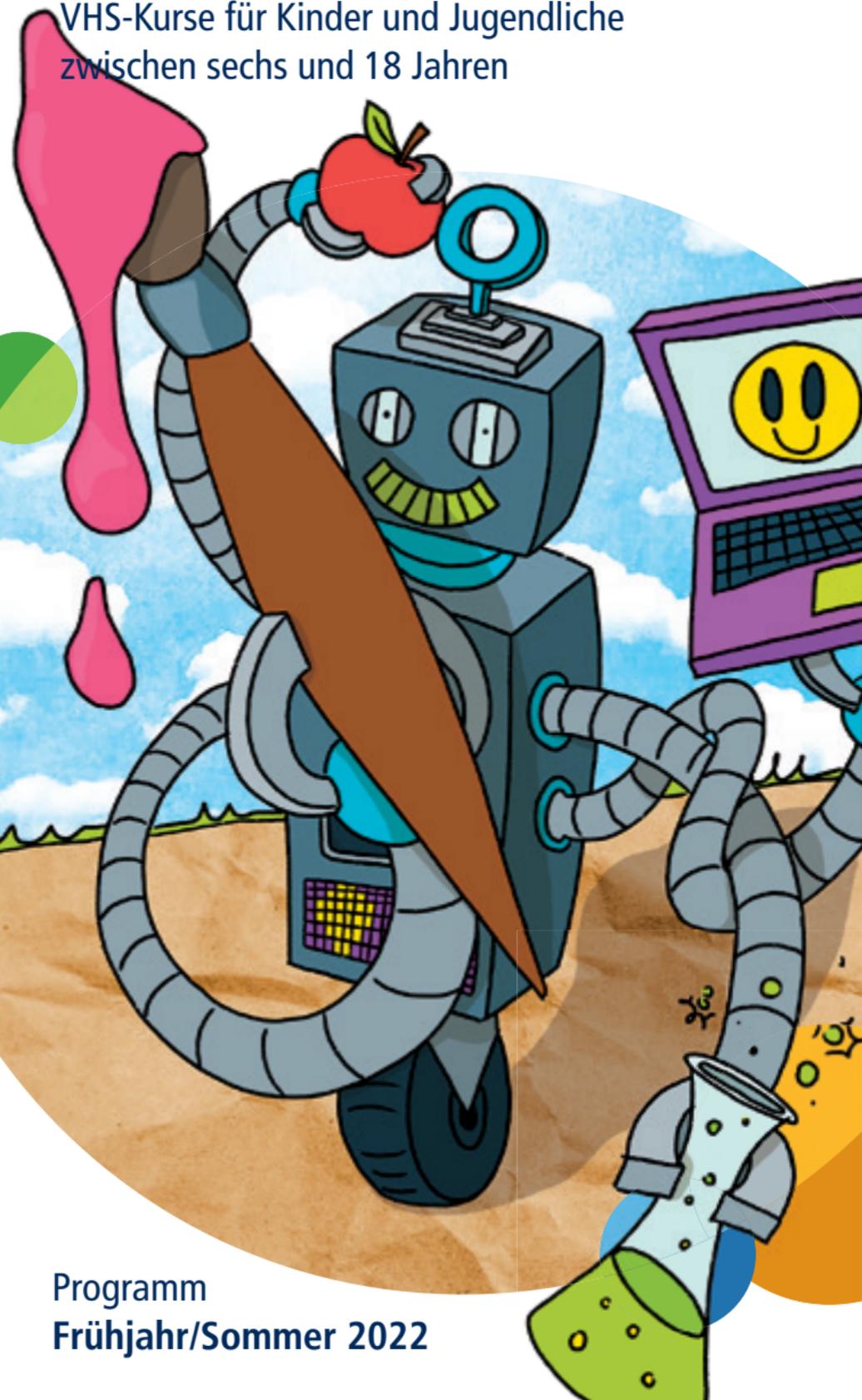


# junge vhs

VHS-Kurse für Kinder und Jugendliche  
zwischen sechs und 18 Jahren



Programm  
Frühjahr/Sommer 2022

### Liebe Kinder, liebe Eltern,

im neuen Programm haben wir einiges für euch vorbereitet. Neben Ferienkursen über mehrere Tage findet ihr auch eintägige Kurse und Angebote über wenige Stunden. Hier könnt ihr z.B. neue Kreativtechniken lernen, eure Computerkenntnisse ausbauen, mit Streetdance oder Capoeira etwas für eure Koordination tun oder in für euch neue Themen und Bereiche hineinschnuppern.

Neu im Programm sind Angebote für introvertierte Kinder. Diese Kurse sind für alle, die lieber in ruhiger Runde kreativ sein wollen, als in großen Gruppen zu arbeiten. Unsere Kursleitungen kennen eure Situation und unterstützen euch mit Ruhe und Geduld – und ihr trefft auf Kinder, denen es ähnlich geht.

Viele Spaß beim Stöbern in unserem Programm

### Information und Beratung

Magdalena Kneisel  
Telefon: 069 212-35545

Annette Lück-Triglia  
Telefon: 069 212-39834

E-Mail: [junge.vhs@stadt-frankfurt.de](mailto:junge.vhs@stadt-frankfurt.de)  
Internet: [vhs.frankfurt.de/jungevhs](http://vhs.frankfurt.de/jungevhs)

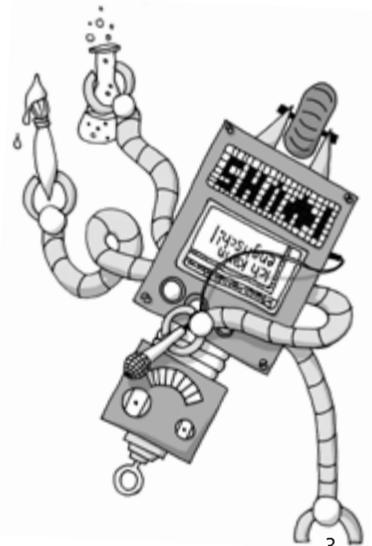
%

### Ermäßigung\*

Alle Schüler/-innen mit erstem Wohnsitz in Frankfurt erhalten **eine Ermäßigung von 20% auf das Kursentgelt.**

Der Ermäßigungsanspruch ist mit einem gültigen Schülerausweis nachzuweisen.

\*Auf Studienreisen, Prüfungsentgelte und Materialkosten kann keine Ermäßigung gewährt werden.



## Auf einen Blick

Kursanmeldung und Information.....	6
Kinderfilmprogramm im Filmforum Höchst .....	27

### Selbstbewusstsein

Nicht mit mir! Selbstbehauptung und Selbstverteidigung kompakt, 7 – 12 Jahre.....	8
---	---

<b>Neu:</b> Fit in die Schule – Selbstbehauptung für Grundschul Kinder, 6 – 11 Jahre.....	8
---	---

<b>Neu:</b> Trau dir was zu! Selbstbehauptungstraining für Introvertierte, 10 – 14 Jahre .....	9
--	---

Grown Girl – Workshop für Mädchen, 15 – 19 Jahre.....	9
---	---

### Rhetorik

<b>Neu:</b> Selbstbewusst vor Gruppen sprechen – „Trau Dich!“-Kurs für Introvertierte, 12 – 14 Jahre .....	10
--	----

Mündlich gut! 12 – 15 Jahre .....	10
-----------------------------------	----

Rhetorik für die Oberstufe, 15 – 19 Jahre.....	10
--	----

### Lernstrategien

Leichter lernen nach Lerntyp(en), 11 – 13 Jahre .....	11
---	----

### Umgangsformen

Knigge für Kids, 7 – 12 Jahre.....	11
------------------------------------	----

Knigge für Teenager, 13 – 17 Jahre.....	12
---	----

Wohin mit meiner Wut? 9 – 12 Jahre.....	12
---	----

### Sprache und Schreiben

Ran ans Mikro, 9 – 11 Jahre.....	13
----------------------------------	----

<b>Neu:</b> Romantik – mehr als Kitsch und rote Rosen. Ein kreativer Schreibworkshop für Jugendliche, 13 – 15 Jahre .....	13
---	----

### Schauspiel und Theater

Kinderkrimi selbst gedreht, 8 – 12 Jahre .....	14
--	----

Improvisationstheater „Glück“, 8 – 12 Jahre .....	14
---	----

### Jonglage und Zirkus

Besser lernen mit Zirkus-Artistik, 6 – 12 Jahre.....	14
--	----

<b>Neu:</b> Poi Swinging am Nachmittag, 8 – 12 Jahre.....	15
---	----

<b>Neu:</b> Jonglieren lernen auf Englisch, 10 – 13 Jahre.....	15
--	----

### Fotografie

<b>Neu:</b> Mit der Großformatkamera fotografieren. Mit etwas Geduld zum sofortigen Ergebnis, 8 – 10 Jahre .....	16
--	----

### Malen und Zeichnen

<b>Neu:</b> Kreativ und mutig – Kreativität fördern, Ressourcen stärken für Introvertierte, 8 – 12 Jahre .....	16
--	----

<b>Neu:</b> Malerhandwerk, ab 10 Jahre .....	17
--	----

<b>Neu:</b> Charakterdesign, ab 13 Jahre .....	17
--	----

<b>Neu:</b> Characterdesign in der App Procreate auf dem iPad, ab 13 Jahre.....	17
---	----

### Experimente

Chemie und Physik im Alltag, 7 – 12 Jahre .....	18
---	----

### Nadel und Faden

<b>Neu:</b> Buchbinden, 8 – 10 Jahre.....	19
---	----

Ferien-Nähkurse für Jugendliche für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene, ab 10 Jahren .....	19
--	----

### Bewegung

Capoeira – Förderung aller Sinne, 8 – 12 Jahre.....	20
---	----

HipHop, Streetdance etc. 8 – 11 Jahre .....	20
---	----

### Sprachen

<b>Neu:</b> Online-Kurs: Deutsch für Teens, 13 – 14 Jahre.....	20
--	----

Englisch für Youngsters, 7 – 10 Jahre.....	21
--	----

English conversation kids, für Kinder mit Grundkenntnissen, 7 – 10 Jahre.....	21
---	----

Keep fit in English, 6. Klasse, 7./8. Klasse, 9./10. Klasse.....	21
--	----

Spanisch für Anfänger/-innen, 8 – 12 Jahre.....	22
---	----

<b>Neu:</b> Farsi für Kinder, 5 – 8 Jahre .....	22
---	----

### Digitale Bildung und Medienkompetenz

Sicher im Netz! Erlerne das Internet ABC, ab 9 Jahren .....	23
---	----

PowerPoint 2019 oder wie man sich die Aufmerksamkeit der Zuhörer sichert, ab 12 Jahren .....	23
--	----

<b>Neu:</b> Internetrecherche, Word und Excel – Kompaktkurs für Schule und Freizeit, 11 – 13 Jahren.....	23
--	----

Digitale Bildbearbeitung mit GIMP, ab 12 Jahren.....	24
--	----

### Schreibtechnik

Mit 10 Fingern am PC für Anfänger/-innen ab 11 Jahren, ab 15 Jahren .....	25
---	----

### Neu: Online Programmieren auf Zoom

Online-Kurs: Python Basiskurs, ab 14 Jahre .....	25
--	----

Online-Kurs: Discord Bots selber bauen mit Python, ab 14 Jahre ....	26
---	----

Online-Kurs: Zeichnen mit Java für Mädchen ab 14 Jahre .....	26
--	----

## Kursanmeldung und Information

Seit mehr als 20 Jahren begleitet die „Junge VHS“ Kinder und Jugendliche beim Lernen außerhalb der Schule. Das Programm orientiert sich an ihren Wünschen und Bedürfnissen. Die Kurse finden in kleinen Gruppen und überwiegend in den Schulferien und an Wochenenden statt. Bitte beachten Sie unsere Altersvorgaben für die Kurse.

Sollte Ihr Kind über eine gesundheitliche Beeinträchtigung verfügen, so bitten wir Sie, vor der Anmeldung mit der zuständigen Pädagogin Magdalena Kneisel (Tel. 069 212-35545) Rücksprache zu nehmen.

Die Aufsichtspflicht der VHS ist auf die Kurszeit beschränkt. Bitte berücksichtigen Sie dies beim Bringen oder Abholen Ihrer Kinder.

Sie haben die Möglichkeit, Ihr Kind für unserer Angebote im Internet unter **vhs.frankfurt.de** anzumelden.

Alternativ können Sie Ihr Kind auch schriftlich per Post, Fax oder E-Mail anmelden.

Schriftliche Anmeldung immer unter Angabe von Kursnummer, Name und Geburtsjahr der Teilnehmerin/des Teilnehmers, Adresse, Telefon-Nr., Einzugsermächtigung mit Kontonummer und Bankverbindung (IBAN und BIC) und Ihrer Unterschrift. Bei Ermäßigungsanspruch legen Sie bitte eine Kopie Ihrer Berechtigung bei.

**E-Mail** vhs@frankfurt.de

**Post** Volkshochschule Frankfurt am Main  
Sonnemannstraße 13  
60314 Frankfurt am Main

**Fax** 069 212-71500

**Aktuelle  
Informationen  
zu allen Kursen finden  
Sie im Internet unter:  
vhs.frankfurt.de**



## Informationen zur Anmeldung

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Volkshochschule Frankfurt am Main, die Rahmenentgeltordnung sowie die Datenschutzbestimmung. Diese Unterlagen können Sie im Internet unter [vhs.frankfurt.de](http://vhs.frankfurt.de) herunterladen oder bei der Volkshochschule Frankfurt, Sonnemannstraße 13, 60314 Frankfurt am Main, kostenfrei anfordern.

### Hinweise zur Zahlung

Bei Kursbuchung sind das Kursentgelt einschließlich der im Programm angegebenen besonderen Kosten oder Materialkosten zu zahlen. In einigen Fällen sind Zusatzkosten im Text der Kursbeschreibung ausgewiesen. Diese sind in bar direkt im Kurs an die Kursleitung zu zahlen.

Zahlungsweisen:

- bar oder mit EC-Karte bei der persönlichen Anmeldung,
- per Einzugsermächtigung (Die Abbuchung erfolgt 10 Tage nach Kursbeginn.).

**Bitte beachten:** Sowohl bei der Online-Anmeldung als auch bei schriftlicher Anmeldung ist eine Einzugsermächtigung erforderlich.

### Ermäßigung

Mit erstem Wohnsitz in Frankfurt erhalten:

- Schwerbehinderte mit einem Grad der Behinderung von wenigstens 50, Schüler/-innen, Auszubildende, Studierende und Teilnehmende am Bundesfreiwilligendienst oder am freiwilligen sozialen oder ökologischen Jahr (ohne Altersbegrenzung) 20% Ermäßigung.
- Inhaber/-innen des Frankfurt-Passes, Sozialhilfeempfänger/-innen und Arbeitslose 50% Ermäßigung.

Wohnortunabhängig erhalten Inhaber/-innen der hessischen Ehrenamts-Card und der Jugendleiter-Card 20% Ermäßigung.

Fügen Sie bitte die aktuelle Bescheinigung in Kopie der Anmeldung bei. Eine nachträgliche Ermäßigung nach Kursbeginn ist nicht möglich!

### Anmeldebestätigung

Der Veranstaltungsvertrag kommt durch Annahmeerklärung der VHS zustande. Die Anmeldebestätigung wird Ihnen entweder per Post oder, bei Online-Anmeldung, direkt im Anschluss per E-Mail zugestellt. Die Anmeldebestätigung dient als Teilnahmeausweis und ist zu den Veranstaltungen mitzubringen.

# Selbstbewusstsein

## Nicht mit mir!

### Selbstbehauptung und Selbstverteidigung kompakt, 7 – 12 Jahre

Sich vor Gewalt zu schützen ist ein wichtiges Grundbedürfnis eines jeden Menschen. Selbstverteidigung beginnt im Kopf und nicht bei den Techniken. Dieser Kurs soll Kindern helfen, Gefahren zu erkennen, gefährliche Situationen zu vermeiden und sich im Notfall zur Wehr zu setzen. Wir möchten sensibilisieren, ohne Angst zu machen. Folgende Themen werden vermittelt: Gefühle als Warnsignal, Einschätzung von Situationen, Körpersprache, Mimik und Gestik bewusst einsetzen, Erfahren der eigenen Stärken, Nein-Sagen, Flucht und Hilfe, Notwehr, körperliche Verteidigung.

Der Kurs wird von zwei ausgebildeten „Nicht mit mir“-Kursleitern/-innen und Kindertrainern/-innen des Polizeisportvereins Frankfurt geleitet.

Zur Vorbereitung findet pro Kurs je ein Elternabend statt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und einen Imbiss

#### 6711-01 West Ilona Flick; Dieter Neumüller

Elternabend: Fr, 19.00 – 20.00 Uhr, **04. Feb., 1x**

Sa + So, 14.00 – 18.00 Uhr, **05. Feb. + 06. Feb., 2x**

BIKUZ Sporthalle; € 90

#### 6711-02 Nord Ilona Flick; Dieter Neumüller

Elternabend: Fr, 19.00 – 20.00 Uhr, **25. März., 1x**

Sa + So, 10.00 – 14.00 Uhr, **26. März + 27. März, 2x**

Nordwestzentrum; € 90

## Fit in die Schule

### Selbstbehauptung für Grundschul Kinder, 6 – 11 Jahre

Kennt ihr das: Ihr hattet ein „komisches“ Gefühl im Bauch und euch unwohl gefühlt? Ihr wusstet nicht, wie ihr damit umgehen sollt? Im Papperlapapp Kinder-Selbstbehauptungskurs lernt ihr, diese Situationen einzuschätzen und über eure Gefühle zu sprechen. Dabei schlüpft ihr in verschiedene Rollen und erhaltet Tipps, die euch in solchen Situationen weiterhelfen werden. Gemeinsam mit euren Eltern besprecht ihr, was ihr gelernt habt und bearbeitet eine kleine Hausaufgabe. Im Kurs werden folgende Themen vermittelt: Gefühle als Warnsignal, Einschätzung von Situationen, Körpersprache, Mimik und Gestik, Nein-Sagen, Flucht und Hilfe, körperliche Verteidigung, Handlungsimpulse.

Die Teilnahme der Eltern an einem kostenlosen Info-Elternabend

vor Beginn des Kurses wird erwartet. Die Elternabende finden jeweils montags 20.30 – 21.30 Uhr online via Zoom statt.

NEU im  
Programm

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Getränk

#### 6711-03 West Amalia Boutrid

Di, 14.30 – 15.30 Uhr, **15. Feb. – 22. März, 6x**

BIKUZ – Bildungs- und Kulturzentrum; € 65, Mat. Kosten € 15

#### 6711-04 West Amalia Boutrid

Di, 14.30 – 15.30 Uhr, **07. Juni – 12. Juli, 6x**

BIKUZ – Bildungs- und Kulturzentrum; € 65, Mat. Kosten € 15

## Trau dir was zu!

### Selbstbehauptungstraining für Introvertierte, 10 – 14 Jahre

NEU im  
Programm

In dem Workshop für Kinder und Jugendliche geht es um die Förderung eines gesunden Selbstbewusstseins, um den Aufbau des Selbstvertrauens und die Weiterentwicklung des positiven ICH-Gefühls. Im Mittelpunkt des Angebotes steht die Vermittlung von Handlungsstrategien im Umgang mit überfordernden Situationen. Der Workshop ist sehr praktisch, abwechslungsreich und lädt mit vielen spannenden Spielen und Übungen zum Mitmachen ein.

Bitte mitbringen: genügend Essen und Getränke für die Mittagspause sowie Hallenturnschuhe, Schlappchen oder Anti-Rutschsocken, bequeme Kleidung

#### 6711-05 Nord Valentin Ries

Sa, 09.30 – 15.30 Uhr, **02. Apr., 1x**

Nordwestzentrum; € 40

## Grown Girl

### Workshop für Mädchen, 15 – 19 Jahre

Mit smarten und erprobten Methoden werdet ihr auf die Herausforderungen des Lebens vorbereitet. Selbstbewusst und mit tollen kommunikativen Fähigkeiten ausgestattet, meistert ihr zukünftig jede Konfliktsituation. Ihr lernt die Körpersprache anderer zu lesen und eure eigene gekonnt einzusetzen. Wir erarbeiten gemeinsam Ziele und Visionen, sprechen über positive Glaubenssätze und stärken eure Stärken. So gewinnt ihr an Mut und an Vertrauen in eure eigenen Fähigkeiten. Frei nach dem Motto „Little girls with dreams become women with big visions.“

Kursinhalte:

- selbstbewusster werden und Selbstvertrauen aufbauen
- souveräner Umgang mit Konflikten und Kritik
- Körpersprache richtig einsetzen
- Schwächen kennen, Stärken stärken
- mit Social Media bewusst umgehen
- Visionen und Ziele erarbeiten und umsetzen

#### 6711-06 Arabella Zegarac

Sa + So, 09.30 – 13.30 Uhr, **07. Mai + 08. Mai, 2x**

VHS Sonnemannstraße; € 70

# Rhetorik

## Selbstbewusst vor Gruppen sprechen

### „Trau Dich!“-Kurs für Introvertierte, 12 – 14 Jahre

Du bist (eher) schüchtern, zurückhaltend und stehst nicht gerne im Vordergrund? Vor anderen Menschen zu sprechen fällt dir schwer? Referate und auch die mündliche Beteiligung im Unterricht sind für dich eine Herausforderung? In diesem Kurs kannst du dich mit Gleichaltrigen austauschen, denen es genauso geht wie dir. Zusammen finden wir heraus, um was du dir Sorgen machst und wie du damit umgehen kannst. Durch verschiedene Übungen lernst du dir selbst zu vertrauen und mutiger zu werden. Indem wir uns mit den Themen Körper- und Sprechdruck beschäftigen, erfährst du, wie du selbstbewusst(er) vor Gruppen sprechen kannst und dich dabei auch sicherer fühlst.

Bitte mitbringen: Imbiss und Getränke, bequeme Kleidung

**6712-01 Nord** Laura Fonzettì

Mo + Di, 10.00 – 16.00 Uhr, **11. Apr. + 12. Apr., 2x**  
Nordwestzentrum; € 82

## Mündlich gut!

### 12 – 15 Jahre

Für alle, die ihre mündlichen Noten verbessern wollen. In vielen spielerischen Übungen – auch mit Video – werden Redeängste abgebaut. Außerdem gibt es jede Menge Tipps und Anregungen, wie ihr den Unterricht in der Schule erfolgreich mitgestalten könnt.

Bitte mitbringen: Imbiss

**6712-02 Elke Wolf**

Sa, 10.00 – 16.00 Uhr, **02. Apr., 1x**  
VHS Sonnemannstraße; € 44

## Rhetorik für die Oberstufe

### 15 – 19 Jahre

Ob in der Schule oder im Alltag: Menschen sprechen vor anderen und mit anderen – und möchten dabei einen kompetenten und sympathischen Eindruck hinterlassen! Doch wie wirkst du? In diesem praxisorientierten Kurs stehen deine Vortragskompetenzen im Mittelpunkt. Bevor du dich selbst erprobst, lernst du die Grundlagen rhetorischer Prozesse kennen. Du reflektierst dein eigenes Sprechverhalten und lernst dich und deinen Vortragsinhalt in Szene zu setzen. Im geschützten Rahmen des Kurses probierst du dich mit vielen Übungen und Spaß aus. Dazu gehören auch Videoaufnahmen. So gewinnst du mehr Sicherheit für deine künftigen Vortragsituationen. Themen im Kurs sind Sprechdenken, Sprech- und Körperausdruck, Stimme,

NEU im  
Programm

Ferien-  
kurs

Argumentation, Verständlichkeit, Redegliederung und Lampenfieber bzw. Sprechangst.

Bitte mitbringen: Imbiss und Getränke

**6712-03** Laura Fonzettì

Sa, 10.00 – 16.00 Uhr, **07. Mai + 14. Mai, 2x**  
VHS Sonnemannstraße; € 82

# Lernstrategien

## Leichter lernen nach Lerntyp(en)

### 11 – 13 Jahre

Kennst du deinen Lerntyp? Falls nicht, kannst du ihn in diesem Kurs herausfinden und das hier erworbene Wissen so anwenden, dass du leichter und effektiver lernen kannst.

Bitte mitbringen: Stifte, Papier, Schnellhefter, Imbiss und Getränk

**6713-01** Biljana Varzic

Sa, 10.00 – 15.00 Uhr, **23. Juli, 1x**  
VHS Sonnemannstraße; € 44

**6713-02 Nord** Biljana Varzic

Sa, 10.00 – 15.00 Uhr, **19. Feb., 1x**  
Nordwestzentrum; € 44

# Umgangsformen

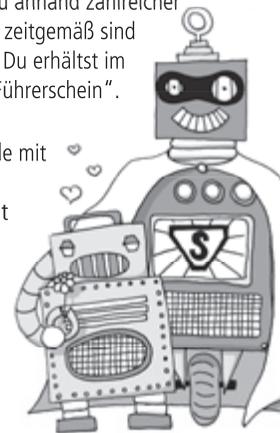
## Knigge für Kids

### 7 – 12 Jahre

Wer schon von klein auf die richtigen Umgangsformen lernt, hat es deutlich leichter im Leben. Wo immer Menschen miteinander zu tun haben, gelten bestimmte Regeln. Hier lernst du anhand zahlreicher praktischer Beispiele, welche Umgangsformen zeitgemäß sind und wie du diese im Alltag anwenden kannst. Du erhältst im Anschluss an den Workshop einen „Benimm-Führerschein“.

Themenschwerpunkte:

- Begrüßen und vorstellen: Kleine Unterschiede mit großer Wirkung
- Sag doch einfach „Hallo“: So kommst du mit anderen ins Gespräch
- Dein professioneller Auftritt in der Öffentlichkeit
- Umgang mit Zauber- und Schimpfwörtern
- Das kleine Einmaleins der großen Wirkung



- Der Kampf mit Messer und Gabel (praktisches Training beim Mittagessen, Kosten für Essen und ein Getränk enthalten)

■ Bitte nehmen Sie wegen des Mittagessens Kontakt zu uns auf,  
■ wenn ihr Kind bestimmte Lebensmittel nicht essen kann/mag.

#### 6714-01 *Elke Wolf*

Sa, 10.00 – 15.00 Uhr, **19. März, 1x**

VHS Sonnemannstraße; € 55, Mat. Kosten € 10

#### 6714-02 *Nord Elke Wolf*

Sa, 10.00 – 15.00 Uhr, **14. Mai, 1x**

Nordwestzentrum; € 55, Mat. Kosten € 10

## Knigge für Teenager

### 13 – 17 Jahre

Gutes Benehmen ist von vorgestern, anstrengend oder gar out? Keineswegs! Hier erfahrt ihr anhand praxisnaher Beispiele, wie man mit zeitgemäßen Umgangsformen im alltäglichen Kontakt mit Eltern, Lehrern, Freundinnen und Freunden punkten und auch schwierige Situationen souverän meistern kann.

Themenschwerpunkte:

- Benimm-Basics von A wie „Anfassen“ bis Z wie „Zuhören“
- So kommst du mit anderen ins Gespräch, ohne aufdringlich zu wirken
- Image und Outfit: So punktest du mit deiner Kleidung
- Tipps rund um die Bewerbung und das Vorstellungsgespräch
- Ellenbogen vom Tisch – gekonnter Umgang mit Messer, Gabel & Co. (praktische Unterweisung beim Mittagessen, Kosten für das Essen sind enthalten)

■ Bitte nehmen Sie wegen des Mittagessens Kontakt zu uns auf,  
■ wenn ihr Kind bestimmte Lebensmittel nicht essen kann/mag.

#### 6714-03 *Elke Wolf*

Sa, 10.00 – 15.00 Uhr, **25. Juni, 1x**

VHS Sonnemannstraße; € 55, Mat. Kosten € 10

## Wohin mit meiner Wut?

### 9 – 12 Jahre

Ihr bekommt im Rahmen dieses Kurses Zugang zu euren Gefühlen. Dabei lernt ihr in neuer, positiver Weise mit euren Aggressionen umzugehen. Ihr bekommt „Werkzeuge“ an die Hand, mit denen euch dies möglich wird.

Bitte mitbringen: genügend Essen und Getränke für die Mittagspause, Hallenturnschuhe, Schlappchen oder Anti-Rutschsocken, bequeme Kleidung

#### 6714-04 *Nord Valentin Ries; N.N.*

Sa, 09.30 – 15.30 Uhr, **19. März, 1x**

Nordwestzentrum; € 50

# Sprache und Schreiben

## Ran ans Mikro

### 9 – 11 Jahre

Hört ihr gerne Radio? Wolltet ihr schon immer mal einen Sender besuchen? Eine Aufnahme machen und selbst bearbeiten? All das könnt ihr zusammen mit einer erfahrenen Radiojournalistin im Radioworkshop „Ran ans Mikro“ machen. Unter professioneller Anleitung sucht ihr nach aktuellen und interessanten Themen, macht eine Umfrage, führt ein Interview oder vertont ein kleines Hörspiel. Ihr lernt, wie man mit einem professionellen Aufnahmegerät umgeht und das Tonmaterial am Computer bearbeitet. Geplant ist ein Besuch des Hessischen Rundfunks. Dort erhaltet ihr Einblicke in das Einmaleins der Rundfunkarbeit und seht vor Ort wie eine Sendung fürs Radio gemacht wird. Sollte dies nicht möglich sein, findet alternativ eine virtuelle Führung durch die Studios am PC statt.

Bitte mitbringen: Stift, Papier, Kopfhörer, wetterfeste Kleidung, Verpflegung

#### 6721-01 *Maria Bonifer*

Mo – Do, 09.30 – 13.30 Uhr, **11. Apr. – 14. Apr., 4x**

VHS Sonnemannstraße; € 89

## Romantik – mehr als Kitsch und rote Rosen

### Ein kreativer Schreibworkshop für Jugendliche, 13 – 15 Jahre

Wenn du denkst, eine blaue Blume sei eine ganz besondere Pflanze und Schlegel, Tieck und die Gebrüder Grimm Influencer ohne Smartphone oder Webcam, liegst du nicht ganz falsch. Auch zu ihren Zeiten wurden ihre Storys geteilt und geliked: Entdeckungen, Träume, Aufbegehren und starke Gefühle; die Epoche der Romantik hat viel zu bieten. Auch für dich? Genau das möchte ich mit dir und anderen herausfinden: Beim gemeinsamen Brainstormen, im kreativen Schreibfluss, aber auch bei einer Recherche im Romantik-Museum und vor allem beim Besprechen und Bearbeiten Eurer entstandenen Texte. Geschichten, Lieder, Gedichte, Briefe, Traumberichte, Phantasien – ganz egal, zu was euch dieser Kurs inspiriert: Eure Texte werden wir auf dem Fest des Museums für Romantik in Szene setzen.

Bitte mitbringen: Zettel, Stifte, Schreibunterlage

#### 6721-02 *Sonja Rudolf*

Sa, 14.30 – 16.30 Uhr, **28. Mai, 04. Juni, 11. Juni,**

Do, 14.30 – 16.30 Uhr, **16. Juni, Fr, 16.00 – 18.00 Uhr, 24. Juni, 5x**

VHS Sonnemannstraße (04. Juni + 24. Juni im Romantikmuseum);

€ 74, Mat. Kosten € 6

Ferien-  
kurs

NEU im  
Programm

## Schauspiel und Theater

### Kinderkrimi selbst gedreht

8 – 12 Jahre

In diesem Ferienkurs verfilmen wir unseren eigenen Krimi – zusammen mit einer Theaterleiterin und einem Kameramann. Wir entwickeln das Drehbuch mit kurzen Dialogen, verteilen die Rollen und zeigen, wie ihr euch gut in Szene setzt. Zusätzlich erklären die Kursleitungen anschaulich und kindgerecht die Berufsfelder an einem Filmset. Nach Ende des Kurses erhalten alle den Krimi auf einem USB-Stick.

Der Film soll zusätzlich im Offenen Kanal Rhein-Main gesendet werden, Termin wird bekannt gegeben. Eine schriftliche Zustimmung der Eltern ist hierfür erforderlich!

Bitte mitbringen: Anti-Rutsch-Socken oder Schläppchen, Snack und Getränk für die gemeinsame Pause  
Zusatzkosten: € 7 (im Kurs zu zahlen)

In Kooperation mit dem Offenen Kanal Rhein-Main.

**6722-01 Katharina Rossi; N.N.**

Fr, 14.30 – 18.00 Uhr, Sa + So, 10.00 – 14.00 Uhr, **08. Apr. – 10. Apr., 3x**  
VHS Sonnemannstraße; € 107

### Improvisationstheater „Glück“

8 – 12 Jahre

Ohne vorgegeben Text und Drehbuch begibst du dich beim Improvisationstheater in neue Orte, Zeiten und Rollen. Erlebe, was in dir steckt, und entdecke spielerisch neue Charakterzüge. Alles folgt dabei dem Tagesthema „Glück“. Finde im Improtheater heraus, was es für dich bedeutet.

Bitte mitbringen: Anti-Rutsch-Socken oder Schläppchen, Snack und Getränk für die gemeinsame Pause

**6722-02 Nord Katharina Rossi**

Fr, 14.30 – 17.30 Uhr, Sa, 10.00 – 14.00 Uhr, **13. Mai – 14. Mai, 2x**  
Nordwestzentrum; € 44

## Jonglage und Zirkus

### Besser lernen mit Zirkus-Artistik

6 – 12 Jahre

Gemeinsam wollen wir Zirkus als Bewegungskunst erkunden: Jonglieren, Balance und Akrobatik – der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Neben dem Spaß und der Freude am gemeinsamen Erarbeiten von neuen Kompetenzen und Fertigkeiten

Ferien-  
kurs

Ferien-  
kurs

bieten die Bewegungskünste viele Möglichkeiten zur Förderung von Selbstbewusstsein, Mut, Selbstständigkeit, Teamfähigkeit und Rücksichtnahme. Die motorischen Fähigkeiten werden hierbei spielerisch erweitert, koordinative Fähigkeiten, Ausdauer und Durchhaltevermögen werden geschult. Den Abschluss bildet ein kleiner Auftritt für Eltern, Freunde und Verwandte.

Bitte mitbringen: bequeme Bewegungs-/Sportkleidung, Hallenschuhe/Schläppchen, Getränk und Imbiss  
Zusatzkosten: € 3 für Material (im Kurs zu zahlen)

**6723-01 Nord Jana Bossecker**

Di – Fr, 09.00 – 12.45 Uhr, **19. Apr. – 22. Apr., 4x**  
Nordwestzentrum; € 86

### Poi Swinging am Nachmittag

8 – 12 Jahre

Du kannst von Jonglage und Zirkus nicht genug bekommen? Dann lern am Nachmittag noch das Poi Swinging. Bei Poi handelt es sich um einen an einer Schnur schwingenden Ball. In der Regel werden zwei Poi in verschiedenen Mustern um den eigenen Körper geschwungen. Der Flow stärkt nicht nur eure Konzentrationsfähigkeit, sondern verbessert auch eure Koordination. Bereits nach kurzer Zeit könnt ihr euch eigene Choreographien ausdenken und vor euren Freunden und Familie glänzen. Am Ende des Kurses könnt ihr kleinere Choreographien mit Poi erstellen und aufführen, aber auch frei improvisiert spielen.

Bitte mitbringen: Imbiss und Getränk, bequeme Kleidung, warme Socken oder Gymnastik-Schläppchen (Rutschfest)

**6723-02 Nord Jana Bossecker**

Di – Fr, 14.00 – 15.30 Uhr, **19. Apr. – 22. Apr., 4x**  
Nordwestzentrum; € 38

### Jonglieren lernen auf Englisch

10 – 13 Jahre

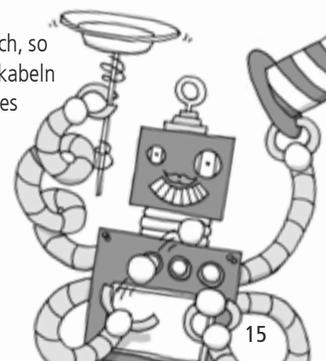
Du wolltest schon immer einmal Jonglieren lernen und die Bälle nur so durch die Luft wirbeln lassen? Dann bist du bei diesem Kurs genau richtig – mit einfachen Übungen erlernst du in sieben Wochen das Jonglieren mit drei Bällen. Die Vermittlung erfolgt auf Englisch, so dass du deinen Wortschatz um einige Vokabeln erweitern kannst und auch mal abseits des Klassenzimmers üben kannst, dich auf Englisch auszudrücken.

In den Materialkosten ist ein Jonglier-Set mit drei Bällen und englischer Anleitung enthalten.

NEU im  
Programm

Ferien-  
kurs

NEU im  
Programm



Bitte mitbringen: Imbiss und Getränk, bequeme Kleidung, warme Socken oder Gymnastik-Schlappchen

**6723-03 Nord** Jana Bossecker  
Mo, 15.30 – 17.00 Uhr, **21. Feb. – 04. Apr., 7x**  
Nordwestzentrum; € 75, Mat. Kosten € 30

## Fotografie

**Mit der Großformatkamera fotografieren**  
**Mit etwas Geduld zum sofortigen Ergebnis,**  
**8 – 10 Jahre**

NEU im  
Programm

Die alte Großformatkamera ist etwas ganz Besonderes und bietet die seltene Gelegenheit, sich einmal voll und ganz auf die analoge Fotografie einzulassen. So wie die alten Meister: Motivsuche, unterm Tuch versteckt, selbst scharfstellen, die Zeit messen, die Blende einstellen und dann auslösen. Das Ergebnis ist ein Sofortbild, welches ein absolutes Unikat ist.

**6724-01** Ina Hengstler  
Sa, 14.00 – 17.00 Uhr, **07. Mai, 1x**  
VHS Sonnemannstraße; € 21, Mat. Kosten € 12

## Malen und Zeichnen

**Kreativ und mutig**  
**Kreativität fördern, Ressourcen stärken**  
**für Introvertierte, 8 – 12 Jahre**

NEU im  
Programm

Woche für Woche werdet ihr zum Künstler und zur Künstlerin. Ihr gestaltet Bilder mit Pastellkreide, Gouache und Collagen. Als Anregungen dienen euch eure Stimmungen, Märchen oder Bilder im Kopf. Dabei werdet ihr euch eurer eigenen Stärken bewusst und ihr erfahrt auch, was Anderen guttut. Vielleicht ist da auch etwas Neues für euch dabei? Der Kurs findet in einer ruhigen, bewertungsfreien Atmosphäre ohne Konkurrenzdruck statt. Bei den gemeinsamen Betrachtungsrunden steht ihr mit euren Kunstwerken und Gedanken im Mittelpunkt.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier A3, Bleistifte, Buntstifte, Spitzer und Radiergummi, Bastelkleber, Haarpinsel (versch. Größen), Wasserbehälter, Malkittel

**6725-01 West** Katja Piontek  
Sa, 14.00 – 17.00 Uhr, **05. März – 19. März, 3x**  
BIKUZ – Bildungs- und Kulturzentrum; € 60, Mat. Kosten € 7

**6725-02 West** Katja Piontek  
Mi – Fr, 14.00 – 17.00 Uhr, **27. Juli – 29. Juli, 3x**  
BIKUZ – Bildungs- und Kulturzentrum; € 60, Mat. Kosten € 7

**Malerhandwerk**  
**ab 10 Jahre**

NEU im  
Programm

Ferien-  
kurs

Lust, einmal anders in die Farben- und Formenwelt einzutauchen? Für Mädchen und Jungen, die gerne neue Techniken kennen lernen und gleichzeitig so richtig in das „Malerhandwerk“ eingeführt werden wollen. Es geht um Farbenlehre, Komposition und zeichnerisches Darstellen, aber auch um Freude am kreativen Schaffen und Spaß am spielerischen Lernen. Also: Auf in den Malkittel und los geht's!

Bitte mitbringen: Zeichenblock, Blei-/Buntstifte, Spitzer, Pinsel verschiedener Stärken, Wasserfarben, Imbiss

**6725-03** Katja Piontek  
Mo + Di, 09.30 – 12.30 Uhr, **11. Apr. + 12. Apr., 2x**  
VHS Sonnemannstraße; € 43

**Charakterdesign**  
**ab 13 Jahre**

NEU im  
Programm

Im Handumdrehen lernst du, wie Profis einen eigenständigen Charakter für Comic, Manga & Co. entwickeln. Am Beginn steht die Hintergrundgeschichte für deine Figur – egal ob du an einen traurigen Superhelden, ein verfressenes Alien oder einen singenden Roboter denkst. Bevor du ans Zeichnen gehst, wirst du deine Ideen skizzieren, und anschließend erhält deine Figur noch einen bunten Anstrich. Schritt für Schritt entsteht so dein einzigartiger und individueller Charakter, dem du Leben einhauchst.

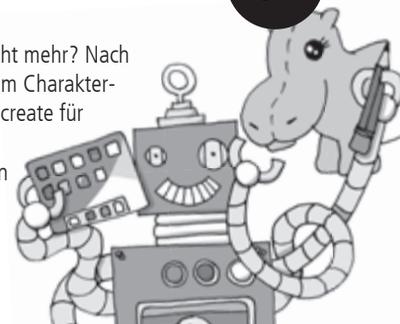
Für den Kurs benötigst du keine zeichnerischen Grundkenntnisse, dafür sind Spaß und Freude am Ausprobieren Voraussetzung.

**6725-04** Mikhail Svyatskiy  
Sa + So, 09.30 – 12.30 Uhr, **07. Mai + 08. Mai, 2x**  
VHS Sonnemannstraße; € 60/max. 6 TN

**Characterdesign in der App Procreate**  
**auf dem iPad**  
**ab 13 Jahre**

NEU im  
Programm

Zeichnen auf Papier langt dir nicht mehr? Nach einer allgemeinen Einführung zum Charakterdesign lernst du mit der App Procreate für das iPad das digitale Zeichnen und Colorieren. Du erhältst einen Überblick über alle Kreativtools



der App und erstellst du deine ersten eigenen Figuren – komplett digital. Am Ende des Kurses hast du deine eigene, individuelle und einzigartige Figur, die du für deine Comics, Mangas oder anderen Kreativprojekte nutzen kannst. Was du mitbringen musst: Spaß und die Freude am Ausprobieren.

Die iPads werden gestellt. Du kannst aber auch gerne dein eigenes iPad mit der installierten App Procreate, dem Apple Pencil und Ladegerät mitbringen. Der Kurs ist auf sechs Personen beschränkt.

### 6725-05 Mikhail Svyatskiy

Sa + So, 09.30 – 12.30 Uhr, **11. Juni + 12. Juni, 2x**  
VHS Sonnemannstraße; € 60/max. 6 TN

## Experimente

### Chemie und Physik im Alltag

7 – 12 Jahre

Experimente ohne Labor: Mit Töpfen und Gläsern, Stoffen und Gegenständen aus Küche und Alltag werden wir richtige Experimente durchführen. Gemeinsam erforschen wir Flüssigkeiten und Feststoffe, Gase, Lösungen und vieles mehr. Dank der Neugierde und dem Wissensdurst werden naturwissenschaftliche Grundbegriffe, Methoden und Reaktionen spielerisch eingeführt und vertieft. In den Osterferien steht Spannendes rund um das Ei im Mittelpunkt.

Bitte mitbringen: einen Snack für die gemeinsamen Pausen  
Zusatzkosten: € 7 für Material (im Kurs zu zahlen)

### 6726-01 Effat Hosseini

Mo + Di, 10.00 – 13.00 Uhr, **11. Apr. + 12. Apr., 2x**  
VHS Sonnemannstraße; € 52, Mat. Kosten € 7

### 6726-02 Nord Effat Hosseini

Mi + Do, 10.00 – 13.00 Uhr, **13. Apr. + 14. Apr., 2x**  
Nordwestzentrum; € 52, Mat. Kosten € 7

Ferien-  
kurse



## Nadel und Faden

### Buchbinden

8 – 10 Jahre

In diesem Kurs schauen wir uns kleine kompakte Buchformate an, die wir auf einfache Art und Weise selbst herstellen können. Diese sind später nutzbar als Scrapbook, Tagebuch, Notiz- oder Skizzenbuch – zum Behalten oder Verschenken. Dafür werden unterschiedliche Papiere zur Verfügung gestellt.

Bitte mitbringen: Teelicht, Nadel, Sternzwirn (o.ä.), Bleistift, Schere, Cutter, Lineal

### 6727-01 Nord Ina Hengstler

Sa, 14.00 – 17.00 Uhr, **12. März, 1x**  
Nordwestzentrum; € 23, Mat. Kosten € 10

### Ferien-Nähkurse für Jugendliche für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene, ab 10 Jahren

Ob Shirt, Top, Rock, Boxershorts, Handytäschchen oder große Tasche – entsprechend eurem Kenntnisstand wählt ihr ein geeignetes Wunschstück und euren Lieblingsstoff aus. Dann lernt jede/r an ihrem/seinem Stück die Grundfertigkeiten des Nähens: Nähmaschine einfädeln, geradeaus nähen, Zickzackstich, Schnitte übertragen, Stoff zuschneiden. Am Schluss habt ihr ein Modell nach euren Wünschen – und vielleicht ein neues Hobby.

Zusatzkosten: ca. € 10–20 für Stoff, Garn etc., je nach gewählter Qualität und Menge. Weitere Information (und auf Wunsch individuelle Beratung) über geeignete Nähprojekte/Stoffe erfolgt vor Kursbeginn.

Nähmaschinen sind vorhanden – ihr dürft aber auch gerne eure eigene Maschine mitbringen.

### 6728-20 ① Milena Ariane Kossmann

Mo–Do, 11.00 – 15.00 Uhr, **11. Apr. – 14. Apr., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 84/max. 7 TN

### 6728-22 ① Birgit Hans-Czaplok

Di–Fr, 13.00 – 17.00 Uhr, **19. Apr. – 22. Apr., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 84/max. 7 TN

### 6728-30 ① Milena Ariane Kossmann

Mo–Do, 11.00 – 15.00 Uhr, **01. Aug. – 04. Aug., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 84/max. 7 TN

### 6728-32 ① Birgit Hans-Czaplok

Mo–Do, 13.00 – 17.00 Uhr, **29. Aug. – 01. Sep., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 84/max. 7 TN

NEU im  
Programm

Ferien-  
kurse



## Bewegung

### Capoeira – Förderung aller Sinne

8 – 12 Jahre

Capoeira ist eine brasilianische Kampfkunst und verbindet Tanz, Akrobatik und Musik. Dementsprechend macht es sehr viel Spaß und fördert dabei die Koordination aller Sinne.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sportschuhe und einen Imbiss

**6731-01 Nord** *Beatriz Dos Santos Barbosa*

Sa + So, 09.30 – 12.30 Uhr, **09. Apr. + 10. Apr., 2x**  
VHS Sonnemannstraße; € 56

### HipHop, Streetdance etc.

8 – 11 Jahre

Tanzen, wie es euch Spaß macht: Es gibt eine Vielfalt von Möglichkeiten, sich zu Musik zu bewegen, angefangen von Basics über Streetdance bis Freestyle. Nach einem Aufwärmtraining erlernt ihr verschiedene Schritte und Figuren, die zu einer kompletten Choreographie zusammengefügt werden können. Damit könnt ihr dann auf jedem Event glänzen. Jede/-r kann tanzen! Vor allem: Es soll Spaß machen!

Bitte mitbringen: Turnschuhe mit heller Sohle, Kleidung mit Bewegungsfreiheit, Snack für die gemeinsame Pause

**6731-02 Silvia Cucek**

Mo – Mi, 09.30 – 12.30 Uhr, **11. Apr. – 13. Apr., 3x**  
Dr. Hoch's Konservatorium; € 65

Ferien-  
kurs

## Sprachen

### Online-Kurs: Deutsch für Teens

13 – 14 Jahre

Woche für Woche treffen wir uns online und sprechen über ein ausgewähltes Thema. Spielerisch baut ihr dabei euer Vokabular aus und lernt voneinander. Aber keine Sorge: es muss nicht perfekt sein, vielmehr gilt es Sprachängste abzubauen. Wichtig ist uns, dass ihr miteinander ins Gespräch kommt, um die vielen Facetten der deutschen Sprache kennen zu lernen. Dabei trifft ihr auf andere, die Deutsch auch als Fremdsprache wahrnehmen. Als Gruppe lernt ihr, was ihr gemeinsam bewerkstelligen könnt – trotz möglicher kultureller und sprachlicher Unterschiede.

**6740-01 Max Piesker**

Mi, 15.30 – 16.30 Uhr, **09. Feb. – 30. März, 8x**  
Online-Kurs; € 120

NEU im  
Programm

### Englisch für Youngsters

7 – 10 Jahre

Wir machen eine Entdeckungsreise in die englische Sprache. Dabei lernst du (fast) wie von selbst, auch mit Spielen, Liedern und kleinen Gedichten!

Bitte mitbringen: Schreibmaterialien, Schere, Kleber

Bitte beachten: Die Kinder sollten bereits zuverlässig lesen und schreiben können, aber noch in der Grundschule!

Zusatzkosten: € 3 für Kopien (im Kurs zu zahlen)

**6741-01 Nord** *Alka Popat*

Fr, 15.00 – 16.00 Uhr, **01. Apr. – 08. Juli, 10x**  
Nordwestzentrum; € 78

### Englisch conversation kids

Für Kinder mit Grundkenntnissen, 7 – 10 Jahre

Der gemeinsame Austausch und die mündliche Sprachverbesserung stehen bei diesem Kurs an erster Stelle. Mit Spiel und kreativen Basteleien, Liedern und Gedichten lernst du neue Vokabeln und wendest sie aktiv an. Deine Hobbies und Interessen bieten Anlass für Gespräche. Dabei profitierst du vom Wissensstand der Anderen und der kleinen Lerngruppe.

Zusatzkosten: € 3 für Kopien (im Kurs zu zahlen)

**6741-02 Nord** *Alka Popat*

Fr, 15.00 – 16.00 Uhr, **01. Apr. – 08. Juli, 10x**  
Nordwestzentrum; € 78

### Keep fit in English

Keine Lust mehr auf Probleme in Englisch? Hier bietet sich die Gelegenheit, Unsicherheiten im Umgang mit der englischen Sprache abzubauen, Kenntnisse aufzufrischen und zu vertiefen, je nach euren Bedürfnissen und Voraussetzungen. Wir arbeiten in kleinen Gruppen und ihr habt viele Möglichkeiten zum Sprechen, so dass Vokabeln und Grammatik fast „nebenbei“ gelernt werden.

Zusatzkosten: € 3 für Kopien (im Kurs zu zahlen)

#### ● 6. Klasse

**6741-04** *Alka Popat*

Mo – Do, 09.00 – 12.00 Uhr, **11. Apr. – 14. Apr., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 80

#### ● 7./8. Klasse

**6741-05** *Sarah Tietz-Bossard*

Mo – Do, 09.00 – 12.00 Uhr, **11. Apr. – 14. Apr., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 80

Ferien-  
kurse

● **9./10. Klasse**

**6741-06** Iara Barros

Mo – Do, 09.00 – 12.00 Uhr, **11. Apr. – 14. Apr., 4x**

VHS Sonnemannstraße; € 80

**Spanisch für Anfänger/-innen**

**8 – 12 Jahre**

Anhand von Alltagssituationen werden in spielerischer, kindgerechter Form verschiedene Themen bearbeitet: sich vorstellen, Tiere, Zahlen, Familie, Farben, Essen und Trinken etc. Die Sprache wird ganzheitlich und kreativ gelernt, um schnell erste Erfolge zu erzielen. Auch für Kinder mit geringen Vorkenntnissen geeignet.

Zusatzkosten: € 3 für Kopien (im Kurs zu zahlen)

**6745-01 West** María Vázquez

Sa, 11.15 – 12.15 Uhr, **30. Apr. – 02. Juli, 10x**

BIKUZ – Bildungs- und Kulturzentrum; € 72

**Farsi für Kinder**

**5 – 8 Jahre**

Mit Spielen, Kinderbüchern und künstlerischen Ausdrucksformen lernen die Kinder die neupersische Sprache und Schrift. Konversationsübungen greifen den Alltag der Kinder auf: Familie, Feste, Schule, Essen und Trinken. Farsi wird ganzheitlich und kreativ gelernt, um schnell erste Erfolge zu erzielen.

**6746-01** Farzaneh Akbarinia-Rajabzadeh

Fr, 15.30 – 17.00 Uhr, **04. Feb. – 08. Apr., 10x**

VHS Sonnemannstraße; € 80

● **für Kinder mit ersten Grundkenntnissen**

Nach den ersten Gesprächen rund um Schule und Familie geht es weiter. Spielerisch, mit Büchern und viel Kreativität lernen die Kinder neue Themenbereiche kennen und bauen ihren Wortschatz aus.

**6746-02** Farzaneh Akbarinia-Rajabzadeh

Fr, 17.00 – 18.30 Uhr, **04. Feb. – 08. Apr., 10x**

VHS Sonnemannstraße; € 80

NEU im  
Programm

## Digitale Bildung und Medienkompetenz

### Sicher im Netz!

**Erlerne das Internet ABC, ab 9 Jahren**

Internet-Neulinge lernen hier das Internet ABC. Was kann man offen im Internet über jeden von uns erfahren? Was machen Maschinen mit den ihnen zur Verfügung stehenden Daten? Wie können alte Fotos und Informationen wieder gelöscht werden? Ihr lernt alle relevanten Sicherheitsaspekte rund um das Web kennen: Von der gezielten Nutzung von Suchmaschinen über die sichere Beurteilung von Webseiten bis hin zum Kennenlernen verschiedener digitaler Kommunikationsmöglichkeiten und den damit verbundenen Chancen und Risiken.

Bitte mitbringen: Stifte, Papier, USB-Stick, Schnellhefter, Imbiss und Getränk

**6751-01** Biljana Varzic

Mo – Do, 09.30 – 12.30 Uhr, **11. Apr. – 14. Apr., 4x**

VHS Sonnemannstraße; € 82

Ferien-  
kurs

### PowerPoint 2019

**oder wie man sich die Aufmerksamkeit der Zuhörer sichert, ab 12 Jahren**

Ein gutes Referat ist doch kein gutes Referat, wenn es Inhalte nicht veranschaulicht und schlecht vorgetragen wird. Mit dem Programm PowerPoint 2019 erhaltet ihr eine wirkungsvolle Unterstützung bei der Visualisierung Eurer Inhalte. Mit Hilfe von Bildern, Videos, Animationen, Übergängen etc. gelingt es einen mündlichen Vortrag anschaulich und effektiv zu gestalten. Ihr wählt dazu ein Thema aus, das euch gefällt (z.B. einen Lieblingsfilm oder ein Hobby) und gestaltet eine Präsentation.

Bitte mitbringen: Stifte, Papier, USB-Stick, Schnellhefter, Imbiss und Getränk

**6753-01** Biljana Varzic

Mo – Do, 13.30 – 16.30 Uhr, **11. Apr. – 14. Apr., 4x**

VHS Sonnemannstraße; € 82

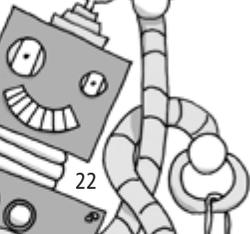
Ferien-  
kurs

**Internetrecherche, Word und Excel  
Kompaktkurs für Schule und Freizeit,  
11 – 13 Jahren**

Erweitere deine digitalen Kompetenzen und lerne, wie du beim Surfen im Internet den Browser richtig einstellst und deine Suche gezielt steuerst. Erfahre außerdem, wie du beliebige Office-Apps geschickt für Freizeit und Schule nutzen kannst: Lerne,

NEU im  
Programm

Ferien-  
kurs



wie du mit der App „Word 2019“ Briefe, Einladungskarten, Namensschilder und Poster ansprechend mit Text und Bildern gestaltest. Und erfahre, wie du mit der App „Exce 2019“ Tabellen und Diagramme erstellst sowie einfache mathematischen Berechnungen durchführst – und dafür brauchst du gar kein Genie in Mathe zu sein! Lerne neue Profi-Tricks für die Internetrecherche und die beiden Office-Apps kennen – früher oder später wirst du sie brauchen. Lass Dich inspirieren!

Voraussetzung: keine bis geringe PC-Grundkenntnisse  
Bitte mitbringen: Stifte, Papier, USB-Stick, Schnellhefter, Imbiss und Getränk

**6753-02** *Biljana Varzic*  
Di – Fr, 09.30 – 12.30 Uhr, **19. Apr. – 22. Apr., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 82

## Digitale Bildbearbeitung mit GIMP, ab 12 Jahren

Kreativität und PC schließen sich nicht aus. Es macht viel Spaß mit Bildbearbeitungsprogrammen zu experimentieren und diese Fähigkeiten werden in der Schule, in der Freizeit und später im Beruf immer gefragt. Ihr lernt Bilder zu bearbeiten, Comics zu zeichnen und Flyer oder Plakate zu erstellen: Und das mit Spaß! Außerdem lernt ihr freie Bildbearbeitungsprogramme kennen und nutzen – und könnt dabei eure Kreativität nach Herzenslust ausleben.

Bitte mitbringen: Stifte, Papier, USB-Stick, Schnellhefter, Imbiss und Getränk

**6753-03** *Biljana Varzic*  
Di – Fr, 13.30 – 16.30 Uhr, **19. Apr. – 22. Apr., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 82

## Schreibtechnik

### Mit 10 Fingern am PC für Anfänger/-innen ab 11 Jahren

Habt ihr nicht auch genug davon, mit zwei Fingern auf der Tastatur herumzustochern? Ihr lernt systematisch das Tastenfeld kennen: Ziel ist es, mit zehn Fingern „blind“ zu schreiben. Eine gute Vorbereitung für den Umgang mit dem PC!

#### ● Mit „Calli Clever“

Wir arbeiten im Kurs mit dem Tastschreibprogramm „Calli Clever“, mit dem ihr auch weitere 5 Wochen zu Hause weiterüben könnt.

Bitte mitbringen: Buntstifte (rot, blau, grün, gelb), Lineal, Imbiss

**6755-01** *Vivian Endisch-Kocyba*  
Mo + Di, 13.30 – 17.15 Uhr, **11. Apr. + 12. Apr., 2x**  
VHS Sonnemannstraße; € 99, Mat. Kosten € 14

Ferien-  
kurs

Ferien-  
kurse

**6755-02** *Vivian Endisch-Kocyba*  
Mo + Di, 09.00 – 12.45 Uhr, **11. Apr. + 12. Apr., 2x**  
VHS Sonnemannstraße; € 99, Mat. Kosten € 14

#### ● Mit dem Schreibtrainer

Ab Mittwoch werdet ihr euren Fortschritt testen und eure Anschläge pro Minute herausfinden. Am Ende bescheinigen wir euch eure Anschläge.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial, Imbiss

**6755-03 Nord** *Heidi Katting*  
Mo – Do, 09.00 – 12.45 Uhr, **11. Apr. – 14. Apr., 4x**  
Nordwestzentrum; € 99

**6755-04 Nord** *Heidi Katting*  
Mo – Do, 13.30 – 17.15 Uhr, **11. Apr. – 14. Apr., 4x**  
Nordwestzentrum; € 99

#### ● Ferienkurs für Teens ab 15 Jahren

Egal ob ihr euch zukünftig für Studium oder eine Berufsausbildung entscheidet. Mit der 10-Finger-Schreibtechnik seid ihr bestens darauf vorbereitet am PC Texte schnell zu verfassen und zu bearbeiten. Im Kurs erarbeitet ihr euch das Tastenfeld systematisch und lernt mit zehn Fingern „blind“ zu schreiben. Nicht nur eine echte Zeitersparnis für euch, sondern auch eine optimale Voraussetzung für eine routinierte Arbeit am PC. Am Ende bescheinigen wir euch eure Anschläge.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial, Imbiss

**6755-11** *Heidi Katting*  
Di – Fr, 09.00 – 12.00 Uhr, **19. Apr. – 22. Apr., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 99

**6755-12** *Heidi Katting*  
Di – Fr, 12.30 – 15.30 Uhr, **19. Apr. – 22. Apr., 4x**  
VHS Sonnemannstraße; € 99

## Online Programmieren auf Zoom

### Online-Kurs: Python Basiskurs ab 14 Jahre

Programme steuern nicht nur dein Smartphone, sondern auch den Verkehr, und vieles im Haushalt. Aber ist Programmieren nur etwas für Profis? In diesem Kurs lernst du die Grundlagen der Programmiersprache Python. Das erste kleine Spiel ist schon am ersten Tag programmiert. Am Ende des zweiten Tages wirst du dann feststellen, dass Programmieren keine schwarze Magie ist, sondern sogar Spaß macht. Wenn du keine oder wenig Erfahrung mit Pro-

NEU im  
Programm

grammieren (z.B. Scratch) hast und gerne knobelst, bist du in diesem Kurs genau richtig.

**6756-01** Simone Falk-Hiller

Sa + So, 10.00 – 13.15 Uhr, **05. Feb. + 06. Feb., 2x**

Online-Kurs; € 60/max. 5 TN

### Online-Kurs: Discord Bots selber bauen mit Python ab 14 Jahre

NEU im Programm

Wenn du schon auf Discord gechattet hast und eventuell einen eigenen Discord-Server betreibst, kennst du sicher auch schon ein paar Bots. Wir schauen einmal hinter die Kulisse und bauen selber Bots mit der Programmiersprache Python. Was die Bots können, ist dabei dir überlassen und hängt davon ab, wie gut du schon programmieren kannst.

Es werden erste Python-Kenntnisse vorausgesetzt, wie sie z.B. im Python-Basiskurs behandelt werden: Variablen, Listen, Funktionen, Verzweigungen, Schleifen.

Du benötigst einen Account für Discord und einen Zugang für das Discord Developer Portal.

**6756-02** Simone Falk-Hiller

Sa + So, 10.00 – 13.15 Uhr, **19. Feb. + 20. Feb., 2x**

Online-Kurs; € 60/max. 5 TN

### Online-Kurs: Zeichnen mit Java für Mädchen ab 14 Jahre

NEU im Programm

Dieser Kurs spricht alle Mädchen an, die gerne kreativ sind. Dabei dürft ihr das Chaos und den Zufall genauso lieben, wie angespitzte Buntstifte in einer Reihe farbig sortiert. Beides führt zu faszinierenden Grafiken: Bunte schrille Bilder und Figuren mit tollen Geometrien.

Voraussetzung: Neugierde, Spaß am Experimentieren, Gelassenheit bei Fehlern und ein wenig Interesse am Programmieren. Erste Programmierkenntnisse wären schön, es ist aber keine Voraussetzung. Bitte vorab einen kostenlosen Account bei Sololearn.com einrichten.

**6756-03** Simone Falk-Hiller

Sa + So, 10.00 – 13.15 Uhr, **05. März + 06. März, 2x**

Online-Kurs; € 60/max. 5 TN

## Filmforum-höchst

### Kino für die ganze Familie

Als Kino der Frankfurter Volkshochschule betreibt das Filmforum Höchst eine gezielte Nachwuchsförderung. Mit einem handverlesenen Programm erleben Kinder einen altersgerechten Zugang zum Thema Film. In der Kinderfilmreihe werden jeden Monat vier Kinderfilme gezeigt. Die Vorführungen finden an Freitag- und Sonntagmitten tagen statt.

Das Filmforum beteiligt sich an den Hessischen Schulkinowochen, am französischen Schüler- und Jugendfestival Cinéfête sowie am Filmfestival Britfilms. Auf Nachfrage führt das Kino Sonderveranstaltungen für Schulen und Kitas durch.

Das aktuelle Kinoprogramm finden Sie im Internet unter [www.filmforum-hoehst.de](http://www.filmforum-hoehst.de)

### Filmforum Höchst

Emmerich-Josef-Straße 46a

65959 Frankfurt a.M. (Höchst)

### Vorstellungsbeginn

Hauptprogramm täglich 18.30 und 20.30 Uhr

Kinderprogramm Fr 14.30 Uhr und So 15 Uhr

### Reservierung

Telefon 069 212-45714

### Eintritt

€ 7, mit Frankfurt-Pass ermäßigt € 3,50

### Unser Angebot für „Vielgucker“

Sie zahlen zehn Filme, den elften sehen Sie kostenlos. An der Kasse erhalten Sie jederzeit ein Stempel-Kärtchen.

### Anfahrt

#### Öffentliche Verkehrsmittel

bis Station Frankfurt Höchst Bahnhof (ca. 4 min. Fußweg)

S-Bahn: Linie S1 und S2

Regionalbahn: R10, R12, R13, RB20 und RE20

Bus: Linie 50 – 59, 253 und 804

### Parken

Höchster Markt, abends kostenfrei



**Volkshochschule Frankfurt am Main**

Sonnemannstraße 13  
60314 Frankfurt am Main

**Telefon** 069 212-71501

**Fax** 069 212-71500

**E-Mail** [vhs@frankfurt.de](mailto:vhs@frankfurt.de)

**Internet** [vhs.frankfurt.de](http://vhs.frankfurt.de)

In Kooperation mit:

medienprojektzentrum   
**offener kanal** rhein-main

 **LPR**  
h e s s e n

LPR Hessen – Hessische Landesanstalt  
für privaten Rundfunk und neue Medien

