

April 2022

Vorwort

Liebe Leser*innen,
liebe Freund*innen der vhs Gießen,

im Namen des vhs-Teams begrüße ich Sie mit diesem Newsletter zum ersten Semester des Jahres 2022.

Dieses setzte ab der 3. Januarwoche trotz Omikron mit zahlreichen Präsenzkursen ein, die in allen Fachbereichen sehr gut nachgefragt waren und sind. Einer großen Beliebtheit erfreuen sich unsere Kreativ-, Literaturkurse und Exkursionen, sodass wir manche der Kurse erneut im zweiten Semester anbieten werden.

Ungebrochen hoch ist die Nachfrage in den Gesundheits- und den Deutschsprachkursen. Der Deutschbereich steht vor großen Herausforderungen durch die Ankunft neuer Flüchtlinge aus Afghanistan, der Türkei, dem Iran und Irak und natürlich der Ukraine bei gleichzeitigem personellem Umbruch, über den wir Sie ebenfalls in diesem Newsletter informieren möchten. Diese Aufgaben werden wir gemäß dem Jahresmotto des Deutschen Volkshochschulverbandes zusammen in Vielfalt und nachhaltig vernetzt angehen und meistern.

Wie gewohnt informiert Sie auch dieser Newsletter über Vorgänge hinter den Kulissen: über neue Projekte, neue Mitarbeiter*innen und erneute Umbautätigkeiten.

Es grüßt Sie im Namen des vhs-Teams,

Ihre
Waltraud Burger, Amtsleiterin der vhs Gießen

Inhalt

- **Hinter den Kulissen**
 - Renovierungsarbeiten in der Wetterwarte
 - Schnelleres Internet
 - Corona-Infos in leichter Sprache
- **Neues aus den Fachbereichen**
 - 1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland
 - „vhs macht gesünder“
 - Bild des Semesters
 - Unterstützung für Geflüchtete
- **Personalia**
- **Wussten Sie schon ...?**
- **Kursvorstellung**

Hinter den Kulissen

Renovierungsarbeiten in der Wetterwarte

In unserem Gebäude wurde fleißig renoviert. So wurde in den Räumen „Lahnaue“ und „Schwanenteich“ Netzwerkzugänge gelegt, das WLAN-Netzwerk verstärkt, der Fußbodenbelag, sowie die LED-Lichtdecken erneuert. In der „Lahnaue“ ist das LED-Licht nun sogar dimmbar und es wurde ein interaktives Whiteboard angebracht! Auch eine neue Möblierung wurde in der „Lahnaue“ vorgenommen. In den Räumen „Schwanenteich“, „Wieseck“ und „Botanik“ gibt es neue Stühle.

April 2022

Schnelleres Internet

Von Februar bis zu den Osterferien befand sich eine Baustelle zwischen unserem vhs Gebäude in der Fröbelstraße und der nahe gelegenen Grünbergerstraße. Zeitweise war die Durchfahrtsmöglichkeit auf diesen Straßen eingeschränkt. Doch die Baustelle hat einen guten Grund. Denn es werden neue Breitbandkabel verlegt, die uns schnelleres Internet an die vhs und zur Musikschule bringen.



Corona-Infos in leichter Sprache

Magnus Färber arbeitet im Rahmen des Weiterbildungspaktes an der Umsetzung von unseren Texten in Leichte Sprache. „Leichte Sprache ist eine speziell geregelte einfache Sprache. Die sprachliche Ausdrucksweise des Deutschen zielt dabei auf die besonders leichte Verständlichkeit. Das Regelwerk wird von dem seit 2006 bestehenden deutschen Verein Netzwerk Leichte Sprache herausgegeben. [...] Die Leichte Sprache soll Menschen, die aus unterschiedlichen Gründen über eine geringe Kompetenz in der deutschen Sprache verfügen, das Verstehen von Texten erleichtern. Sie dient damit auch der Barrierefreiheit.“ (Quelle: [Leichte Sprache – Wikipedia](#))

Wir wollen, dass unsere Texte für alle Menschen gut verständlich und möglichst barrierefrei sind. Dies berücksichtigend hat er unsere geltenden Corona-Infos überarbeitet. Die komplette Version in einfacher Sprache finden Sie unter folgendem Link:

[Corona Infos in leichter Sprache](#)

Weitere Informationstexte in Leichter Sprache, aber auch in englischer und arabischer Sprache befinden sich in Vorbereitung.

Neues aus den Fachbereichen

Fachbereich Gesellschaft

1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland - Eine Plakatausstellung der Zeitbild-Stiftung, Berlin vom 27. Januar 2022 bis 20. März 2022

Oberhessisches Museum, Netanya-Saal, Brandplatz 2, 35390 Gießen, 0641 9609730

Anlässlich des Holocaustgedenktes (27.01.2022) präsentiert der Gießener Trägerkreis 1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland* die gleichnamige Ausstellung der Zeitbild-Stiftung. Anhand von biographischen Zugängen, der Beschreibung von Lebenswegen bekannter historischer Persönlichkeiten wie Albert Einstein, Heinrich Heine, Hannah Arendt aber auch unbekannter Persönlichkeiten oder zeitgenössischer Personen unterschiedlicher gesellschaftlicher Milieus wurde die Vielfalt des jüdischen Lebens sichtbar. Kontextualisiert wurden die Biografien mit Hilfe von Textblöcken zu historischen Fakten und Ereignissen wie dem Holocaust und jüdischem Leben heute. Vertiefende Informationen konnten via augmented Reality abgerufen werden.

Im Rahmen des Begleitprogramms las und erzählte der Schauspieler Michael Stacheder aus Bad Aibling am 27. Januar 2022 in der Pankratiuskapelle aus den Erinnerungen des Holocaust-Überlebenden Max Mannheimer, der diese unter dem Titel *Spätes Tagebuch* veröffentlicht hat. Obwohl die beiden Veranstaltungen unter 2G+ Bedingungen durchgeführt werden mussten, folgten mehr als 40 Besucher*innen den Einladungen. Die Lesung wurde gefilmt ist noch auf der Website der vhs abrufbar.

Informationen zu Michael Stacheder: <https://michaelstacheder.com>

Max Mannheimers „Spätes Tagebuch“ ist im Piper Verlag erschienen und im Buchhandel erhältlich. Weitere **Informationen zu Max Mannheimer:** <https://www.kz-gedenkstaette-dachau.de/geschichte-online/dachauer-ton-spuren/max-mannheimer/>

*** Trägerkreis der Veranstaltungsreihe „1700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland“** in Stadt und Landkreis Gießen mit Ausstellungen, Vorträgen, Gesichtskursen, Exkursionen waren:

- Evangelische Kirche in Hessen und Nassau
- Gesellschaft für christlich-jüdische Zusammenarbeit Gießen-Wetzlar
- Jüdische Gemeinde Gießen
- Kulturstadt der Stadt Gießen
- Pfarrstelle für Ökumene im Gießener Land und Gießen
- Oberhessisches Museum Gießen
- Stadtarchiv Gießen
- VHS Gießen
- VHS Landkreis Gießen

April 2022

Fachbereich Gesundheit

„vhs macht gesünder“ – Ein Beitrag zum Titel unseres diesjährigen Programms



Manuela Brandl: Fitness-, Pilates- und Zumba-Trainerin © vhs Gießen

Gesundheit bedeutet für mich mehr als Sport treiben, viel Obst und Gemüse essen, meditieren und was man noch heutzutage als gesundheitsfördernd ansieht. Gesundheit bedeutet für mich mit dem eigenen Körper in Einklang zu sein und in der Lage zu sein, auf ihn zu hören. Wir sind alle individuell geprägt. Auch unsere Körper, unsere Wahrnehmung ist unterschiedlich. Wir selbst haben das körpereigene Wissen in uns, was uns wirklich gut tut.

Aus diesem Grund bin ich ein großer Fan von Pilates. Denn dort werden Körper und Geist zusammengeführt. Wir lernen Achtsamkeit im Bezug auf die Bewegungen, die wir ausführen. Der Fokus wird auf die Körpermitte gelenkt, dahin wo unser Bauchgefühl liegt. Wir lernen in Kommunikation mit dem Körper zu gehen, hinein

zu spüren, was ihm gut tut und was nicht. Jede*r Teilnehmer*in hat bei mir die Möglichkeit die Übung so zu variieren, dass sie ihm zu diesem Zeitpunkt das gibt, was er*sie braucht.

Ich wechsle regelmäßig zwischen Kraftübungen und Beweglichkeitsübungen, damit der Körper immer wieder Zeit bekommt, nach der Anstrengung kurz zur Ruhe zu kommen und das Gelernte zu verarbeiten. Am Ende meiner Stunden findet eine kleine Entspannungsübung statt, damit die Stunde noch nachwirken kann und die freigesetzte Energie in die richtigen Bahnen gelenkt wird. Seit ich Pilates unterrichte, habe ich eine bessere Balance, fühle mich sehr gut mit meinem Körper im Einklang, meine dauerhaften Verspannungen im Hals-Nacken-Bereich sind weggegangen, meine Beweglichkeit hat sich gesteigert, ich habe eine bessere Körperhaltung, bin entspannter und kraftvoller.

Mit diesem Empfinden fühle ich mich gesünder und möchte genau das an die Kursteilnehmer*innen weitergeben!

Auch ohne Erfahrung kann man jederzeit in meine Kurse einsteigen.

Habe ich Ihre Neugier geweckt? Dann freue ich mich darauf Sie bald in einem meiner Kurse persönlich kennenzulernen.

April 2022

Fachbereich Kultur und Gestalten

NEW

Bild des Semesters

Für alle unsere Teilnehmer*innen der Kreativ- und Malkurse und alle, die es werden möchten, haben wir uns etwas Neues ausgedacht: Das Bild des Semesters! Ab sofort haben Sie die Möglichkeit, sich mit der Einsendung eines von Ihnen im Rahmen einer unserer Kurse angefertigten Bildes auf diesen Titel zu bewerben. Dieses Bild wird unter der Angabe des*der dazugehörigen Maler*in wird ca. ein halbes Jahr vor Ort an der vhs ausgestellt und auf unseren Social-media-Kanälen veröffentlicht. Senden Sie uns bei Interesse eine Fotografie Ihres Bildes per E-Mail an vhs@giessen.de mit dem Betreff „Bild des Semesters“.

Teilnahmebedingungen:

- Einsendeschluss ist der 01.09.2022
- Maximal ein Bild pro Teilnehmer*in
- Mit der Veröffentlichung Ihres Namens und Bildes sind Sie einverstanden
- Das Bild muss innerhalb der letzten zwei Semester in einem unserer Kurse entstanden sein



Fachbereich Deutsch als Fremd- oder Zweitsprache (DAF)



Unterstützung für Geflüchtete

Gemeinsam mit der Stadt Gießen beteiligen wir uns an der Unterstützung von geflüchteten Menschen aus der Ukraine, die in Gießen angekommen sind. Hierfür stellen wir nicht nur Plätze in verschiedenen Kursformaten zur Verfügung, sondern geben allen Interessierten auch Informationen zu bspw. online Selbstlern-Portalen und Kursmöglichkeiten außerhalb der

vhs Gießen.

Darüber hinaus freut sich der DAF Bereich einige neue Gesichter unter seinen Dozent*innen begrüßen zu dürfen und uns mit ihnen den ständigen Herausforderungen der sich verändernden Bedarfe zu stellen.

April 2022

Personalia

Mona Eva

Mein Name ist Mona Eva. Ich habe zum Jahreswechsel die Vertretung für Christos Hilke und somit die Fachbereichsleitung Deutsch als Fremd- oder Zweitsprache (DAF/DAZ) übernommen. Bereits seit letztem Sommer darf ich die vhs Gießen unterstützen, indem ich mit einem kleinen Stundenanteil einige Aufgaben im Bereich digitales Lernen und Homepage übernommen habe. Nach einer kurzen Übergangsphase stelle ich mich nun den täglichen Herausforderungen, die der DAF Bereich mit seinen stetig wechselnden Anforderungen und wechselnden Teilnehmer*innen mit sich bringt.



© vhs Gießen

Christian Pawelczyk

Hallo, mein Name ist Christian Pawelczyk. Seit dem 01.11.2021 bin ich bei der vhs Gießen im Bereich „Deutsch als Fremdsprache“ tätig. Nach einer vorübergehenden Tätigkeit in einem anderen Amt der Stadtverwaltung bin ich wieder als Ansprechperson im Bereich Deutsch als Fremdsprache (DAF) für Teilnehmer*innen und Kursleiter*innen* da.

Kim Weihrauch

Ich habe die vhs zum 01.04.2022 verlassen. Mich erwarten nun neue Aufgaben im Kulturrat der Stadt Gießen. DANKE – für diese gemeinsame Zeit und Zusammenarbeit!
„Sei fröhlich und frei, ein Abschied bedeutet nicht auf Nimmerwiedersehen.“

Wussten sie schon ...?



...dass die Kursleiter*innen der Volkshochschule der Stadt Gießen auch im „Corona-Jahr“ 2021

17.264 Unterrichtsstunden durchgeführt haben, die von


2.792 Personen in

319 Kursen / Veranstaltungen genutzt / besucht wurden?

April 2022

Vorstellung ausgewählter Kurse

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website

<p><u>Gesellschaft</u></p> 	<p>Die Kelten in Hessen</p> <p>Im Jahr 2022 präsentieren Museen, Landesarchäologie, Stadt- und Kreisarchäologien, Vereine und Volkshochschulen viel Neues und archäologische Spuren zur Epoche der Kelten in Hessen. Ein wichtiges keltisches Erbe und Grabungsgebiet liegt vor den Toren Gießens auf dem Dünsberg. Wir freuen uns, mit Frau Dr. Brigitta Meinhardt eine Dozentin gewonnen zu haben, die an den Grabungen am Dünsberg beteiligt war. Gewinnen Sie einen Ein-und Überblick über die Geschichte der Kelten in Hessen.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Nr. 1105 Dr. Brigitta Meinhardt 02. Juni – 14. Juli, donnerstags, 19:00 - 20:30 Uhr
---	---

<p><u>Sprachen</u></p> 	<p>Französisch mit Chansons Francaises</p> <p>Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen, die bereits über einige Grundkenntnisse in Französisch verfügen. Hier werden Ihre Französischkenntnisse anhand von französischen Chansons und Canons vertieft und diese gemeinsam gesungen. Zum Singen werden keine Vorkenntnisse benötigt, nur die Freude daran. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Nr. 3420 Bettina Leukel 06. – 20. Juli, mittwochs, 18:30 - 20:00 Uhr
	<p>A1 -Sommerkurs - Selbstzahler*innen</p> <p>Sie sind neu in Deutschland oder besuchen über den Sommer Familie oder Freunde? Sie möchten das nutzen, etwas Deutsch zu lernen und mit Ihrer Familie und Ihren Freunden in der "neuen" Sprache sprechen? Kein Problem! Unser Sommerkurs richtet sich an Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse und führt in einfache Grundlagen der Alltagskommunikation ein. Die Teilnehmer*innen lernen spielerisch und in sommerlicher Atmosphäre, einfache Sachverhalte auf Deutsch zu sagen und sich im Alltag zu verständigen.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Nr. 3140 Mo. 25.07.2022 - Fr. 19.08.2022, 8:30 - 12:45 Uhr

April 2022

Gesundheit**Workshop: Kinesio-Taping**

Kinesio-Tape ist ein hoch elastisches, atmungsaktives und hautfreundliches Pflaster aus Baumwolle. Diese bunten Tapes werden bei akuten oder chronischen Schmerzen an den entsprechenden Bereichen oder zur Unterstützung bei sportlicher Betätigung angebracht. Durch die hohe Elastizität werden schmerzende Bereiche nicht ruhiggestellt, sondern aktiviert. Es werden Lymph- und Blutfluss angeregt, Muskelverspannungen gelöst und die Gelenke gestützt. In diesem Kurs lernen Sie das Material und verschiedene Anwendungsmöglichkeiten kennen. Typische Taping-Anlagen werden vorgeführt und geübt. Die richtige Klebtechnik wird erklärt. Indikationen und Kontraindikationen werden erläutert.

Sie sollten die Bereitschaft haben aneinander zu üben oder sich zu zweit anmelden. Für den praktischen Teil sind kurze Hose und Trägershirt von Vorteil. Bitte mitbringen: scharfe Schere, Schreibutensilien und Tape. (Tape kann auch im Kurs für € 5,00 erworben werden.)

- **Nr. 4205** Sarah Häupl
Am Samstag, den 11. Juni von 9:00 - 12:45 Uhr

Kultur und Gestalten**Workshop Landschaftsimpressionen**

In der Landschaftsmalerei geht es um das Einfangen der Stimmung und der Atmosphäre sowie um das richtige Einschätzen und Mischen der Farben. Der mögliche Einfluss der Schichtenmalweise auf die Farbigkeit eines Bildes ist dabei ein wichtiger Bestandteil. Folglich sollen in diesem Workshop der richtige Umgang mit Licht und Schatten und das Setzen lebendiger Akzente in der Komposition einen Schwerpunkt bilden. Die ausgesuchten Aufnahmen beschäftigen sich mit stimmungsvollen Ausschnitten. Diese beziehen sowohl mediterrane Landschaften und Gärten als auch das Wasser an Küsten oder Seen mit ein. Der Workshop nimmt Rücksicht auf Anfänger*innen und Fortgeschrittene. Fehlende Farben können ergänzend gestellt werden. Von den Teilnehmer*innen sind vorhandene Farben, Pinsel und geeignete Leinwände mitzubringen. Es wird mit Acryl- und Ölfarben gemalt. Es fallen Kosten für Kopien von € 8,00 an, die direkt mit dem Kursleiter abgerechnet werden.

- **Nr. 5227** Gerhard Sprey
Mo. 25. – Fr. 29. Juli von 9:45 - 17:15 Uhr

April 2022

Schon entdeckt? Sie können uns auch auf Facebook und Instagram finden!

Facebook: <https://www.facebook.com/vhsGiessen>

Instagram: https://www.instagram.com/vhs_giessen/

Kontakt/Impressum

Volkshochschule Stadt Gießen

Fröbelstraße 65
35394 Gießen

Tel.: 0641 306 1472

Fax: 0641 306 2474

Internet: www.vhs-giessen.de

E-Mail: vhs@giessen.de

Sprechzeiten

Termine nur nach Vereinbarung!

Montag – Donnerstag:
9:00 – 12:00

Besuchs-/Beratungstermine,
Rücksprachen außerhalb der
Servicezeiten sind nach Verein-
barung möglich.

Ihr Team der vhs Gießen