

MIT UNS AKTIV

Kurse und Gruppenangebote

August bis Dezember

2024



HANAUER
SENIORENBÜRO



Hanauer
Seniorenbüro

Die beste Alternative. 

Anmeldung & Information

- ✓ Anmeldung im Hanauer Seniorenbüro:

 06181 / 66820 41

 seniorenbuero@hanau.de

- ✓ Bei kostenpflichtigen Angeboten wird der Teilnahmebeitrag in Rechnung gestellt. Personen mit Hanau-Pass erhalten 50% Ermäßigung.
- ✓ Bei Nichterscheinen ohne Benachrichtigung wird der volle Teilnahmebeitrag in Rechnung gestellt.

Herausgeber und Redaktion:

Magistrat der Stadt Hanau

Amt für Sozialen Zusammenhalt und Sport

Hanauer Seniorenbüro

Steinheimer Str. 1

63450 Hanau

Texte:

Ehrenamtliche Kursleiterinnen und -leiter sowie Mitarbeitende des Seniorenbüros

Bilder:

Canva Premium, sofern nicht anders vermerkt

Druck:

WIRmachenDRUCK GmbH

Stand:

August 2024

Das Seniorenbüro in den sozialen Netzwerken



<https://www.instagram.com/seniorenbuerohanau/>



<https://www.facebook.com/seniorenbuerohanau/>

Inhaltsverzeichnis

Digitale Bildung	2
Beratungsangebote	
Computer-Kurse	
Handykurse	
Bewegung & Entspannung	16
Gymnastikkurse	
Yoga	
Achtsamkeit	
Entspannung	
Kreativ	24
Aquarellmalerei	
Töpfern	
Miteinander	26
Kegeln	
Lesekreis	
Sprachen	28
Englisch	
Französisch	
Spanisch	
Italienisch	

**Termin:**

Wöchentlich dienstags,
10:00 - 12:00 Uhr und
16:30 - 18:00 Uhr

Ort:

Seniorenbüro, Raum 106

**Nur nach vorheriger
Terminvereinbarung!**

Sprechstunde Digitales

kostenfreies Beratungsangebot

Sie haben Fragen zu Ihrem Handy, Tablet oder Laptop? Sie benötigen Hilfe bei der Verwendung einer App oder bei den Einstellungen Ihres Geräts?

Vereinbaren Sie einen Termin (45-60 Minuten) in unserer Sprechstunde Digitales. Unsere ehrenamtlichen Expertinnen und Experten helfen Ihnen gerne weiter.

Bitte bringen Sie Ihr Endgerät (Handy, Tablet oder Laptop) mit zu Ihrem Termin.

Beachten Sie, dass im Rahmen der Sprechstunde keine Kaufberatung erfolgt.

Apple Selbsthilfegruppe (MacBook)

In der Apple Selbsthilfegruppe treffen sich jede Woche Besitzerinnen und Besitzer von Apple-Laptops (MacBook) im Seniorenbüro. Gemeinsam werden unterschiedliche Funktionen und Programme erklärt, Fragen beantwortet und Neues ausprobiert.

Die Themen richten sich nach den Wünschen und Bedarfen der Teilnehmenden und sind jede Woche anders.

Unterstützt wird die Gruppe durch einen ehrenamtlichen Experten.

Interessierte werden gebeten, sich vorab zur Teilnahme im Seniorenbüro anzumelden.



Termine:

Wöchentlich dienstags,
jeweils 15:00 - 16:00 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 110

Kursleitung:

Finn Freund

**Termine:**

4 x donnerstags,
29.08. - 19.09.2024 oder
31.10. - 21.11.2024,
jeweils 13:00 - 15:00 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 106

Kursleitung:

Wolfgang Borgman

Kursgebühr:

43,90 € (inkl. Kursbuch)

PC-Kurs für Anfänger/innen - Teil 1

Dieser Kurs ist für Einsteiger ohne oder mit wenig Erfahrung, die sich Grundkenntnisse in der Bedienung eines Computers oder Laptops aneignen möchten.

Themen:

- Umgang mit Windows 11
- Speichern und öffnen von Dateien
- Textbearbeitung
- Surfen im Internet

Der Kurs findet in unserem PC-Kursraum statt. Die Teilnehmenden müssen kein eigenes Gerät mitbringen.

In der Kursgebühr sind die Kosten für das Lehrbuch “Windows 11 für Senioren” enthalten.

PC-Kurs für Anfänger/innen - Teil 2

Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger, die über Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs verfügen oder bereits unseren PC-Kurs für Anfänger/innen Teil 1 (siehe S. 4) besucht haben.

Dieser Kurs setzt die folgenden Schwerpunkte:

- Persönliche Anpassungen am PC vornehmen
- Dateien und Ordner anlegen/strukturieren
- Bildbearbeitung
- Nutzung des Internets
- E-Mails

Für Teilnehmende, die vorab nicht Teil 1 dieses Kurses besucht haben, beträgt die Kursgebühr 43,90 € (Kursgebühr + Buch).



Termine:

4 x donnerstags,
26.09. - 24.10.2024 oder
28.11. - 19.12.2024,
jeweils 13:00 - 15:00 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 106

Kursleitung:

Wolfgang Borgman

Kursgebühr:

24,00 €

**Termine:**

4 x montags

28.10. - 18.11.2024

jeweils 10:30 - 12:30 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 107

Kursleitung:

Jürgen Schroeder

Kursgebühr:

24,00 €

(Selbst-)Sicher durch das Internet

In diesem Kurs stehen verschiedene Tätigkeiten im Internet im Fokus. Die Teilnehmenden lernen, wie sie sich sicher im weltweiten Web bewegen. Ziel ist, Wissen zu vermitteln und Unsicherheiten abzubauen.

Die Themen lauten zum Beispiel:

- Surfen im Internet allgemein
- Recherche-Techniken mit Suchmaschinen (Google)
- Viren- und Datenschutz
- Mozilla Firefox (Browser) einrichten und personalisieren
- Einkaufen im Internet
- Cookies verhindern und im privaten Fenster surfen

Wichtig: Es wird vorausgesetzt, dass die Teilnehmenden über Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs mit Windows 11 verfügen.

Videokonferenzen mit Zoom

Im Kurs lernen Interessierte, wie sie mit dem Programm "Zoom" an Videokonferenzen oder Online-Kursen teilnehmen können.

Gemeinsam wird geübt:

- Einem Zoom-Meeting beitreten
- Kamera und Mikrofon ein-/ausschalten
- Bildschirm Inhalte freigeben

Die Teilnehmenden sind dazu eingeladen, ihren eigenen Microsoft-Laptop mitzubringen, um direkt alles am eigenen Gerät üben zu können.



Dieser Kurs ist die optimale Vorbereitung zur Teilnahme an einem unserer Online-Kurse.



Kurstermine:

2-tägiger Kurs,
28.08. - 29.08.2024
jeweils 10:30 - 12:30 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 106

Kursleitung:

Jürgen Niederdräing

Kursgebühr:

12,00 €



Online-Banking - Bankgeschäfte im Internet

Der Kurs richtet sich an Personen, die Online-Banking nutzen möchten oder dies bereits tun, aber mehr zum Thema Sicherheit im Online-Banking erfahren möchten.

Themen:

- Sicherheit im Online-Banking
- TAN-Verfahren
- Banking für Unterwegs (Apps)
- Bezahlssysteme im Internet (z. B. PayPal)
- Bezahlen mit dem Smartphone

Termine:

2-tägiger Kurs

25.09. - 26.09.2024 oder

06.11. - 07.11.2024,

jeweils 10:30 - 12:30 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 106

Kursleitung:

Jürgen Niederdräing

Kursgebühr:

12,00 €

Datensicherheit - Wie schütze ich meine Daten?

Mit Impulsvorträgen und interaktiven Übungen wird den Teilnehmenden ein Bewusstsein dafür vermittelt, was mit ihren Daten im Internet geschieht.

- Wie schütze ich mich vor Datendiebstahl, vermeintlichem Ausspähen und vor Viren?
- Wie können Daten gut gesichert werden?
- Wie kann das Smartphone, Tablet oder der Laptop bestmöglich geschützt werden?

Auf diese beispielhaften Fragen wird im Kurs eingegangen, zudem besteht jederzeit die Möglichkeit, eigene Fragen zu stellen.



Kurstermine:

4 Termine,
27.11. , 28.11., 04.12.,
und 05.12.2024
jeweils 10:30 - 12:30 Uhr

Kursort:

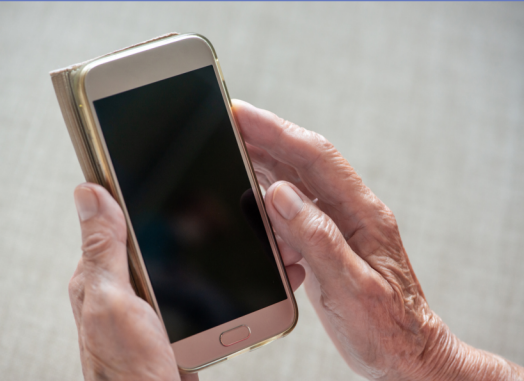
Seniorenbüro, Raum 106

Kursleitung:

Jürgen Niederdräing

Kursgebühr:

24,00 €

**Termine:**

4 x dienstags

08.10. - 29.10.2024

jeweils 14:00 - 16:00 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 107

Kursleitung:

Silvia Kleinschmitt

Kursgebühr:

43,90 € (inkl. Kursbuch)

Handy-Grundkurs ANDROID

Anhand von interaktiven Übungen lernen die Teilnehmenden die wichtigsten Funktionen ihres Smartphones mit dem Betriebssystem **Android** kennen.

Am eigenen Smartphone wird zum Beispiel geübt:

- Kontakte verwalten
- Wecker & Erinnerungen einstellen
- Kalender
- Fotos & Selfies
- Verbindung mit dem Internet herstellen
- Apps installieren

In der Kursgebühr ist das Lehrbuch “Meine Smartphone-Anleitung (Android)” enthalten.

Wenn Sie nicht sicher sind, welches Betriebssystem Ihr Handy verwendet, sprechen Sie uns bitte an.

Handy-Grundkurs iPHONE

Anhand von interaktiven Übungen lernen die Teilnehmenden die wichtigsten Funktionen ihres **Apple iPhones** kennen.

Am eigenen Smartphone wird zum Beispiel geübt:

- Kontakte verwalten
- Wecker & Erinnerungen einstellen
- Kalender
- Fotos & Selfies
- Verbindung mit dem Internet herstellen
- Apps installieren

In der Kursgebühr ist das Lehrbuch “Meine Smartphone-Anleitung (iPhone)” enthalten.

Wenn Sie nicht sicher sind, welches Betriebssystem Ihr Handy verwendet, sprechen Sie uns bitte an.



Termine:

4 x dienstags

12.11. - 03.12.2024

jeweils 14:00 - 16:00 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 107

Kursleitung:

Silvia Kleinschmitt

Kursgebühr:

43,90 € (inkl. Kursbuch)

**Termine:**

4 x donnerstags,
10.10. - 31.10.2024 oder
21.11. - 12.12.2024,
jeweils 15:00 - 17:00 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 107

Kursleitung:

Alexandra Erb

Kursgebühr:

24,00 €

Tablet-Kurs mit Leihgeräten

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die den Umgang mit einem Tablet (kennen-)lernen möchten. Die Teilnehmenden bekommen über die Kursdauer ein Leihgerät zur Verfügung gestellt, mit dem gemeinsam und interaktiv geübt wird.

Die Themen im Überblick:

- Allgemeine Bedienung des Geräts
- Wecker, Termine und Kalender
- Kamera/Fotos aufnehmen
- Kontakte verwalten
- Apps herunterladen und ausprobieren
- Internetbrowser und Suchmaschine

Fragen und eigene Anregungen und Wünsche zum Inhalt des Kurses (wie z.B. das Behandeln von bestimmten Apps) können gerne eingebracht werden.

ChatGPT - Grundlagen und Anwendungsmöglichkeiten

In diesem Workshop dreht sich alles um die generative KI-Technologie *ChatGPT*. Dabei werden die folgenden Fragen beantwortet:

- Wie funktioniert generative KI?
- Wo liegen ihre Möglichkeiten und Grenzen?
- Was gibt es bei der Formulierung von Fragen an ChatGPT zu beachten?
- Wofür kann ChatGPT im Alltag verwendet werden?
- Wie sieht es mit Datensicherheit und -schutz aus?

Die Teilnehmenden werden gebeten, ihr eigenes mobiles Endgerät (Laptop, Tablet oder Smartphone) zum Workshop mitzubringen.

**Termin:**

Donnerstag, 05.09.2024
15:00 - 17:00 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 110

Kursleitung:

Alexandra Erb

Kursgebühr:

kostenlos



© RMV/Christof Mattes

Termin:

Mittwoch, 13.11.2024

10:00 - 11:30 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 110

Kursleitung:

Seniorenbeirat Hanau

Kursgebühr:

kostenlos

RMVgo App

RMVgo ist die App des RMV (Rhein-Main-Verkehrsverbund) für Verbindungsauskünfte und den Erwerb von Handy-Tickets (z. B. für Busfahrten und das Deutschland-Ticket).

In diesem Workshop werden die grundlegenden Funktionen der App erklärt und die Verwendung geübt.

Die Teilnehmenden werden gebeten, ihr **eigenes Smartphone** zum Workshop mitzubringen. Idealerweise haben sie die App *RMVgo* bereits installiert. Sollten Sie dabei Hilfe benötigen, sprechen Sie uns bitte an.

Jung hilft Alt mit Handy, Tablet & Co.

Bei dieser Veranstaltung dreht sich alles um die Themen Handy, Tablet & Co. Seniorinnen und Senioren haben die Möglichkeit, Fragen zu ihren mobilen Geräten und verschiedenen Themen zu stellen, wie z. B. WhatsApp, E-Mail, Fotos, Nachrichten, RMV-App, Kalender usw.

Die Zehntklässler des Wahlpflichtkurses „Jung hilft/trifft Alt“ der Lindenaus Schule stehen mit Rat und Tat unterstützend zur Seite. Auch das gesellige Beisammensein und der gegenseitige Austausch sollen an diesem Nachmittag nicht zu kurz kommen.

Der nächste Termin findet voraussichtlich im Herbst/Winter 2024 statt. Er wird vorab auf unserer Webseite bekannt gegeben.



JUNG HILFT ALT

Jugendliche engagieren sich für Seniorinnen & Senioren

Termin:

Herbst/Winter 2024

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 110

Kursgebühr:

kostenlos



Fit am Morgen

Für alle Menschen, die gerne Sport treiben, fit werden oder bleiben wollen.

Durch Bewegung werden Kraft, Beweglichkeit und die geistige Fitness erhalten. Die Stärkung der Rückenmuskulatur und Balance-Übungen gehören zu dem wöchentlichen Training genauso wie das ausgiebige Dehnen am Ende der Stunde, um Verspannungen entgegenzuwirken.

Mitzubringen sind:

Gymnastikmatte, Turnschuhe und ein Handtuch.

Bitte beachten: Der Kursraum befindet sich im 2. OG, der Zugang ist nicht barrierefrei.

Termin:

14 x mittwochs,
28.08. - 11.12.2024,
jeweils 9:30 - 10:30 Uhr

Kursort:

Heinrich-Fischer-Bad,
Gymnastikraum

Kursleitung:

Ulrike Rippert

Kursgebühr:

42,00 €

Bewegung mit Haltung



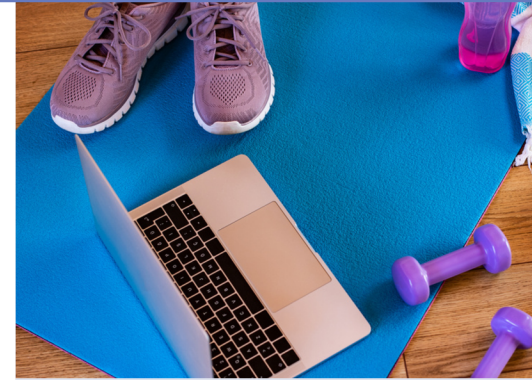
Für alle, die gerne wieder beweglicher werden, freier atmen oder ihre Haltung verbessern möchten. Mit Übungen aus Yoga, Pilates und vielem mehr, die unter Anleitung präzise ausgeführt werden, soll die Beweglichkeit verbessert werden. Faszien-Training und Entspannungsübungen runden das Programm ab.

Das Training richtet sich nach den Fähigkeiten und Bedürfnissen der Teilnehmenden.

Sie benötigen eine Gymnastikmatte und 2 Handtücher (eines für die Matte, das andere für die Übungen).



Sie möchten am Kurs teilnehmen, haben aber noch nie Zoom verwendet? Dann ist unser Zoom-Kurs für Anfänger/innen (S. 7) vielleicht etwas für Sie.



Kurstermine:

10 x dienstags,
17.09. - 26.11.2024,
jeweils 17:00 - 18:00 Uhr

Kursort:

Online via Zoom

Kursleitung:

Wera Howe

Kosten:

30,00 €

**Termin:**

10 x donnerstags,
19.09. - 12.12.2024,
jeweils 10:45 - 11:45 Uhr

Kursort:

vhs-Gebäude
Ulanenplatz 4, 63452 Hanau

Kursleitung:

Erich Münz

Kursgebühr:

83,00 €

Hatha-Yoga für Senioren

In Kooperation mit



Dieser Kurs richtet sich an ältere Menschen, auch mit körperlichen Einschränkungen, die aber dennoch Hatha-Yoga üben möchten.

In diesem Kurs werden die Yogaübungen in Anlehnung an die Tradition von T. K. V. Desikachar geübt. Dabei stehen die Übenden in besonderer Weise mit ihren individuellen Möglichkeiten und Fähigkeiten im Mittelpunkt.

Voraussetzung ist die Möglichkeit, stabil und eigenständig auf einem Hocker sitzen zu können.

Bitte bequeme Sportkleidung, dicke Socken und eine Wolldecke mitbringen.



Die **Anmeldung** für diesen Kurs läuft über die **Volkshochschule Hanau:**

Tel. 06181 923800 E-Mail: fit@vhs-hanau.de

Fit im Kopf - Gedächtnistraining

Regelmäßiges Gedächtnis- und Konzentrationstraining führt zu einer Steigerung der Hirnleistung unabhängig vom Alter der Trainierenden. Die Kursleiterinnen sind durch eine Ausbildung des Bundesverbandes Gedächtnistraining e.V. befähigt, diese qualifizierten Kurse zu leiten. In entspannter Atmosphäre lernen Teilnehmende spielerisch, Konzentration, Merkfähigkeit, Denkflexibilität und Wortfindung zu trainieren.

Der Einstieg in diese Kurse ist jederzeit möglich.



Kurs 1: Großauheim

Altes Rathaus

10 x dienstags, 24.09. - 26.11.2024,
jeweils 14:30 - 16:00 Uhr

Kursleitung: Bärbel Lederer

Kursgebühr: 60,00 €

Kurs 2: Kesselstadt

Weststadtbüro

10 x donnerstags, 26.09. - 05.12.2024,
jeweils 10:00 - 11:30 Uhr

Kursleitung: Hildegard Waltemate

Kursgebühr: 60,00 €

**Termin:**

Samstag, 28.09.2024

16:00 - 18:00 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 110

Kursleitung:

Silke Priesterbach-Young

Kursgebühr:

kostenlos

Entspannt in den Herbst

In diesem Entspannungsangebot werden verschiedene Übungen vermittelt, die Gelassenheit und Ruhe bringen. Durch unterschiedliche Anleitungen erfahren die Teilnehmenden Entspannung für Körper und Geist. Die achtsamkeitsbasierten Atem-, Bewegungs- und Entspannungsübungen sprechen die bewusste Körperwahrnehmung an und tragen zum Wohlbefinden und innerer Ausgeglichenheit bei.

Die Übungen können im Liegen oder Sitzen ausgeführt werden.

Achtsamkeit zum Kennenlernen

Der achtwöchige Kurs verbindet Theorie und Praxis der Achtsamkeit. Zum Einsatz kommen dabei Kurzvorträge zu verschiedenen Themen sowie dazu passende Achtsamkeitsübungen. Die Reflektion der eigenen Erfahrungen und der gegenseitige Austausch nach jeder Kurseinheit runden das Angebot ab.

An den Kurstagen werden verschiedene Aspekte der Achtsamkeit in den Fokus genommen, z. B. Achtsamkeit als Haltung oder Achtsamkeit in Gedanken, Gefühlen und Handlung. Im Vordergrund steht dabei immer der individuelle Zugang der Teilnehmenden zum Thema Achtsamkeit sowie ihre Interessen, Möglichkeiten und Fähigkeiten.



Interessierte können vorab an einem kostenlosen und unverbindlichen Schnuppertermin teilnehmen:
Dienstag, 1. Oktober 2024, 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr



Kurstermine:

8 x dienstags

15.10. - 03.12.2024

jeweils 10:00 bis 11:30 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 110

Kursleitung:

Bernhard Klüe

Kosten:

24,00 €

**Termin:**

6 x montags,
04.11. - 09.12.2024,
jeweils 10:00 - 11:00 Uhr

Kursort:

Online via Zoom

Kursleitung:

Silke Priesterbach-Young

Kursgebühr:

18,00 €

Kleine Auszeit im Alltag

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich eine kleine Auszeit im Alltag gönnen möchten.

Mit Fantasie- und Gedankenreisen bauen die Teilnehmenden Stress ab und erreichen wohltuende Entspannung. Sie können sich somit erholen, Ihren Akku wieder aufladen und erfrischt dem Alltag begegnen.



Sie möchten am Kurs teilnehmen, haben aber noch nie Zoom verwendet? Dann ist unser Zoom-Kurs für Anfänger/innen (S. 7) vielleicht etwas für Sie.

Stress lass nach



Im Kurs wird sanft mit bewusster An- und Entspannung einzelner Muskelpartien gearbeitet. Dies fördert das Ruhegefühl und den Entspannungsprozess im ganzen Körper. Die Entspannungsmethode Progressive Muskelentspannung (PME) eignet sich für Menschen bis ins hohe Alter. Sie kann im Sitzen oder im Liegen ausgeführt werden. Wird die PME regelmäßig angewendet, wirkt sich dies positiv auf Körper und Seele aus. Schlafstörungen, innere Unruhe, spannungsbedingte Beschwerden, wie Kopf-, Rücken- oder Schulterschmerzen, können gelindert werden.



Sie möchten am Kurs teilnehmen, haben aber noch nie Zoom verwendet? Dann ist unser Zoom-Kurs für Anfänger/innen (S. 7) vielleicht etwas für Sie.



Kurstermine:

6 x donnerstags

07.11. - 12.12.2024

jeweils 18:00 bis 19:00 Uhr

Kursort:

Online via Zoom

Kursleitung:

Silke Priesterbach-Young

Kosten:

18,00 €



Aquarellmalerei

In diesem Maltreff können sich die Teilnehmenden künstlerisch-kreativ ausleben. Die Gruppe trifft sich alle 14 Tage und malt in netter Atmosphäre. Die Motive werden von den Teilnehmenden selbst gewählt, es kann auch mit anderen Farben gemalt werden.

Termin:

10 x dienstags,
06.08. - 10.12.2024
(alle 2 Wochen)
jeweils 14:30 - 16:30 Uhr

Kursort:

Bürgerhaus Großbauheim

Kursleitung:

Annegret Bohndorf

Kursgebühr:

kostenlos

Töpfern

Der Kurs richtet sich an Anfänger/-innen und fortgeschrittene Töpferbegeisterte. Einige Grundkenntnisse sollten die Teilnehmenden jedoch mitbringen, da hier zwar in einer geselligen Gruppe getöpft wird, aber jede/-r nach seinen eigenen Vorstellungen und Vorlieben kreativ wird.

Die Gestaltungsmöglichkeiten sind vielseitig. Unterstützt wird die Gruppe durch eine erfahrene ehrenamtliche Kursleiterin.

**Termine:**

13 x freitags

30.08. - 13.12.2024

jeweils 14:30 - 16:30 Uhr

Kursort:

Töpferraum der

Karl-Rehbein-Schule

Kursleitung:

Doris Glattacker

Kursgebühr:

78,00 €



Kegeln

Gleichgesinnte Senioren/-innen treffen sich wöchentlich mit viel Elan in geselliger Runde zum Kegeln. Neben der sportlichen Betätigung stehen auch gute Unterhaltung und viel Spaß im Vordergrund.

Alle Interessierten sind herzlich willkommen.

Termine:

20 x freitags,

02.08. - 20.12.2024

jeweils 14:30 - 16:30 Uhr

Kursort:

Nachbarschaftshaus

Lamboy-Tümpelgarten

Kursleitung:

Petra Krämer-Schoppe

Kursgebühr:

60,00 €

Online-Lesekreis



Ob Austausch über Gelesenes, ein Buch vorstellen, gemeinsam ein Buch lesen oder Leseinspirationen sammeln - all das ist möglich in unserem Online-Lesekreis, ganz bequem von zuhause aus.

Ein Einstieg in den Lesekreis ist jederzeit möglich, auch wenn das jeweilige Buch nicht gelesen wurde.

Leseliste:

14.10.2024 - Doppelleben (Alain Claude Sulzer)

11.11.2024 - Schlaflose Nacht (Margriet de Moor)

09.12.2024 - Ein Zug voller Hoffnung (Viola Ardone)



Sie möchten am Kurs teilnehmen, haben aber noch nie Zoom verwendet? Dann ist unser Zoom-Kurs für Anfänger/innen (S. 7) vielleicht etwas für Sie.



Termine:

jeden 2. Montag im Monat

ab 14.10.2024

18:00 - 19:30 Uhr

Kursort:

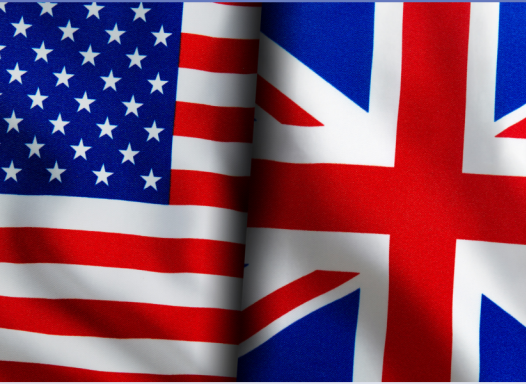
Online via Zoom

Kursleitung:

Gabriele Völler

Kursgebühr:

kostenlos

**Termine:**

14 x montags,

26.08. - 16.12.2024

jeweils 13:00 - 14:30 Uhr

Kursort:

Online via Zoom

Kursleitung:

Ursula Schulze

Kursgebühr:

63,00 €

Englisch für Fortgeschrittene

Der Online-Kurs richtet sich an Teilnehmende, die über solide Grundkenntnisse der englischen Sprache verfügen und diese gerne weiter ausbauen möchten.

Anhand eines Lehrbuchs (zzgl. zu den Kursgebühren) werden Sprach-, Les-, Hörverstehen und Grammatik geübt und in der Gruppe angewandt.

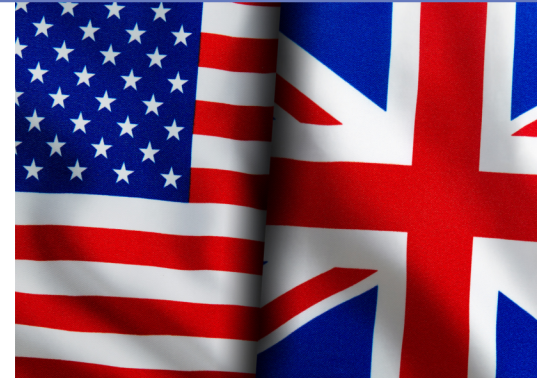


Sie möchten am Kurs teilnehmen, haben aber noch nie Zoom verwendet? Dann ist unser Zoom-Kurs für Anfänger/innen (S. 7) vielleicht etwas für Sie.

English Workshop Club (EWC)

In diesem Kurs geht es darum, früher gelernte Sprachkenntnisse in einem lebendigen Umfeld wieder anzuwenden, aufzufrischen und eventuell zu erweitern. Die Teilnehmenden sollten Grundkenntnisse mitbringen, Anfänger/-innen können sich in dieser lockeren Runde aber ebenfalls inspirieren lassen.

Im Kurs kommen Texte/Lektionen aus der fremdsprachlichen Zeitschrift "Sportlight" zum Einsatz, die gemeinsam bearbeitet werden. Es werden aber immer auch allgemeine Themen besprochen, die von den Teilnehmenden selbst mitgebracht werden (z. B. aus dem sozialen Umfeld, Politik, Vereinsleben usw.).

**Termine:**

21 x montags,
05.08. - 23.12.2024
jeweils 17:00 - 18:30 Uhr

Kursort:

Nachbarschaftshaus
Lamboy-Tümpelgarten

Kursleitung:

Helmut Kins

Kursgebühr:

kostenlos

**Termine:**

20 x montags,
05.08. - 16.12.2024
jeweils 18:00 - 19:00 Uhr

Kursort:

Online via Zoom

Kursleitung:

Antonia Bannert

Kursgebühr:

60,00 €

Spanisch (A2)

Der Online-Kurs richtet sich an Teilnehmende, die über erste Grundkenntnisse der spanischen Sprache verfügen und diese gerne weiter ausbauen möchten.

In der Gruppe werden verschiedene Übungen zum Sprechen, Lesen, Schreiben und zur Grammatik bearbeitet.



Sie möchten am Kurs teilnehmen, haben aber noch nie Zoom verwendet? Dann ist unser Zoom-Kurs für Anfänger/innen (S. 7) vielleicht etwas für Sie.

Französisch für Fortgeschrittene (A2-B1)



Der Online-Kurs richtet sich an Teilnehmende, die über solide Grundkenntnisse der französischen Sprache verfügen und diese gerne weiter ausbauen möchten.

In der Gruppe werden verschiedene Übungen zum Sprechen, Lesen, Schreiben und zur Grammatik bearbeitet.



Sie möchten am Kurs teilnehmen, haben aber noch nie Zoom verwendet? Dann ist unser Zoom-Kurs für Anfänger/innen (S. 7) vielleicht etwas für Sie.



Termine:

11 x donnerstags,
05.09. - 05.12.2024
jeweils 12:30 - 13:30 Uhr

Kursort:

Online via Zoom

Kursleitung:

Zohra Kotterba

Kursgebühr:

33,00 €

**Termine:**

12x donnerstags,
26.09.2024 - 23.01.2025
jeweils 10:00 - 11:30 Uhr

Kursort:

Seniorenbüro, Raum 110

Kursleitung:

Claudia Pisano

Kursgebühr:

105,00 €

Italienisch A1 - Ripetere e praticare

In Kooperation mit



In diesem Kurs können die Teilnehmenden in einer kleinen Gruppe (8-10 Personen), ohne Zeitdruck und in einer entspannten Atmosphäre ihre Italienischkenntnisse erweitern und festigen.

Das Lehrwerk wird durch authentische und aktuelle Materialien ergänzt (z. B. kurze Internetvideos, einfache journalistische Mitteilungen usw.), die das Hör- und Leseverstehen fördern.

Mit Techniken aus dem Spontantheater, abwechslungsreichen Übungen und viel Zeit zum freien Sprechen erproben Sie die Kommunikation in den wichtigsten Alltagssituationen.



Die **Anmeldung** für diesen Kurs läuft über die **Volkshochschule Hanau:**

Tel. 06181 923800 E-Mail: fit@vhs-hanau.de

Immer auf dem laufenden mit unserem E-Mail-Newsletter

Mit unserem E-Mail-Newsletter sind Sie immer bestens über unsere aktuellen Veranstaltungen informiert.

Anmeldung

Um den Newsletter zu abonnieren, senden Sie uns bitte eine E-Mail an: seniorenbuero@hanau.de

Der Newsletter erscheint 6-7 Mal im Jahr und ist kostenlos. Selbstverständlich können Sie sich jederzeit wieder abmelden.



IHR WEG ZU UNS

Hanauer Seniorenbüro

Haus am Steinheimer Tor
Steinheimer Straße 1
63450 Hanau

Das Gebäude ist rollstuhlgerecht.
Ein Behinderten-WC ist vorhanden.



... mit dem Bus

Linie 4: Haltestelle Am Steinheimer Tor / Kino



... mit dem Auto

Das Hanauer Seniorenbüro befindet sich gegenüber des Parkhauses „Kinopolis 2“.



... zu Fuß

Marktplatz: ca. 7 Minuten Fußweg
Westbahnhof: ca. 10 Minuten Fußweg



Hanauer
Seniorenbüro

Die beste Alternative.