen senden oder im Bissinger Rathaus (Vorzimmer des Bürgermeisters) abgeben.
- per **TELEFAX** unter **09071 54-317**
- per **E-MAIL** unter vhs@dillingen-donau.de

Anmeldungen, die schriftlich, per Fax oder per E-Mail vor dem und am Tag des Anmeldebeginns eingehen, können erst ab 26.02.2024 in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet werden!

Bitte geben Sie unbedingt deutlich an:

- ⇒ **Name, vollständige Adresse und Telefonnummer**
- ⇒ **Bankverbindung (IBAN und BIC), Kontoinhaber**
- ⇒ **Kurs- bzw. Veranstaltungsnummer(n)**

Das müssen Sie beachten:

Alle Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Bezahlung der Teilnehmergebühr – auch bei Nichtteilnahme!

Abmeldungen sind bis eine Woche vor Kursbeginn bei der vhs Dillingen, Tel. 0 90 71 54-108 oder 54-109 möglich.

Sie werden nur dann benachrichtigt, wenn ein Kurs bzw. eine Veranstaltung nicht stattfinden kann. Sollten Sie nichts mehr von uns hören, können Sie sich auf Ihre vhs-Veranstaltung freuen.

Sollte der gewünschte Kurs bereits ausgebucht sein, setzen wir Sie auf eine Warteliste und informieren Sie entsprechend. Wird später ein Platz frei oder kann ein Zusatzkurs eingerichtet werden, nehmen wir Kontakt mit Ihnen auf.

Bei Teilnahme am SEPA-Lastschriftverfahren wird das Entgelt frühestens am Tag des Kursbeginns von Ihrem Girokonto abgebucht.

Evtl. anfallende Materialkosten zahlen Sie in der Regel direkt bei der Kursleitung.

Kann ein Kurs oder eine Veranstaltung wegen zu geringer Anmeldezahlen oder aus anderen Gründen nicht stattfinden, bemühen wir uns, Sie rechtzeitig zu informieren.

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs Dillingen finden Sie auf Seite 197 im aktuellen Programmheft.

K1010 Lust auf Töpfern? Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Termin: Samstag, 16.03.2024 / 14:00-18:00 Uhr
+ Glasurtermin (ca. 4 Stunden) und
Abholtermin nach Absprache

Leitung: Anna Sporer, Hobbytöpferin
Ort: Bissingen, Oberliezheim 2 –
bei der Kursleiterin

Gebühr: 58,00 € (zzgl. ab 12,00 € Material)



Kreieren Sie liebevoll getöpferte Geschenke oder eigene Wohnaccessoires an denen Sie sich lange erfreuen werden. Töpfern macht Freude.

Mitzubringen: Schürze, Handtuch, Brotzeit und Getränk

Freies Gestalten mit Silber Wir schmieden ein Schmuckstück

K1011

Termin: Mittwoch, 13.03.2024 / 18:00-22:00 Uhr

K1012

Termin: Mittwoch, 20.03.2024 / 18:00-22:00 Uhr

K1013

Termin: Mittwoch, 27.03.2024 / 18:00-22:00 Uhr

Leitung: Roman Zanker, freier Schmuckgestalter
Ort: Bissingen, Oberliezheim 29 - beim Kursleiter
Gebühr: 45,00 € (zzgl. ca. 15,00 - 20,00 € Material)

Der Wunsch, sich zu schmücken, ist so alt wie die Menschheit. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, selbst kreativ zu sein und Ihre eigenen Ideen umzusetzen. Zunächst gestalten Sie mit Hammer und Punzen die Oberfläche eines Silberstreifens nach Ihren Vorstellungen. Danach wird der Streifen am Ringeisen gerundet und anschließend verlötet. Fertig ist Ihr Unikat! Durch fachkundige Anleitung ist es auch Anfänger/innen möglich, einen Ring oder einen Anhänger zu fertigen. So kann jede/r Teilnehmer/in am Ende sein/ihr eigenes Schmuckstück mit nach Hause nehmen.

Mitzubringen: Arbeitskleidung, Schutzbrille



K1014 Wir plotten für den Frühling

Termin: Samstag, 16.03.2024 / 10:00-14:00 Uhr
(mit 30 Minuten Mittagspause)

Leitung: Stefanie Körner
Ort: Bissingen, Mittelschule -
Handarbeitsraum

Gebühr: 18,00 € (zzgl. 15,00 € Material)



Wir plotten für den Frühling. Wir kreieren mithilfe des Plotters tolle Dekoideen und Mitbringsel für Ostern und den Frühling. Egal ob aus Papier, Folie oder Upcycling, erfahren Sie, wie vielseitig das Plotten sein kann.
Mitzubringen: Getränk, Brotzeit

K1015 Nähkurs Für Anfänger/innen

Beginn: Freitag, 07.06.2024 / 3 x von 19:00-21:00 Uhr

Leitung: Stefanie Veh, Hobbynäherin
Ort: Bissingen, Oberliezheim - Raum in der
Biogasanlage, Flurnummer 447

Gebühr: 39,00 € (zzgl. ca. 20,00 € Material)

Sie möchten das Nähen an der Nähmaschine lernen und sich trendige Basics selber schneiden? Dann sind Sie hier richtig. Wir lernen anhand eines Kleidungsstücks, das Sie sich selbst aussuchen, einige Grundlagen. Ich biete Ihnen eine Auswahl an leicht zu nähernden Ideen, die Sie selber variantenreich umsetzen können. Bitte melden Sie sich vor Kursbeginn bei der Kursleiterin (Tel. 0152 22534787 oder E-Mail stefanie-veh@web.de).

Mitzubringen: Nähmaschine inkl. Bedienungsanleitung und Unterfadenspulen, Stecknadeln, Stoffklammern, Maßband, Stoffschere, Papierschere, Tesa, Schneiderkreide oder Markierstift

K1016 Wir nähen eine Schultüte

Termine: Freitag, 26.04.2024 / 19:00-21:00 Uhr
Freitag, 10.05.2024 / 19:00-21:00 Uhr

Leitung: Stefanie Veh, Hobbynäherin
Ort: Bissingen, Oberliezheim -
Raum in der Biogasanlage,
Flurnummer 447

Gebühr: 26,00 € (zzgl. ca. 30,00 € Material)



Dieser Kurs richtet sich an Eltern, die nach einer ganz besonderen und individuellen Schultüte für ihr Kind suchen. Eine Schultüte mit Stoff zu umnähen, ist gar nicht so schwer und bietet unendliche Gestaltungsmöglichkeiten. Ich unterstütze Sie bei Ihrer Idee, berate Sie zum richtigen Stoff und begleite Ihr persönliches Schultütenprojekt. So erhält Ihr Kind ein persönliches Stück, das auch lange danach noch in liebevoller Erinnerung bleiben kann.
Mitzubringen: Nähmaschine mit Handbuch und Zubehör (falls vorhanden)

K1020 Syrische Küche

Termin: Freitag, 15.03.2024 / 17:00-20:00 Uhr

Leitung: Julia Schäferling
Ort: Bissingen, Mittelschule - Schulküche
Gebühr: 30,00 € (inkl. 15,00 € Material)

Die Teilnehmer/innen des Kochkurses können nicht nur die Gerichte zubereiten, sondern auch mehr über die syrische Kultur und Geschichte erfahren, die eng mit der Küche verknüpft sind. Der Kurs kann auch eine Gelegenheit bieten, um neue Leute kennenzulernen und einen Einblick in die Gastfreundschaft und Wärme zu bekommen, die in der syrischen Kultur tief verwurzelt sind. Ein syrischer Kochkurs kann nicht nur ein kulinarisches Erlebnis sein, sondern auch ein kulturelles und soziales Erlebnis, das die Teilnehmer/innen bereichert und inspiriert. Der Kochkurs ist sowohl für Anfänger/innen als auch für erfahrene Köche/innen geeignet.

Mitzubringen: 2 Geschirrtücher, Messer, Getränk, Behälter für Kostproben und Schreibzeug

K1021 Regionale und saisonale Schlemmerküche

Termin: Freitag, 12.04.2024 / 16:00-19:30 Uhr
Leitung: Elke Rathgeb, Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Ort: Bissingen, Mittelschule - Schulküche
Gebühr: 39,00 € (inkl. 19,00 € Material)

Eine saisonale, regionale, leckere und rundum vollwertige Mahlzeit ist meist im Handumdrehen zubereitet. Lassen Sie sich von abwechslungsreichen Gerichten, beginnend mit Vorspeise über Hauptgericht bis hin zur Nachspeise, überraschen.

Mitzubringen: 2 Geschirrtücher, Messer, Getränk, Behälter für Kostproben und Schreibzeug

K1022 Pralinen fürs Frühjahr

Termine: Donnerstag, 21.03.2024 / 18:30-22:00 Uhr
Freitag, 22.03.2024 / 18:30-22:00 Uhr
► Anmeldeschluss: 06.03.2024

Leitung: Roswitha Ziegler-Wörner
Ort: Bissingen, Mittelschule - Schulküche

Gebühr: 35,00 € (zzgl. 20,00 - 30,00 € Material)

Sie suchen ein außergewöhnliches Geschenk? Mit selbstgemachten Pralinen punkten Sie immer. Welche Schokolade ist geeignet? Was muss beim Schmelzen der Schokolade beachtet werden? Wie stelle ich eigene Pralinenformen her und wie funktionieren Schnittpralinen? Fragen, die Sie in diesem Kurs beantwortet bekommen. Außerdem stellen wir Pralinen auch ohne Form her. Wir arbeiten nur mit natürlichen Lebensmittel ohne Geschmacksverstärker oder Weichmacher. Sie werden den Unterschied bei der Verkostung schmecken!

Mitzubringen: 2 Geschirrtücher, 2 kleine Metallschüsseln (falls vorhanden), Getränk, Behälter für Kostproben und Schreibzeug

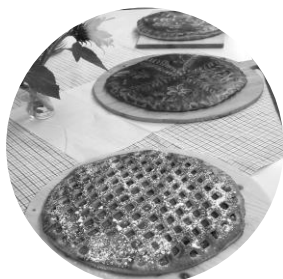
Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss eine kostenlose Stornierung nicht mehr möglich ist!

K1023 Rieser Bauertorte

Termin: Samstag, 27.04.2024 / 10:00-13:00 Uhr
Leitung: Bettina Kapfer, staatliche Hauswirtschafterin
Ort: Bissingen, Mittelschule - Schulküche
Gebühr: 22,00 € (inkl. 7,00 € Material)

In diesem Kurs lernen Sie, wie eine Rieser Bauertorte hergestellt wird. Die Tradition dieses Hefengebäcks geht weit in das 16. Jahrhundert zurück. Mit einfachen Methoden lernen Sie die speziellen Muster, mit der Sie Ihre Torte verzieren können. Das Apfel/Hefegebäck darf auf keiner Kaffeetafel fehlen.

Mitzubringen: 2 Geschirrtücher, Schürze, Getränk, Behälter für Kostproben und Schreibzeug



K1025 Grüner Putzen Ökologische Haushaltsreiniger selbst herstellen

Termin: Dienstag, 12.03.2024 / 18:00-21:30 Uhr
Leitung: Inés Hermann
Ort: Bissingen, Mittelschule - Schulküche
Gebühr: 19,00 € (zzgl. 5,00 € Material)

Es ist hinlänglich bekannt, dass viele konventionelle Haushaltsreiniger nicht nur gefährlich für die Umwelt, sondern auch schädlich für die Haut sind. Zum Glück gibt es altbewährte Wirkstoffe pflanzlichen und mineralischen Ursprungs als preiswerte Alternative. Diese gesunde Sauberkeit kann ohne viel Aufwand selbst hergestellt werden. Natürliche Düfte erfrischen nicht nur Küche und Bad, sondern auch die Seele. In diesem Kurs erfahren Sie, wie klassische Putzmittel einfach selbst hergestellt werden können.

Mitzubringen: saubere Flaschen/Schraubgläser für die Putzmittel

K1030 Ätherische Öle - Grundlagen und Anwendungsmöglichkeiten Für Anfänger/innen

Termin: Samstag, 04.05.2024 / 13:00-16:00 Uhr
Leitung: Sonja Schön, Gesundheitsberaterin
Ort: Bissingen, Mittelschule - Schulküche
Gebühr: 26,00 € (inkl. 10,00 € Material)

Mit den ätherischen Ölen können Sie in eine wunderbar duftende Welt eintauchen. Lernen Sie einige ätherische Öle kennen und erfahren deren wunderbare Geheimnisse, Sie erfahren, wie Sie ätherische Öle aus Freude am Duft, in der Kulinarik, aber auch zur Gesunderhaltung und somit einer Steigerung des Wohlbefindens einsetzen können. Jede/r Teilnehmer/in darf sich ein eigenes Badesalz mischen und erhält noch weitere Rezeptideen. Der Kurs wird mit einer Duftmeditation und einer wohltuenden Handmassage abgerundet. Ein Manuskript wird am Kurstag ausgehändigt. Ideal für Anfänger/innen.

Mitzubringen: kleines Marmeladenglas, Malstifte, Kissen, Decke, Schreibzeug

K1031 Basenfasten

Termine: Montag, 11.03.2024 / 17:30-19:00 Uhr
Mittwoch, 13.03.2024 / 17:30-19:00 Uhr
Freitag, 15.03.2024 / 17:30-19:00 Uhr
Montag, 18.03.2024 / 17:30-19:00 Uhr

Leitung: Roswitha Ziegler-Wörner, Heilpraktikerin
Ort: Bissingen, Mittelschule - Handarbeitsraum

Gebühr: 36,00 € (zzgl. 60,00 € Material)

Beim ersten Treffen bekommen Sie Rezepte, Schüssler Salze, Badesalz, Tee und weiteres Material sowie umfassende Informationen für die Basenfastenwoche. An jedem Kursabend wird ein basisches Gericht serviert. Die schonende Entschlackung und Entsäuerung des Körpers führt zu einem spürbaren Wohlbefinden.

Mitzubringen: Schreibzeug

K1035 Yoga, Qi Gong und Meditation Entspannung für Körper und Geist

Beginn: Dienstag, 19.03.2024 / 10 x von 18:45-19:45 Uhr
Leitung: Melanie Brenner-Zeyer,
Kneipp Gesundheitserzieherin (SKA)
Ort: Bissingen, Mittelschule -
Mehrzweckraum der Turnhalle
Gebühr: 56,00 € (inkl. 7,00 € Material)

Dieser Kurs beinhaltet verschiedene Bewegungsabläufe, unter anderem aus den Bereichen Yoga, Qi Gong und Kneipp sowie eine Abschlussmeditation.
Mitzubringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk, Matte, Decke, Kissen

K1036 Hatha Yoga Für Anfänger/innen

Beginn: Donnerstag, 14.03.2024 /
8 x von 19:00-20:15 Uhr
Leitung: Maria Eberle, Yogalehrerin
Ort: Bissingen, Mittelschule -
Mehrzweckraum der Turnhalle
Gebühr: 50,00 €



In einer unterstützenden und entspannten Atmosphäre erlernen Sie die grundlegenden Yoga-Posen, Atemtechniken und die Bedeutung von Achtsamkeit. Sie werden sanft durch die Praktiken geführt, sodass Sie Vertrauen in Ihre Fähigkeiten aufbauen können. Dieser Kurs bietet eine hervorragende Gelegenheit, die Vorteile von Yoga zu entdecken. Yoga verhilft zu verbesserter Flexibilität, Kraft und Stressabbau. Bringen Sie einfach Neugier und die Bereitschaft mit, sich auf Neues einzulassen.
Mitzubringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk, Matte, Yogablock oder Yogagurt (falls vorhanden)

K1037 Pilates mit Kleingeräten Für Anfänger/innen - Stufe 1

Beginn: Donnerstag, 14.03.2024 /
10 x von 19:45-20:45 Uhr
Leitung: Erna Mayer, Pilatetrainerin mit
Zusatzausbildung Rückentrainer
Ort: Bissingen, Kindergarten - Turnraum
(bitte den Hintereingang der Kita am Parkplatz
der Schulturnhalle benutzen)
Gebühr: 45,00 €

Mit Kleingeräten wie Redondo- und Pezzi-Ball, Pilatesrolle/-kugeln, Balance-Pad und Brasils werden die erlernten Übungen verfeinert, intensiviert und der Schwierigkeitsgrad gesteigert. Die runde Form des Balles erhöht die Instabilität. Dadurch wird die Muskulatur automatisch wesentlich stärker aktiviert. Übungen mit der Rolle können das Training intensivieren.
Mitzubringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk, Matte, ABS-Socken



K1038 Pilates mit Kleingeräten Für Fortgeschrittene - Stufe 2

Beginn: Donnerstag, 14.03.2024 /
10 x von 18:30-19:30 Uhr
Leitung: Erna Mayer, Pilatetrainerin mit
Zusatzausbildung Rückentrainer
Ort: Bissingen, Kindergarten - Turnraum
(bitte den Hintereingang der Kita am Parkplatz
der Schulturnhalle benutzen)
Gebühr: 45,00 €

Zur Unterstützung der "Pilates Übungen" werden in diesem Kurs verschiedene Kleingeräte, z.B. Pilatesrolle/-kugeln, Theraband, Redondball, Balance-Kissen oder Brasils eingesetzt und stellen für Fortgeschrittene eine zusätzliche Herausforderung dar.
Mitzubringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk, Matte, ABS-Socken

K1039 Brainwalking Für Erwachsene jeden Alters

Termin: Samstag, 13.04.2024 / 15:00-18:00 Uhr
Leitung: Katrin Ott, zertifiz. Natur- und
Landschaftsführerin
Ort: Bissingen, Friedhof -
Kesselfeldstr. 5
Gebühr: 15,00 €



Beim Brainwalking wird die geistige Aktivität in der Natur durch verschiedene Denkaufgaben angeregt. Oft werden die Umgebung und die Natur während der Übungen miteinbezogen. Denken und Bewegungen machen das Gehirn fit. Seien Sie in netter Gesellschaft, an der frischen Luft, mit viel Spaß. Kleine Aufgaben lösen, das tut unserem Gehirn gut. Gemeinsame Weiterfahrt zum Parkplatz am Pavillion am Rannenber.
Mitzubringen: Rucksack mit Brotzeit, Getränk, wetterangepasste Kleidung, Sitzunterlage

K1040 Tennis-Schnupperkurs Für Erwachsene

Beginn: Montag, 17.06.2024 / 4 x von 18:00-19:30 Uhr
Leitung: Andrea Schlund und Julia Seiler,
Abteilungsleitung Abt. Tennis
TSV Bissingen
Ort: Bissingen, Tennisplatz -
Erzbischof-Schreiber-Weg 12
Gebühr: 40,00 € (inkl. 10,00 € Material)



Wollten Sie schon immer einmal Tennis spielen? Dann versuchen Sie es! Wir zeigen Ihnen, wie man den gelben Ball mit Aufschlag, Vorhand, Rückhand oder Volley auf die andere Seite des Spielfeldes bringt. Bälle und auch Schläger stehen bei Bedarf zur Verfügung.
Mitzubringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk, Tennisschläger (falls vorhanden)



K1045 **Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung**

Termin: Montag, 22.04.2024 / 19:00-20:30 Uhr
Leitung: Werner Seidl, Leiter der Betreuungsstelle im Landratsamt Dillingen a.d.Donau
Ort: Bissingen, Pfarr- und Jugendheim - Am Lindenberg 7
Gebühr: 4,00 € (vhs-Verwaltungsgebühr / keine Ermäßigung)

Wer trifft Entscheidungen, wenn ich diese wegen Krankheit, Unfall oder fortgeschrittenem Alter nicht mehr selbst treffen kann? Wie kann ich vorsorgen, dass meine Vertrauensperson die notwendige Legitimation erhält? Gibt es Fallstricke? Worauf muss ich achten? Und wie formuliere ich eine Patientenverfügung, damit sie im Falle meiner Entscheidungsunfähigkeit auch Beachtung findet? Diese Fragen und viele mehr sollen an diesem Abend beantwortet werden. Mitzubringen: Schreibzeug

K1046 **Zuhause pflegen bis zuletzt**

Termin: Donnerstag, 16.05.2024 / 19:00-20:30 Uhr
Leitung: Sabine Neher, Palliativfachkraft
Ort: Bissingen, Mittelschule - Handarbeitsraum
Gebühr: 8,00 €

Wir sorgen für alles vor. Nur beim Thema Sterben ist dies weniger der Fall. Was früher Normalität war, ist heute oft ein Tabuthema. Welche Vorteile hat die Begleitung zuhause? Was gibt es zu beachten, z.B. beim Essen oder Trinken? Kann ich meinen Liebsten das zumuten? Wo und wie bekomme ich Hilfe oder Unterstützung? Praktische Anwendungen wie Mundpflege, einfache Lagerung, richtiges Anlegen von Inkontinenzprodukten werden gezeigt und können ausprobiert werden. Dieser Kurs bietet eine Grundlage für alle interessierten Personengruppen.

K1050 **Trauerfall - Was ist zu tun?**

Termin: Montag, 10.06.2024 / 18:30-21:00 Uhr
Leitung: Michael Werner, Bestatter
Ort: Wittislingen, Bestattungsunternehmen Werner - Zöschlingsweiler Str. 17
Gebühr: 4,00 € (vhs-Verwaltungsgebühr / keine Ermäßigung)

Gewinnen Sie einen Einblick in dieses - oft tabuisierte - Thema und erhalten Sie Antworten auf viele wichtige Fragen, wie z.B. welche Bestattungsarten es gibt oder welche Aufgaben ein Bestattungsinstitut übernimmt. Wenn ein Sterbefall eintritt, fühlen sich die meisten Menschen hilflos und überfordert, da für sie dieses Ereignis nicht alltäglich ist. Daher ist es gut zu wissen, welche Aufgaben ein Bestattungsunternehmen übernimmt.

K1055 **Historische Führung durch Bissingen**

Termin: Freitag, 26.04.2024 / 15:00-16:30 Uhr
Leitung: Helmut Herreiner, 2. Bürgermeister, Archivpfleger
Ort: Bissingen, Rathaus - Am Hofgarten 1
Gebühr: 5,00 €

Der heutige Markort Bissingen entwickelte sich im Laufe der Jahrhunderte zum zentralen Ort im Kesseltal. Römische, alemannische und frühmittelalterliche Funde belegen die frühe Besiedlung der unmittelbaren Region. Welche Rolle in den vergangenen eineinhalb Jahrtausenden die verschiedenen Herrschaften spielten und wie diese das Ortsbild prägten, wird bei einem Rundgang durch den Ortskern anschaulich aufgezeigt. Nicht vergessen wird dabei die Geschichte der "einfachen" Bevölkerung Bissingens und der umliegenden Dörfer im unteren und mittleren Kesseltal.

K1060 **Stoffwindeln - Auskochen war gestern**

Termin: Mittwoch, 20.03.2024 / 18:00-20:00 Uhr
Leitung: Karoline Wolf, zertifizierte Beraterin für natürliches Wickeln
Ort: Bissingen, Mittelschule - Handarbeitsraum
Gebühr: 10,00 €

Sie möchten der Haut Ihres Kindes etwas Gutes tun? Und gleichzeitig möchten Sie einen Beitrag für unsere Umwelt leisten und auch noch Geld sparen? Das alles geht ganz einfach - mit Stoffwindeln! Dieser Kurs informiert Sie über die vielen Vorteile des nachhaltigen Wickeln mit modernen Stoffwindeln, die unterschiedlichen Systeme, Materialien, die Anschaffungsmöglichkeiten und die damit verbundenen Kosten. Weiterhin erfahren Sie, wie die Windeln gewaschen, angewandt und gelagert werden. Sie haben außerdem die Möglichkeit, an einer Puppe oder am eigenen Kind die Stoffwindeln zu testen. Mitzubringen: Matte, Getränk

Nähkurs für Kinder 8 - 12 Jahre

K1065
Beginn: Mittwoch, 10.04.2024 / 3 x von 14:00-16:00 Uhr

K1066
Beginn: Samstag, 27.04.2024 / 3 x von 14:00-16:00 Uhr
Leitung: Stefanie Veh, Hobbynäherin
Ort: Bissingen, Oberliezheim - Raum in der Biogasanlage, Flurnummer 447
Gebühr: 34,00 € (zzgl. ca. 20,00 € Material / keine Ermäßigung)

Du möchtest das Nähen an der Nähmaschine lernen und dir kleine Accessoires selbst schneiden? Dann bist du hier richtig. Wir lernen zusammen die ersten Schritte und Grundlagen und fertigen während des Kurses verschiedene Projekte, von einfachen Einsteigerarbeiten bis zum Einnähen eines Reißverschlusses. Mitzubringen: eigene Nähmaschine mit Handbuch und Zubehör (falls vorhanden)

K1067 Nähkurs für Fortgeschrittene 8 - 12 Jahre

Beginn: Mittwoch, 10.04.2024 / 3 x von 16:30-18:30 Uhr
Leitung: Stefanie Veh, Hobbynäherin
Ort: Bissingen, Oberliezheim -
Raum in der Biogasanlage,
Flurnummer 447
Gebühr: 34,00 € (zzgl. ca. 20,00 € Material
/ keine Ermäßigung)

NEU

Kinder, die bereits erste Erfahrungen an der Nähmaschine gesammelt haben und diese nun vertiefen möchten, sind hier richtig. Wir wagen uns an weitere Projekte, wie z.B. das Einnähen eines Reißverschlusses oder das Anbringen einer Applikation.
Mitzubringen: eigene Nähmaschine mit Handbuch und Zubehör (falls vorhanden)



K1068 Die Waldwichtel suchen ein neues Zuhause / 3 - 6 Jahre

Termin: Samstag, 15.06.2024 / 15:00-18:00 Uhr
Leitung: Katrin Ott, zertifiz. Natur- und
Landschaftsführerin
Ort: Bissingen, Friedhof -
Kesselfeldstr. 5
Gebühr: 10,00 € (keine Ermäßigung)

NEU

Wir machen uns gemeinsam auf den Weg und bauen im Wald ein Wichtel-Versteck. Jedes Kind bekommt einen Wichtel, für den es eine Behausung bauen kann. Bei Sturm oder Dauerregen fällt die Veranstaltung aus. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Handynummer an, Sie erhalten 2 - 3 Tage vor Veranstaltung weitere Infos über Whats-App.
Mitzubringen: Rucksack mit Brotzeit, Getränk, wetterangepasste Kleidung, Sitzunterlage - Bitte cremen Sie Ihr Kind bereits zuhause mit Sonnencreme ein!

K1069 Die Waldwichtel suchen ein neues Zuhause / 7 - 10 Jahre

Termin: Samstag, 22.06.2024 / 15:00-18:00 Uhr
Leitung: Katrin Ott, zertifiz. Natur- und
Landschaftsführerin
Ort: Bissingen, Friedhof -
Kesselfeldstr. 5
Gebühr: 10,00 € (keine Ermäßigung)

NEU

Wir machen uns gemeinsam auf den Weg und bauen im Wald ein Wichtel-Versteck. Jedes Kind bekommt einen Wichtel, für den es eine Behausung bauen kann. Bei Sturm oder Dauerregen fällt die Veranstaltung aus. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Handynummer an, Sie erhalten 2 - 3 Tage vor Veranstaltung weitere Infos über Whats-App.
Mitzubringen: Rucksack mit Brotzeit, Getränk, wetterangepasste Kleidung, Sitzunterlage - Bitte cremen Sie Ihr Kind bereits zuhause mit Sonnencreme ein!

K1070 Mini YoKi - Kinderyoga 3 - 5 Jahre

Beginn: Donnerstag, 06.06.2024 /
5 x von 15:30-16:15 Uhr
Leitung: Ramona Braun,
zertifizierte Kinderyogalehrerin
Ort: Bissingen, Mittelschule -
Mehrzweckraum der Turnhalle
Gebühr: 28,00 € (keine Ermäßigung)

NEU

Yoga kitzelt wach, was in dir steckt und macht dich stark. Im Fokus stehen Kreativität, alle Gefühle und die eigene Körperwahrnehmung. Wir erleben erzählerische Einheiten im Team, freies Spiel, koordinative Übungen sowie Förderung von Fantasie und Wahrnehmung.
Mitzubringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk, Decke, Matte

K1071 Midi YoKi - Kinderyoga 6 - 8 Jahre

Beginn: Donnerstag, 06.06.2024 /
5 x von 16:15-17:00 Uhr
Leitung: Ramona Braun,
zertifizierte Kinderyogalehrerin
Ort: Bissingen, Mittelschule -
Mehrzweckraum der Turnhalle
Gebühr: 28,00 € (keine Ermäßigung)

NEU

Yoga kitzelt wach, was in dir steckt und macht dich stark. Im Fokus stehen Kreativität, alle Gefühle und die eigene Körperwahrnehmung. Wir erleben erzählerische Einheiten im Team, freies Spiel, koordinative Übungen sowie Förderung von Fantasie und Wahrnehmung.
Mitzubringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk, Decke, Matte

K1072 Taekwondo-Schnuppertraining 6 - 14 Jahre

Beginn: Mittwoch, 13.03.2024 / 4 x von 18:00-19:00 Uhr
Leitung: Heinrich Magosch, 10. DAN, Trainer A DOSB,
Präsident des Deutschen Allkampf Bundes e.V.
Trainer: Christian Seiler, 3. DAN und
Bernd Seiler, 3. DAN
Ort: Bissingen, Mittelschule -
Mehrzweckraum der Turnhalle
Gebühr: 17,00 € (keine Ermäßigung)

Taekwondo ist mehr als eine Sportart, denn es fordert nicht nur körperlich, sondern auch geistig heraus. Es lehrt euch, schnell zu reagieren und eine Sache konzentriert und mit vollem Einsatz zu Ende zu bringen. Das bedeutet: Wenn ihr etwas wollt, könnt ihr das auch erreichen. Dabei ist es gleichgültig, ob es darum geht, eine Prüfung zu bestehen oder in der Schule eine schwere Mathearbeit zu schreiben. Die vier Abende sind eine gute Möglichkeit, Taekwondo, das mittlerweile in Bayern als Schulsport anerkannt ist, kennenzulernen.

Mitzubringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk

4200 Tagesfahrt nach Würzburg

- Termin: Freitag, 12.04.2024 / 07:00-21:00 Uhr
► Anmeldeschluss: 28.03.2024
- Leitung: Patricia Tremmel, Leiterin der vhs Dillingen
Ort: Dillingen, Bushaltestelle - Rosenstraße
(nur bei Bedarf: 6:45 Uhr, Höchstädt Marktplatz / bitte bei Anmeldung angeben!)
- Gebühr: 69,00 € (inkl. Eintritte, Führungen und Weinverkostung / keine Ermäßigung, außer 50 % für Kinder bis 6 Jahre)

Neben einer Stadtführung durch die beschauliche Altstadt Würzburgs am Vormittag besuchen wir nach einem gemeinsamen Mittagessen (nicht im Preis inbegriffen) die im 18. Jahrhundert im barocken Baustil errichtete Residenz mit ihren liebevoll angelegten Gärten. Seit 1981 zählt sie zum UNESCO-Weltkulturerbe. Abschließend besichtigen wir eine nahegelegene Weinkellerei, bei der eine Weinverkostung nicht fehlen darf. Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss eine kostenlose Stornierung nicht mehr möglich ist!



4201 Vom Spargelhof zur Walhalla

- Termin: Samstag, 04.05.2024 / 08:00-20:00 Uhr
► Anmeldeschluss: 19.04.2024
- Leitung: Elmar Waltl
Ort: Dillingen, Bushaltestelle - Rosenstraße
(nur bei Bedarf: 08:15 Uhr, Höchstädt Marktplatz / bitte bei Anmeldung angeben!)
- Gebühr: 55,00 € (inkl. Eintritte, Führungen / keine Ermäßigung, außer 50 % für Kinder bis 6 Jahre)

Vom Anbau bis zum Genuss – wissen, woher's kommt. Der Waltl-Spargelhof ist ein traditioneller, landwirtschaftlicher Familienbetrieb – im Herzen von Sandharlanden – am Fuße des Kapellenberges. Beim "kleinen Spargelseminar" erfahren Sie direkt auf dem Feld alles zum Thema Spargel, vom Anbau über die Ernte bis hin zur Lagerung mit vielen Tipps rund um die Zubereitung. Nach einem gemeinsamen Mittagessen auf dem Spargelhof (nicht im Preis inbegriffen) geht es weiter in Richtung Regensburg mit dem Ziel Walhalla. Dort wird bei einer Führung Interessantes rund um die Gedenkstätte auf dem Bräuberg im bayerischen Donaustauf erzählt und erklärt. Mit den Eindrücken der herrlichen Aussicht über das Donautal treten wir anschließend die Heimreise an. Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss eine kostenlose Stornierung nicht mehr möglich ist!



4203 Fahrt zur Landesausstellung "Tassilo, Korbinian und der Bär - Bayern im frühen Mittelalter" ins Diözesanmuseum Freising

- Termin: Samstag, 20.07.2024 / 07:45-19:00 Uhr
► Anmeldeschluss: 05.07.2024
- Leitung: StD Dr. Arnold Schromm,
1. Vorsitzender des Hist. Vereins Dillingen
- Ort: Dillingen, Bushaltestelle - Rosenstraße
(bei Bedarf: Zustieg um 08:00 Uhr in Höchstädt, bitte bei Anmeldung angeben)
- Gebühr: 58,00 € (inkl. Eintritt und Führungen / keine Ermäßigung, außer 50% für Kinder bis 6 Jahre)



Mit dem für das Jahr 724 überlieferten Eintreffen des Missionsbischofs Korbinian in Bayern begann die Geschichte des Bistums Freising. Korbinian soll es gelungen sein, einen wilden Bären, der sein Packpferd anfiel, zu zähmen und zu seinem neuen Lastenträger zu machen, eine Legende, die später Niederschlag im Freisinger Stadtwappen (vgl. Abb.) gefunden hat. Zum 1300-jährigen Diözesan Jubiläum erzählt die Ausstellung von den Anfängen der Kirche in Bayern, aber auch von Macht und Glanz der frühen Bayerischen Herzogsfamilie der Agilolfinger. Diese hatten Korbinian gerufen und herrschten schließlich über ein Land, das sich zeitweise bis Südtirol, Oberösterreich, Kärnten und Slowenien erstreckte. Die Errichtung eines mächtigen Königreichs der Bajuwaren war zum Greifen nahe und beim Erreichen dieses Ziels versuchte der Bayerische Herzog Tassilo III. († um 796) sogar dem mächtigen Frankenkönig Karl (dem Großen) die Stirn zu bieten. Wie die spannende Geschichte weitergeht, erfährt der Besucher der Ausstellung in Freising anhand ausgewählter, wertvoller Exponate und interessanter Schaubilder. Veranstalter sind das Haus der Bayerischen Geschichte und die Erzdiözese München und Freising. Zusätzlich zur Landesausstellung werden dem Publikum ausgewählte Prunkräume des Dombezirks über Führungen zugänglich gemacht. Die Räumlichkeiten des Dombezirks sind nicht barrierefrei und umfassen mehrere (Wendel-)Treppen! Das gemeinsame Mittagessen ist nicht im Preis inbegriffen. In Kooperation mit dem Historischen Verein Dillingen. Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss eine kostenlose Stornierung nicht mehr möglich ist!

Dann sind Sie bei uns richtig!

Wir suchen offene und kommunikative **Kursleitungen**, die Freude am Umgang mit anderen Menschen haben und ihre Talente und Fähigkeiten teilen möchten.

Senden Sie Ihre Bewerbung und Ihre Ideen an vhs@dillingen-donau.de.

Wir freuen uns auf Sie!

vhs Volkshochschule Dillingen an der Donau

Sportskanone?
Computerfreak?
Künstler/in?
Sprachtalent?

**4202 Weiterbe des Mittelalters -
1300 Jahre Klosterinsel Reichenau
Inklusive Große Landesausstellung in
Konstanz**

Termin: Freitag, 14.06.2024 / 06:30-21:00 Uhr
► Anmeldeschluss: 31.05.2024

Leitung: Patricia Tremmel, Leiterin der vhs Dillingen
Ort: Dillingen, Bushaltestelle - Rosenstraße
(nur bei Bedarf: 06:15 Uhr, Höchstädt Marktplatz
/ bitte bei Anmeldung angeben!)

Gebühr: 74,00 € (inkl. Eintritte und Führungen
/ keine Ermäßigung, außer 50 % für Kinder
bis 6 Jahre)

Unsere Tagesexkursion führt uns zunächst ins Archäologische Landesmuseum nach Konstanz, wo wir die Große Landesausstellung im Rahmen einer Führung besuchen. Weiter geht es auf die Insel Reichenau. Nach einem gemeinsamen Mittagessen (nicht im Preis inbegriffen) tauchen wir ins Mittelalter ein. Neben einer Führung durch das Münster St. Maria und Markus besichtigen wir die dazugehörige Schatzkammer sowie die farbenprächtigen Klostergärten. Im Anschluss bleibt noch Zeit, die nähere Umgebung auf eigene Faust zu erkunden. Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss eine kostenlose Stornierung nicht mehr möglich ist!

W1301 Pilates / Online-Kurs

Beginn: Montag, 11.03.2024 / 15 x von 18:00-19:00 Uhr

Leitung: Ute von Egloffstein, Pilates-Trainerin
Ort: Online-Angebot -
Live-Übertragung aus dem Colleg

Gebühr: 62,00 €

Pilates aktiviert ganz gezielt einzelne Muskeln oder Muskelpartien sowie die Tiefenmuskulatur im Becken und in der Taille. Es verbessert die Beweglichkeit und bringt Muskeln und Gelenke in Schwung, ohne sie zu belasten. Die Übungen sind für unterschiedliche Alters- und Fitnessstufen geeignet. Der Präsenzkurs wird als Online-Angebot live aus dem Colleg per Videokonferenz übertragen. Informationen zur technischen Umsetzung unter www.vhs-dlg.de.
Sie benötigen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk, Matte

**W9940 Infoabend Sportbootführerschein-
Kombikurs / Online-Kurs**

Termin: Mittwoch, 20.03.2024 / 18:30-20:00 Uhr

Leitung: Georg Uhl, Sportbootschulbetreiber
Ort: Online-Angebot - per Videokonferenz
Gebühr: kostenfrei

Kostenfreier Infoabend zum Sportbootführerschein-Kombikurs (Kursnr. W9941) im April 2024. Für die Teilnahme am Kombikurs ist eine gesonderte Anmeldung erforderlich!
Weitere Infos unter Eingabe der Kursnr. W9941 auf unserer Homepage.

**W9941 Sportbootführerschein-Kombikurs:
See, Binnen und
Bodenseeschifferpatent A
Online-Theorie-Kurs**

Beginn: Montag, 08.04.2024 / 6 x von 18:00-21:00 Uhr

Leitung: Georg Uhl, Sportbootschulbetreiber
Ort: Online-Angebot - per Videokonferenz
Gebühr: 240,00 € (zzgl. Kosten für Fachbücher,
Navigationsbesteck, Fahrstunden, Atteste und
Prüfungen / keine Ermäßigung)

Haben Sie Lust auf weltweites Motorboot-, Jetski-, Wasserski- oder Wakeboardfahren, Tauchen vom Boot oder Sonnenbaden in einer einsamen Bucht? Dieser Kombi-Kurs bereitet Sie auf die drei gängigen Scheine vor: den Sportbootführerschein See, den Sportbootführerschein Binnen und das Bodenseeschifferpatent A. Weitere Infos erhalten Sie bei einem kostenfreier Infoabend über Zoom am 20.03.2024 (Kursnr. 9940 - hierfür bitte gesondert anmelden) sowie unter Eingabe der Kursnummer auf unserer Homepage.