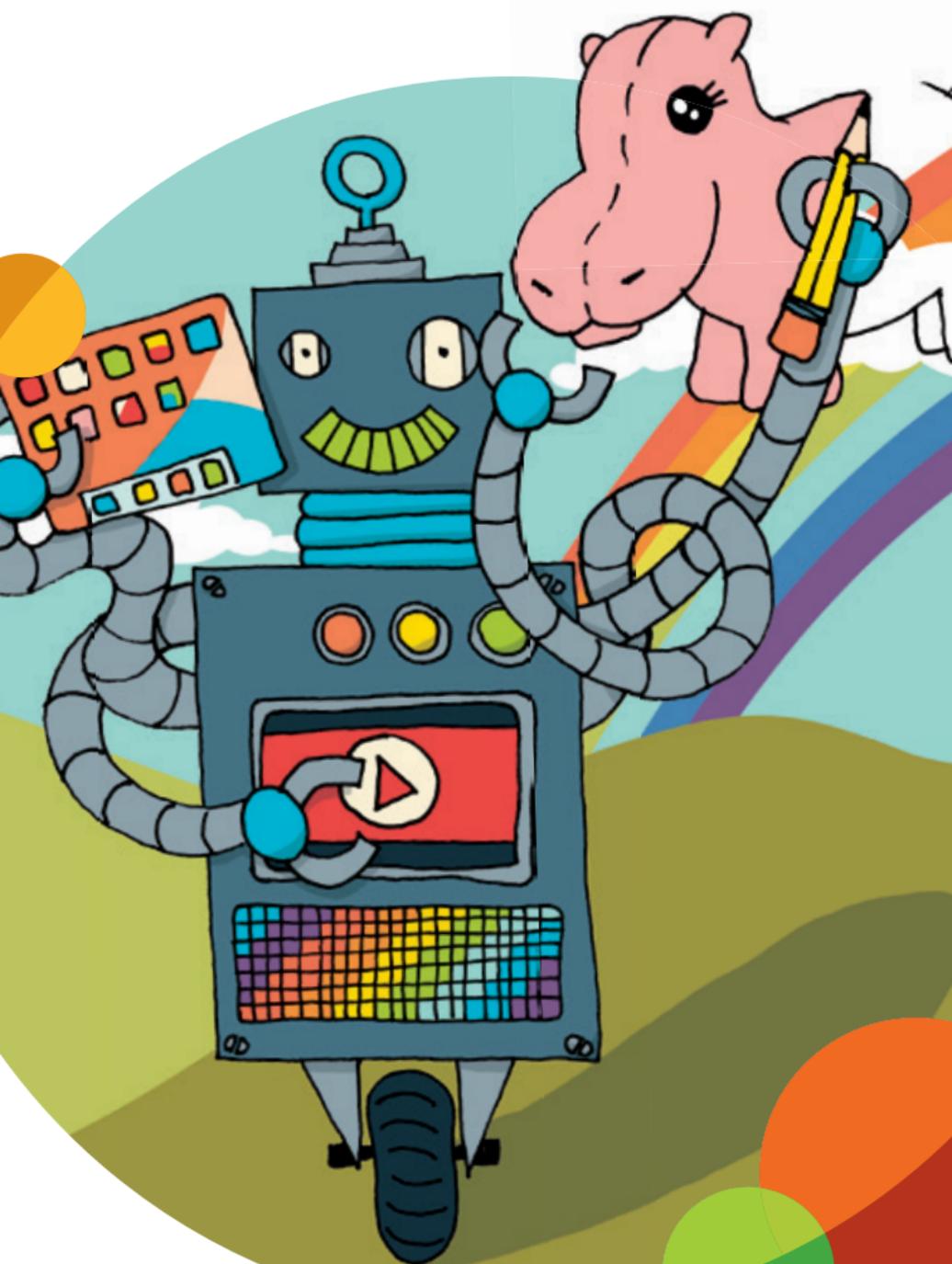


junge vhs

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



Programm
Herbst/Winter 2021/22

Über uns

Seit mehr als 20 Jahren begleitet die Junge VHS das Heranwachsen und Erwachsenwerden von Kindern und Jugendlichen zwischen sechs und 18 Jahren. Dabei bietet der Angebotsbereich für die „Jüngsten“ interessante, spannende und hilfreiche Veranstaltungen zu großen und kleinen Themen.

Das Programm orientiert sich an den Wünschen und Bedürfnissen von Kindern und Jugendlichen, egal ob sie Lust auf z.B. HipHop oder Mangas haben, unsicher im Umgang mit dem Computer sind oder das Theaterspielen ausprobieren wollen. Aber auch der Umgang mit Gefühlen, Frustration oder Glück stehen in diesem Halbjahr auf dem Programm.

Viele Kurse sind auf Anregung von Jugendlichen oder interessierten Eltern entstanden, nicht wenige werden auch von Jugendlichen, die bereits volljährig sind, durchgeführt.

Die „junge VHS“ bewegt sich an der Schnittstelle zwischen Schule und Jugendarbeit – nicht als Konkurrenz, sondern als Ergänzung zu dem Angebot, das über Schulen, in Jugendhäusern, Vereinen oder anderen Institutionen organisiert wird.

Ansprechpersonen

Als Junge VHS bieten wir Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche zu unterschiedlichen Themen an. Sie wünschen sich ein neues Angebot? Dann freuen wir uns auf Ihren Vorschlag.

Für Schulen, Institutionen oder Vereine planen wir auch maßgeschneiderte Kurse aus unserer gesamten Angebotspalette.

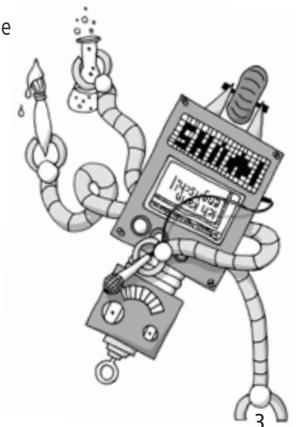
Haben Sie Interesse? Dann setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

Magdalena Kneisel 069 212-35545

Annette Lück-Triglia 069 212-39834

E-Mail junge.vhs@stadt-frankfurt.de

Internet vhs.frankfurt.de/jungevhs



Wegweiser Bildungsangebote für Schulen

Bildungsplattform mit über 350 Angeboten in Frankfurt a.M.

Kennen Sie schon den „Wegweiser Bildungsangebote für Schulen“? Der Wegweiser gibt einen Überblick über die vielseitigen außerschulischen Möglichkeiten Kultur und Bildung in Frankfurt zu erfahren. Stadtgeschichtliche Führungen für Schülerinnen und Schüler, Workshops zur Gewaltprävention, Erlebnistage im Grünen oder wie verhalte ich mich im Straßenverkehr richtig, sind nur einige Beispiele, die für Schulen angeboten werden.

Die Stadt Frankfurt und viele weitere Institutionen bieten Bildungsangebote für Schulen an: Angebote, die über den normalen Unterricht weit hinaus reichen. Es stehen aktuell über 350 Bildungsangebote zur Verfügung.

Hier finden Sie den Wegweiser:

www.frankfurt.de/bildungsangebote

Auf einen Blick

Über uns und Ansprechpersonen	3
Kursanmeldung und Information.....	6
Kinderfilmprogramm im Filmforum Höchst	23

Selbstbehauptung, Selbsterfahrung, Bewegung

Power Yoga für Kinder, 7 – 10 Jahre.....	8
Capoeira – Förderung aller Sinne, 8 – 12 Jahre	8
HipHop, Streetdance etc., 8 – 11 Jahre	8
Neu: Grown Girl – Workshop für Mädchen, 15 – 19 Jahre.....	9
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung – Nicht mit mir! 7 – 12 Jahre.....	9
Wohin mit meiner Wut? 9 – 12 Jahre.....	10

Knigge

Knigge für Kids, 7 – 12 Jahre.....	10
Knigge für Teenager, 13 – 17 Jahre	11

Schulische Förderung

Leichter lernen nach Lerntyp(en), 11 – 13 Jahre	11
Neu: Rhetorik für die Oberstufe, 15 – 19 Jahre.....	11
Mündlich: Gut! 12 – 15 Jahre.....	12

Geld und Wissen

Geld und Wissen: Zauber Dein Geld nicht weg, 7 – 12 Jahre	12
Sicherheitstraining für Dein Geld: Gold, Geld oder ausgeben? 13 – 18 Jahre.....	13

Kreativität

Wir machen Radio, 9 – 13 Jahre.....	13
Kinderkrimi selbst gedreht, 8 – 12 Jahre	14
Theaterspielen in Englisch, ab 11 Jahren.....	14
Improvisationstheater „Glück“, 8 – 12 Jahre	14
Besser lernen mit Zirkus-Artistik, 6 – 12 Jahre.....	15
Cartoons, Mangas & Comics – Charaktere und Storys, 8 – 13 Jahre.....	15
Mangas zeichnen, 13 – 17 Jahre	16

Malen und Zeichnen, 8 – 13 Jahre.....	16
Ferien-Nähkurse für Jugendliche, für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene, ab 10 Jahren	16

Naturwissenschaften

Experiment – Chemie und Physik im Alltag, 7 – 12 Jahre.....	17
---	----

Sprachen

Englisch für Youngsters, 7 – 10 Jahre	18
Keep fit in English, für die 5., 6., 7./8. und 9./10. Klasse	19
Französisch: Lernen mit allen Sinnen, 2. und 3. Lernjahr	19
Spanisch für den Alltag, Anfänger/-innen 8 – 12 Jahre und Fortgeschrittene 10 – 15 Jahre	19

EDV, Schreibtechnik

PowerPoint 2019 und Prezi – oder wie man sich die Aufmerksamkeit der Zuhörer sichert, ab 12 Jahren	20
Digitale Bildbearbeitung mit GIMP, ab 12 Jahren.....	20
Das Internet vergisst nicht	20
Neu: Digitale Lernhelfer, ab 10 Jahren.....	21
Neu: Filme schneiden, ab 12 Jahren	21
Neu: Das iPad sicher bedienen – Vorinstallierte Apps für Schule und Freizeit nutzen	22
10-Finger-Schreibtechnik am PC, Anfänger/-innen ab 11 Jahren	22



Buchen Sie Ihren
Wunschkurs rund um
die Uhr im Internet unter:
vhs.frankfurt.de

Kursanmeldung und Information

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 (Telefon 069 212-35545), Rücksprache zu nehmen.

Wir weisen darauf hin, dass die Aufsichtspflicht der VHS auf die Zeit des Kurses beschränkt ist. Wir bitten Sie, dies beim Bringen oder Abholen Ihrer Kinder zu berücksichtigen.

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 des/der Teilnehmers/Teilnehmerin, 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



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.

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 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.

Selbstbehauptung, Selbsterfahrung, Bewegung

Power Yoga für Kinder

7 – 10 Jahre

Kinder sind lebendig und stecken voller Energie. Wir tauchen hier gemeinsam ein in Tierfiguren: der brüllende Löwe, die auftauchende Schildkröte und die summende Biene – Elemente des Hatha-Yoga. Wir strecken, beugen und dehnen uns, wir springen, üben Balance und wir entspannen. Wir üben eine Bewegungsabfolge mit Musik, eine Choreographie.

6710-02 Nord Marilene Lourenco Högl

Do, 16.00 – 17.00 Uhr, **28. Okt. – 16. Dez., 8x**
Nordwestzentrum; € 60

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

6710-10 Nord Beatriz Dos Santos Barbosa

Sa + So, 09.30 – 12.30 Uhr, **30. Okt. + 31. Okt., 2x**
Nordwestzentrum; € 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 und einen Snack für die gemeinsame Pause

6710-11 Silvia Cucek

Mi – Fr, 09.30 – 12.30 Uhr, **20. Okt. – 22. Okt., 3x**
Dr. Hoch's Konservatorium; € 60

Ferien-
kurs

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

6710-12 Arabella Zegarac

Sa + So, 09.30 – 13.30 Uhr, **30. Okt. + 31. Okt., 2x**
VHS Sonnemannstraße; € 70

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

Nicht mit mir! 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 je Kurs ein Elternabend statt. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und einen Imbiss

6710-14 West Ilona Flick; Dieter Neumüller

Elternabend: Fr, 19.00 – 20.00 Uhr, **12. Nov.,**
Sa + So, 10.00 – 14.00 Uhr, **13. Nov. + 14. Nov., 2x**
BIKUZ Sporthalle; € 80

6710-15 Nord Ilona Flick; Dieter Neumüller

Elternabend: Fr, 19.00 – 20.00 Uhr, **03. Dez.,**
Sa + So, 10.00 – 14.00 Uhr, **04. Dez. + 05. Dez., 2x**
Nordwestzentrum; € 80

NEU im
Programm

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: Essen und Getränk für die Mittagspause, Hallenturnschuhe, Schlappchen oder Anti-Rutschsocken und bequeme Kleidung

6710-13 Nord Valentin Ries
Sa, 09.30 – 15.30 Uhr, **25. Sep., 1x**
Nordwestzentrum; € 36

Knigge

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:

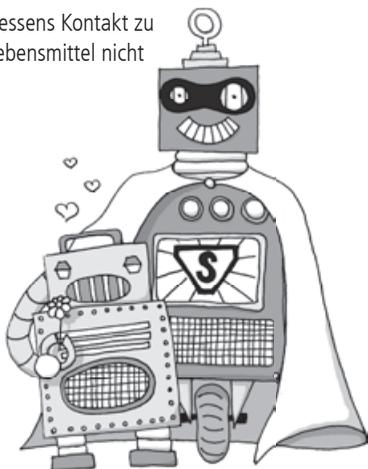
- Begrüßen und vorstellen: Kleine Unterschiede mit großer Wirkung
- Sag doch einfach „Hallo“: So kommst Du mit anderen ins Gespräch
- Dein professioneller Auftritt in der Öffentlichkeit
- Umgang mit Zauber- und Schimpfwörtern
- Das kleine Einmaleins der großen Wirkung
- Der Kampf mit Messer und Gabel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

6710-16 Elke Wolf
Sa, 10.00 – 15.00 Uhr, **16. Okt., 1x**
VHS Sonnemannstraße; € 50,
Mat. Kosten € 10

6710-17 Nord Elke Wolf
Sa, 10.00 – 15.00 Uhr, **30. Okt., 1x**
Nordwestzentrum; € 50,
Mat. Kosten € 10

Ferien-
kurse



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.

6710-18 Elke Wolf
Sa, 10.00 – 15.00 Uhr, **13. Nov., 1x**
VHS Sonnemannstraße; € 50, Mat. Kosten € 10

Schulische Förderung

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.

6712-07 Biljana Varzic
Sa, 09.30 – 14.30 Uhr, **11. Sep., 1x**
VHS Sonnemannstraße; € 42

6712-08 Biljana Varzic
Sa, 09.30 – 14.30 Uhr, **13. Nov., 1x**
VHS Sonnemannstraße; € 42

Rhetorik für die Oberstufe

15 – 19 Jahre

Ob in der Schule, an der Uni, im Job oder im Alltag: Menschen sprechen vor anderen und mit anderen – und möchten dabei einen positiven, kompetenten, überzeugenden und sympathischen Eindruck hinterlassen! Doch wie wirke ich eigentlich auf meine Zuhörer? In diesem praxisorientierten Kurs arbeiten wir gemeinsam

NEU im
Programm

an Deinen Vortragskompetenzen. In der Gruppe stärken wir Deine Wahrnehmung für kommunikative und rhetorische Prozesse. Du reflektierst Dein eigenes Sprechverhalten und lernst Dich selbst sowie den Inhalt, den Du vermitteln willst, angemessen zu präsentieren. Außerdem wirst Du mehr Sicherheit in Vortragssituationen erlangen. Dazu gehen wir mit vielen Übungen und Spaß in einem geschützten Rahmen vor, in dem Du Dich ausprobieren und entwickeln kannst. Du erlernst Methoden und Techniken, mit denen Du für Deine nächsten Referate in der Schule gut vorbereitet bist und diese mit mehr Freude sowie Selbstbewusstsein meistern kannst. Wir behandeln Themen wie Sprechdenken, Sprech- und Körperausdruck, Stimme, Argumentation, Verständlichkeit, Redegliederung und Lampenfieber bzw. Sprechangst. Im Kurs arbeiten wir unter anderem mit Videoaufnahmen, um die eigene Vortragsweise besser reflektieren zu können.

Für Schülerinnen und Schüler ab der 9. Klasse. Wenn möglich findet der Kurs in Präsenz statt – wenn dies aufgrund der aktuellen Situation nicht gehen sollte, wird der Kurs online stattfinden.

6712-13 *Laura Fonzetti*

Sa, 10.00 – 16.00 Uhr, **13. Nov. + 20. Nov., 2x**
VHS Sonnemannstraße; € 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: einen Imbiss

6712-14 *Elke Wolf*

Sa, 10.00 – 16.00 Uhr, **27. Nov., 1x**
VHS Sonnemannstraße; € 42

Geld und Wissen

Geld und Wissen: Zauber Dein Geld nicht weg

7 – 12 Jahre

Ihr lernt die Kreisläufe der Wirtschaft kennen – und dass es vor allem um das Tauschen geht: Geld ist das moderne Tauschmittel. Wir schauen uns 15 Auslandswährungen an. Geld ist knapp. Gold, Geld, Süßigkeiten: Was eignet sich zum Sparen? Weil es nicht nur um Konsum geht – Geld oben rein, Geld unten raus – lernt Ihr hier etwas über die sechs solidesten Spararten. Ich zeige Euch, wo die Spar-Gefahr lauert.

Nebenbei erwerbt Ihr Wissen über die Demokratie, die die wichtigste Grundlage für eine gute Wirtschaft ist.

6713-01 *Jan Neynaber*

Fr, 16.00 – 17.30 Uhr, **17. Sep., 1x**
VHS Sonnemannstraße; € 15

Sicherheitstraining für Dein Geld: Gold, Geld oder ausgeben?

13 – 18 Jahre

Dieser Kurs erklärt das Zusammenspiel von Wirtschaft, Politik und Psychologie. Die Finanzmärkte spiegeln dieses Zusammenspiel lediglich wider. In der Finanzwelt existieren elementare „Wahrheiten“, die man besonders als Jugendliche/-r bereits kennenlernen sollte. So gibt es z.B. nur sechs produktive und knappe Güter. Nur diese können verzinst werden, da sie aus sich heraus Mehrwert schaffen. Wenn dieses Wissen früh verankert wird, ist es für den späteren Erwachsenen eine Leichtigkeit, sein Geld sinnvoll zu investieren.

6713-02 *Jan Neynaber*

Fr, 17.30 – 19.00 Uhr, **17. Sep., 1x**
VHS Sonnemannstraße; € 15

Kreativität

Wir machen Radio

9 – 13 Jahre

Rassel, schepper, klirr! – Die kreative Hör-Spiel-Werkstatt. Wie kommen Schritte im Schnee selbst im Sommer ins Hörspiel, wie wird aus einem kleinen Eimer ein gruseliges Gespenst und wie aus einer Schüssel Wasser ein tosendes Meer? Das alles könnt ihr selbst ausprobieren. Die Räume der VHS verwandeln wir mit einfachen Mitteln in ein Hörspielstudio, machen aus Alltagsgegenständen tolle Klanggeber, vertonen damit ein spannendes Hörspiel, das wir zuvor gemeinsam geschrieben haben und schließlich bearbeiten wir die Aufnahmen am PC. So werdet ihr im Verlauf des Kurses zu Hörspielautoren, Geräuschemachern, Erzählern, Schauspielern – und zu Toningenieuren! Ihr erlernt den Umgang mit einem digitalen Aufnahmegerät und lernt das Computerschnittprogramm Audacity kennen. Für alle, die Spaß am Erzählen, (Schau-)Spielen und an der neuesten PC-Technik haben.

6721-31 *Maria Bonifer; N.N.*

Di – Fr, 09.30 – 13.30 Uhr, **19. Okt. – 22. Okt., 4x**
VHS Sonnemannstraße; € 89

Ferien-
kurs

Kinderkrimi selbst gedreht

8 – 12 Jahre

In diesem Ferienkurs verfilmen wir unseren eigenen Krimi – zusammen mit einer Lehramtsstudentin/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 erhält jede/-r 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!

Zusatzkosten: € 7 (im Kurs zu zahlen)

In Kooperation mit dem Offenen Kanal Rhein-Main.

6722-01 Katharina Rossi; Christian Raab
Mo, 09.30 – 13.00 Uhr, Di + Mi, 09.30 – 13.30 Uhr,
11. Okt. – 13. Okt., 3x
VHS Sonnemannstraße; € 98

Ferien-
kurs

Theaterspielen in Englisch

ab 11 Jahren

Dieser Kurs findet in Englisch statt – keine Sorge, Deine Kenntnisse reichen aus und entwickeln sich im Kurs, leicht und spielerisch. Beim Schauspielern kannst Du all Deine Seiten ausleben – auch die Dunklen – und Dich in andere Charaktere hineinleben. Auf diese Weise entsteht eine starke und gefestigte Persönlichkeit – mit Charisma und Ausstrahlung, weil Du lernst, Dich zu präsentieren. Im Rahmen dieses Kurses kannst Du Deine Englischkenntnisse einsetzen und ausbauen.

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

6722-03 Nord Katharina Rossi
Do + Fr, 09.00 – 14.00 Uhr, **14. Okt. + 15. Okt., 2x**
Nordwestzentrum; € 80

Ferien-
kurs

Improvisationstheater „Glück“

8 – 12 Jahre

Beim Schauspielern kannst Du all Deine Seiten ausleben – auch die Dunklen – und Dich in andere Charaktere hineinleben. Auf diese Weise entsteht eine starke und gefestigte Persönlichkeit – mit Charisma und Ausstrahlung, weil Du lernst, Dich zu präsentieren. Hier kann jede/-r herausfinden, was für sie/ihn „Glück“ bedeutet und es darstellen.

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

6722-04 Nord Katharina Rossi
Sa + So, 09.30 – 12.30 Uhr, **20. Nov. + 21. Nov., 2x**
Nordwestzentrum; € 42

Besser lernen mit Zirkus-Artistik

6 – 12 Jahre

Gemeinsam wollen wir Zirkus als Bewegungskunst erlernen: Jonglieren, Balance und Akrobatik – der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Neben dem Spaß und der Freude am gemeinsamen Erarbeiten von neuen Kompetenzen und Fertigkeiten 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/Schlappchen, Getränk und einen Imbiss
Zusatzkosten: € 3 für Material (im Kurs zu zahlen)

6722-81 Nord Jana Bossecker
Mo – Do, 09.00 – 12.45 Uhr, **11. Okt. – 14. Okt., 4x**
Nordwestzentrum; € 84

Ferien-
kurs

Cartoons, Mangas & Comics – Charaktere und Storys

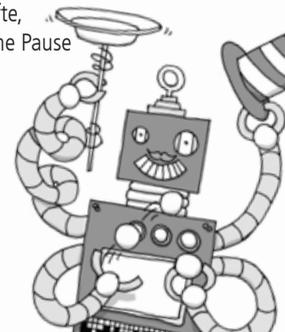
8 – 13 Jahre

Ihr übt hier, Euren persönlichen Superhelden, eine witzige Figur oder unterschiedlichste Charaktere zu entwerfen, in Bewegung zu versetzen und zum Leben zu erwecken. Wir beginnen mit Bleistift-Skizzen und bringen Eure Geschichten aufs Papier. Je nach Euren Vorstellungen können diese anschließend koloriert und/oder schattiert werden. Es geht hier vor allem darum, Eure Kreativität zu entdecken und zu entwickeln.

Bitte mitbringen: 3 Bleistifte (Härtegrad: 3–2B, HB, 1H), Radiergummi, Fineliner 0,25–0,4mm, Lineal/Geodreieck (falls vorhanden) Schrift- und Kreis-/Ellipsen-Schablone, Filzstifte, Buntstifte und einen Snack für die gemeinsame Pause
Zusatzkosten: € 6 (u.a. für ein gemeinsames Comic-Heft, im Kurs zu zahlen)

6725-01 Emanuel Oliveira-Barata
Di – Do, 09.30 – 13.30 Uhr,
19. Okt. – 21. Okt., 3x
VHS Sonnemannstraße; € 76

Ferien-
kurs



Mangas zeichnen

13 – 17 Jahre

Echte Mangafans und diejenigen, die es noch werden wollen, aber bereits Erfahrungen mit dem Zeichnen haben, können hier mit Hilfe der Kursleiterin ihre eigene Manga-Figur entwickeln. Das tun sie auf der Basis ihrer selbst erstellten Hintergrundgeschichte. Ziel ist es, die Figur dann in Bewegung zu zeichnen. Frau Takano ist selbstständige Illustratorin. Der Manga-Stil begleitet sie seit ihrer Kindheit. Die Verbreitung der japanischen Kultur ist ihre Leidenschaft.

6725-00 *Emiko Takano*

Mo – Fr, 09.00 – 12.00 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 5x**
VHS Sonnemannstraße; € 82

Ferien-
kurs

Malen und Zeichnen

8 – 13 Jahre

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 und einen Imbiss

6725-03 *Katja Piontek*

Do + Fr, 09.30 – 12.30 Uhr, **21. Okt. + 22. Okt., 2x**
VHS Sonnemannstraße; € 48

Ferien-
kurs

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.

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

Ferien-
kurse



Nähmaschinen sind vorhanden, Ihr dürft aber auch gerne Eure eigene Maschine mitbringen.

6728-60 ① *Milena Ariane Kossmann*

Mo – Do, 11.00 – 15.00 Uhr, **11. Okt. – 14. Okt., 4x**
VHS Sonnemannstraße; € 84 / max. 8 TN

6728-62 ① *Birgit Hans-Czaplok*

Mo – Do, 13.00 – 17.00 Uhr, **18. Okt. – 21. Okt., 4x**
VHS Sonnemannstraße; € 84 / max. 8 TN

Naturwissenschaften

Experiment – Chemie und Physik im Alltag

7 – 12 Jahre

Experimente ohne Labor? Geht das? Mit Töpfen und Gläsern, Stoffen und Gegenständen aus Küche und Alltag werden wir richtige Experimente durchführen. Wir wollen naturwissenschaftliche Grundbegriffe, Methoden und Reaktionen kennen lernen und erforschen: Flüssigkeiten, Feststoffe, Gase, Lösungen und vieles mehr.

Bitte mitbringen: einen Snack für die gemeinsamen Pausen
Zusatzkosten: € 4 für Material (im Kurs zu zahlen)

6726-92 *Effat Hosseini*

Mo + Di, 10.00 – 13.00 Uhr, **18. Okt. + 19. Okt., 2x**
VHS Sonnemannstraße; € 52

6726-93 *Nord Effat Hosseini*

Do + Fr, 10.00 – 13.00 Uhr, **21. Okt. + 22. Okt., 2x**
Nordwestzentrum; € 52

● Aufbau

Hier könnt ihr weitere Experimente ohne Labor kennenlernen und durchführen: Mit Töpfen und Gläsern, Stoffen und Gegenständen aus Küche und Alltag. Wir wollen naturwissenschaftliche Grundbegriffe, Methoden und Reaktionen ausbauen und weiter forschen: Flüssigkeiten, Feststoffe, Gase, Lösungen und vieles mehr.

Bitte mitbringen: einen Snack für die gemeinsamen Pausen
Zusatzkosten: € 4 für Material (im Kurs zu zahlen)

6726-94 *Effat Hosseini*

Di + Mi, 13.30 – 16.30 Uhr, **19. Okt. + 20. Okt., 2x**
VHS Sonnemannstraße; € 52

Ferien-
kurse



Sprachen

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 und Kleber

Bitte beachten: Die Kinder sollten bereits 7 Jahre alt sein, damit sie zuverlässig lesen und schreiben können, aber noch in der Grundschule!

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

● Anfänger/-innen

6741-35 Nord Alka Popat

Fr, 15.00 – 16.00 Uhr, **17. Sep. – 26. Nov., 10x**

Nordwestzentrum; € 78

● Fortgeschrittene

6741-36 Nord Alka Popat

Fr, 16.00 – 17.00 Uhr, **17. Sep. – 26. Nov., 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)

● für die 5. Klasse

6741-37 Ena Koch-Carvalho

Mo – Fr, 09.00 – 12.00 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 5x**

VHS Leipziger Straße; € 93

● für die 6. Klasse

6741-38 Alka Popat

Mo – Fr, 09.00 – 12.00 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 5x**

VHS Leipziger Straße; € 93

● für die 7./8. Klasse

6741-39 Sarah Tietz-Bossard

Mo – Fr, 09.00 – 12.00 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 5x**

VHS Leipziger Straße; € 93

Ferien-
kurse

● für die 9./10. Klasse

6741-40 Yara Barros

Mo – Fr, 09.00 – 12.00 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 5x**

VHS Leipziger Straße; € 93

Französisch: Lernen mit allen Sinnen

2. und 3. Lernjahr

Keine Lust mehr auf Probleme in Französisch? Eure Französischkenntnisse müssen dringend verbessert werden?

Dieser Kurs bietet eine Wiederholung und Vertiefung des französischen Basiswissens des 2. und 3. Lernjahrs an. Im Mittelpunkt steht der mündliche Ausdruck mit Erweiterung des Wortschatzes durch spielerische Übungsformen: Rollenspiele, Bewegungsspiele, Gesellschaftsspiele, Filme, Chansons ...

6742-40 Roxana Prahovean

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

Abendgymnasium; € 75

Ferien-
kurs

Spanisch für den Alltag

● 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)

6745-58 West María Vázquez

Sa, 10.00 – 11.00 Uhr, **18. Sep. – 20. Nov., 10x**

BIKUZ – Bildungs- und Kulturzentrum; € 69

● Fortgeschrittene, 10 – 15 Jahre

Hier könnt Ihr nach den vorhergegangenen Kursen oder mit entsprechenden Vorkenntnissen Eure Spanischkenntnisse weiter ausbauen und Euch für den Sprach-Alltag fit machen. Ihr lernt Themen aus dem und für das Alltagsleben: Schule, Zuhause, in der Stadt, im Restaurant, auf dem Sportplatz etc. Wir wollen erreichen, dass Ihr Euch in verschiedenen Lebensbereichen besser verständigen könnt. Der Schwerpunkt ist das Sprechen, aber natürlich wird nebenbei auch noch Grammatik gelernt.

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

6745-59 West María Vázquez

Sa, 11.00 – 12.00 Uhr, **18. Sep. – 20. Nov., 10x**

BIKUZ – Bildungs- und Kulturzentrum; € 40

EDV, Schreibtechnik

PowerPoint 2019 und Prezi 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 den Programmen PowerPoint und Prezi erhaltet Ihr eine wirkungsvolle Unterstützung bei der Visualisierung Eurer Inhalte. Mit Hilfe von Bildern, Videos, Animationen, Übergängen etc. gelingt es einem mündlichen Vortrag anschaulich und effektiv zu gestalten. Beide Programme sind einfach und schnell zu erlernen, sie unterscheiden sich allerdings im Funktionsumfang und im Präsentationsmodus. Im Kurs lernt Ihr beide Programme kennen und könnt sie ausprobieren. Ihr wählt dazu ein Thema aus, das Euch gefällt (z.B. einen Lieblingfilm oder ein Hobby) und gestaltet eine Präsentation mit dem Programm Eurer Wahl.

Bitte mitbringen: Stifte, Papier, einen Imbiss und ein Getränk

6750-32 Biljana Varzic
Mo – Fr, 13.30 – 16.30 Uhr, **18. Okt. – 22. Okt., 5x**
VHS Sonnemannstraße; € 96

Ferien-
kurs

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 gefragter. 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 und einen Imbiss

6750-34 Biljana Varzic
Mo – Fr, 13.30 – 16.30 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 5x**
VHS Sonnemannstraße; € 96

Ferien-
kurs

Das Internet vergisst nicht

Internet-Neulinge lernen hier das ABC des Internets. 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 Sicherheitsaspek-

Ferien-
kurs

te 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, einen Imbiss und ein Getränk

6750-50 Biljana Varzic
Mo – Fr, 09.30 – 12.30 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 5x**
VHS Sonnemannstraße; € 96

Digitale Lernhelfer ab 10 Jahren

Digitale Lernhelfer wie zum Beispiel Apps und Lernspiele kannst Du einsetzen, um schweren Unterrichtsstoff auf spielerische Weise zu festigen. Du kannst Dir aber auch schwierige Unterrichtsinhalte z.B. mit Erklärvideos und Übungen auf verständliche Weise erklären lassen. Das Angebot an Apps ist sehr umfangreich. Es stellt sich die Frage: Welche App führt Dich zum gewünschten Lernziel und motiviert Dich, am Ball zu bleiben? In diesem Kurs erfährst Du welche kostenfreien Online-Lernhelfer es für Deine Schulfächer und Altersgruppe gibt. Nach einer Demonstration der browserbasierten Lernangebote hast Du Gelegenheit sie auszuprobieren und zu bewerten. Außerdem erfährst Du, welche Sicherheitsaspekte es bei Apps zu beachten gilt und welche Angebote Du eher meiden solltest. Wenn Du wissen möchtest, welche Lern-Apps für Dich geeignet sind und wie Du sie mit Spaß nutzen kannst, bist Du in diesem Kurs genau richtig!

Bitte mitbringen: Papier, Stifte, Getränk und Imbiss

6750-52 Biljana Varzic
Mo – Fr, 09.30 – 12.30 Uhr, **18. Okt. – 22. Okt., 5x**
VHS Sonnemannstraße; € 96

Ferien-
kurs
NEU im
Programm

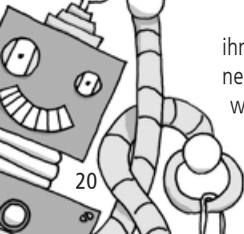
Filme schneiden ab 12 Jahren

In diesem Kurs lernt Ihr, fertige Filme oder kleine Videoclips zu bearbeiten, also zu schneiden, zu vertonen, einen Titel einzufügen sowie ein Intro und einen Abspann. Jeder Tag ist einem der Themen gewidmet.

Bitte mitbringen: Stifte, Papier und einen Imbiss

6750-54 Aziz Onuk
Mo + Mi + Fr, 09.30 – 12.30 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 3x**
VHS Sonnemannstraße; € 70

Ferien-
kurs
NEU im
Programm



Das iPad sicher bedienen

Vorinstallierte Apps für Schule und Freizeit nutzen

Ferien-
kurs
NEU im
Programm

Die Fähigkeit, das iPad sicher und kreativ für Schule und Freizeit bedienen zu können, wird immer wichtiger. Erlerne den kompetenten Umgang mit dem iPad und freue Dich über viele neue Möglichkeiten! Im Kurs lernst Du: Zeichnungen, Check-Listen und Scans anzufertigen; im Internet zu recherchieren und Dateien zu speichern; ansprechende Textdokumente und Präsentationen mit Bildern zu gestalten. Außerdem erfährst Du, wie Du am iPad Filme, Musik oder Hörbücher abspielen und Bücher lesen kannst und erhältst Empfehlungen für Gratis-Apps für Schule und Freizeit.

Wir arbeiten mit iPads (iOS 14) der VHS und nicht an eigenen Geräten.

Voraussetzung: Mindestalter 10 Jahre bzw. 4. Klasse

6750-58 *Biljana Varzic*

Sa, 15.00 – 18.00 Uhr, So, 10.00 – 13.00 Uhr,

09. Okt. + 10. Okt., 2x

VHS Sonnemannstraße; € 45

10-Finger-Schreibtechnik am PC

Anfänger/-innen ab 11 Jahren

Ferien-
kurse

Habt Ihr nicht auch genug davon, mit zwei Fingern auf der Tastatur herumzustochern? Ihr lernt systematisch das Tastenfeld kennen: Ziel ist es, mit 10 Fingern „blind“ zu schreiben. Eine gute Vorbereitung für den Umgang mit dem PC!

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

6755-65 *Heidi Katting*

Mo – Fr, 09.00 – 12.00 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 5x**

VHS Sonnemannstraße; € 95

6755-66 *Heidi Katting*

Mo – Fr, 12.30 – 15.30 Uhr, **11. Okt. – 15. Okt., 5x**

VHS Sonnemannstraße; € 95

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 Sonntagnachmittagen statt.

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

Das aktuelle Kinoprogramm finden Sie im Internet unter 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

Internet 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

