

3. Einzelveranstaltungen im Überblick: Vorträge/

V O R T R Ä G E:

Informationsabend zu den Computerkursen

Donnerstag, 23.02.2012, 19.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14
Eintritt frei!

Kursbeginn bei der Volkshochschule Illingen e.V. ab Montag, 27.02.2012

Mehr als 160 Kurse werden angeboten. Programme bei allen Banken und Sparkassen der Region sowie im Rathaus der Gemeinde, beim Kulturbüro in der Illipse und beim BESl.

Von 0 auf 10 – von 0-Sport zum 10 km Volkslauf

Montag, 27.02.2012, 19.30 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Eine kostenlose Informationsveranstaltung, um telefonische Voranmeldung unter 06825/404230 oder im Internet unter www.lauffabrik.de wird gebeten!

Von 10 auf 21 – vom Volkslauf zum Halbmarathon

Dienstag, 28.02.2012, 19.30 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Eine kostenlose Informationsveranstaltung, um telefonische Voranmeldung unter 06825/404230 oder im Internet unter www.lauffabrik.de wird gebeten!

Dem Zucker davonlaufen! Diabetes Mellitus Typ II

Donnerstag, 01.03.2012, 19.30 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Eine kostenlose Informationsveranstaltung, um telefonische Voranmeldung unter 06825/404230 oder im Internet unter www.lauffabrik.de wird gebeten!

Prävention – Gehirn-Jogging MAT®

Dienstag, 06.03.2012, 18.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

MAT® ist eine wissenschaftlich anerkannte Methode der Gesellschaft für Gehirntraining – GfG e. V. zur Erhaltung und Verbesserung der geistigen Leistungsfähigkeit. Kleine Übungen führen zur Steigerung der Gehirnleistung. Das Training erfolgt ohne Wissensabfrage und ohne Zeitdruck mittels angepasster Übungen in kleinen Gruppen (4 – 10 Teilnehmer). Arbeitsmaterial wird gestellt. Zur Wahl stehen zwei Kursvarianten: **Schnupperkurs:** 2 Unterrichtseinheiten à 2 Stunden// **Basiskurs:** 10 Unterrichtseinheiten à 1 Stunde. Die Termine werden in Absprache mit den Teilnehmern festgelegt. Referentin: Petra Kuhn. Eine kostenlose Informationsveranstaltung, um telefonische Voranmeldung unter 06825/404230 wird gebeten!

Künstler der Malschule „Kunst für Kids“ stellen ihre Werke aus!

Einladung zur Vernissage

Sonntag, 11.03.2012, 15.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Vererben zu Gunsten behinderter Menschen

Mittwoch, 21.03.2012, 15.00 Uhr, Rathaus Illingen, Hauptstr. 86

Referent: Dr. Olaf Pick, Notar

Eintritt frei, um telefonische Voranmeldung unter 06825/409 125 wird gebeten.

“Hollywood’s Heavies” - Als Männer noch Männer waren.

Hollywoodlegenden und ihr Mythos. Teil I: „Kirk Douglas“

Mittwoch, 28.03.2012, 19.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Sie waren die Helden zweier Generationen begeisterter Kinobesucher und der Schwarm vieler Besucherinnen: Hollywoods Superstars der klassischen Ära der großen Film-Studios. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurden sie auch in Deutschland bekannt und eroberten auch hier die Herzen des Publikums. Sie verkörperten rauhen männlichen Individualismus gemischt mit Romantik. Trotz strenger Verträge mit den großen Firmen der Traumfabrik blieben sie doch immer Künstler mit ganz eigenem Image und Charme. Hören und sehen Sie selbst, was die “Hollywood Heavies” in der Zeit “als Männer noch Männer waren” so attraktiv gemacht hatte. Referent: Dr. Heribert Leonardy, Eintritt frei, um telefonische Voranmeldung unter 06825/404 230 wird gebeten.

3. Einzelveranstaltungen im Überblick: Vorträge/

Herz-Kreislauf-Erkrankungen – immer noch Todesursache Nr. 1

Dienstag, 17.04.2012, 15.00 Uhr, Rathaus Illingen, Hauptstr. 86

Referent: Dr. Alois Junk, Internist

Eintritt frei, um telefonische Voranmeldung unter 06825/409 125 wird gebeten.

Suchtprävention: Alkohol, Drogen

Mittwoch, 18. April 2012, 19.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 12

Zu einem außergewöhnlichen Vortrag zum Thema Suchtprävention lädt der Suchtberater Dietmar Mees ein. Als Betroffener weiß Mees, wovon er redet. Er erzählt aus seinem Leben. Wie er in die Sucht gekommen ist. Wie er Hilfe bekommen hat. Wie sein Therapieverlauf war und wie er seit über zehn Jahren ohne Alkohol ein sehr zufriedenes Leben führt. Seine Biografie kann man auch anhand von Bildern verfolgen. Er erklärt aber auch das Krankheitsbild Alkoholismus aus der Sicht eines Betroffenen und wissenswertes zum Thema Drogen. Er zeigt Wege und Hilfe aus der Sucht. In der anschließenden offenen Fragerunde kann man sich dann weiter informieren. Hier besteht die Möglichkeit, Informationen über die heimtückische tödliche Krankheit Alkoholismus aus kompetenter Quelle zu erfahren. Als Zielgruppe sieht Mees vor allen Dingen Angehörige von abhängigen Menschen und allgemein interessierte Menschen.

Mees referiert auch über die Gerüchteküche, die sich um die MPU, auch „Idiotentest“ genannt, gebildet hat. Auch hier kann er wichtige Hinweise geben.

Weitere Informationen zum Vortrag unter den Internetadressen www.dmees.de oder www.mpu-mees.de, sowie beim Referenten unter der Telefonnummer: 06897 6010413. Der Vortrag ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ausbildung zum Psychologischen Berater / Personal Coach

Donnerstag, 19.04.2012, 19.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Kostenlose Informationsveranstaltung! Informationen zu den Ausbildungsinhalten finden Sie unter www.innenwelten-web.de

Mitgliederversammlung der VHS Illingen e.V.

Mittwoch, 25. April 2012, 19.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Führung durch das historische Illingen

Dienstag, 08.05.2012, 15.30 Uhr, Treffpunkt: Kath. Pfarrkirche St. Stephan, Illingen (Haupteingang);
Leitung: Horst-Dieter Kiehn

„Lebensmittelallergien“

Mittwoch, 09. Mai 2012, 19.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Immer wieder Beschwerden nach den Mahlzeiten? Kribbeln auf der Zunge, Magen-Darm-Beschwerden, Schnupfen, Ekzeme, Müdigkeit, Kopfschmerzen, Kreislaufschwäche,.....

Die Liste der möglichen Symptome bei Lebensmittelallergien und –unverträglichkeiten ist groß. Eine Lebensmittelallergie ist jedoch kein unausweichliches Schicksal. Der Vortrag greift Fragen rund um das Thema Lebensmittelallergie auf und gibt praktische Hilfestellungen für den Alltag. Referentin: Stefanie Schneider, Gesundheitsberaterin ganzheitl. Gesundheit. Eintritt frei, um telefonische Voranmeldung unter 06825/404 230 wird gebeten.

Darmerkrankungen auf dem Vormarsch - Vorbeugung und Behandlungsmöglichkeiten

Mittwoch, 23.05.2012, 15.00 Uhr, Rathaus Illingen, Hauptstr. 86

Referent: Dr. Bernd Kotterbach, Facharzt für Innere Medizin,

Eintritt frei, um telefonische Voranmeldung unter 06825/409 125 wird gebeten.

3. Einzelveranstaltungen im Überblick: Vorträge/

Ich schaff's nicht mehr alleine – was nun?

Betreuung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung - Wege und Hilfen um auch in Alter und Krankheit das Leben nach eigenen Vorstellungen zu gestalten

Mittwoch, 23.05.2012, 19.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

In einer Zeit mit wachsender Zahl allein lebender Menschen, der Lockerung familiärer Bindungen und der absehbaren demographischen Entwicklung in der Bevölkerung, wird sich die Anzahl derjenigen stetig vergrößern, die zur Regelung ihrer persönlichen oder geschäftlichen Angelegenheiten ganz oder teilweise auf die Hilfe (fremder) Dritter angewiesen sein werden.

Ein Hilfsmittel dazu wird in steigendem Maß das Instrument der Betreuung sein, von dem bereits heute zahlreiche Menschen profitieren. Der Bedarf an Betreuung kann sich aber nicht nur bei alten Menschen aufgrund z.B. altersbedingter Gebrechlichkeit oder Krankheit ergeben, sondern auch schon bei jungen physisch kranken oder behinderten Menschen entsprechend des Grades ihrer Beeinträchtigung. Auch ein Unfall kann aus einem aktiven selbst bestimmten Menschen von einem zum anderen Tag einen Menschen machen, der auf die Hilfe Dritter angewiesen ist. Ein besonderes Aufgabengebiet mit wachsendem Betreuungsbedarf wird zudem die steigende Zahl Demenzkranker sein.

Daher sollte man sich über die Problematik und die Konsequenzen einer eingeschränkten oder unmöglich gewordenen eigenen Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit und einem daraus eventuell resultierenden Betreuungsbedarf und denkbarer Alternativen Gedanken machen und sich eingehend informieren. Hierzu gehören neben dem Wissen, worum es bei der Betreuung geht, wie sie abläuft und funktioniert auch die Themenbereiche der Vorsorgevollmacht und der Patientenverfügung.

Eine vorausschauend planende rechtliche Vorsorge für die gesundheitlichen Unwägbarkeiten des Lebens zu treffen und durch geeignete Maßnahmen sicher zu stellen, dass der eigene Wille auch dann noch gilt und umgesetzt wird, wenn man ihn nicht mehr selbst bestimmen äußern kann, sollte für jeden Menschen so selbstverständlich sein wie der Abschluss einer Lebensversicherung als finanzielle Vorsorge. Referent: Manfred Bender, Eintritt frei, um telefonische Voranmeldung unter 06825/404 230 wird gebeten.

Traditionelle chinesische Medizin (TCM) - diagnostische und therapeutische Möglichkeiten

Mittwoch, 20.06.2012, 15.00 Uhr, Rathaus Illingen, Hauptstr. 86

Referent: Claus Knapp, Heilpraktiker

Eintritt frei, um telefonische Voranmeldung unter 06825/409 125 wird gebeten.

“Hollywood's Heavies” - Als Männer noch Männer waren.

Hollywoodlegenden und ihr Mythos. Teil II: „John Wayne“

Mittwoch, 27.06.2012, 19.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Sie waren die Helden zweier Generationen begeisterter Kinobesucher und der Schwarm vieler Besucherinnen: Hollywoods Superstars der klassischen Ära der großen Film-Studios. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurden sie auch in Deutschland bekannt und eroberten auch hier die Herzen des Publikums. Sie verkörperten rauhen männlichen Individualismus gemischt mit Romantik. Trotz strenger Verträge mit den großen Firmen der Traumfabrik blieben sie doch immer Künstler mit ganz eigenem Image und Charme. Hören und sehen Sie selbst, was die “Hollywood Heavies” in der Zeit “als Männer noch Männer waren” so attraktiv gemacht hatte. Referent: Dr. Heribert Leonardy, Eintritt frei, um telefonische Voranmeldung unter 06825/404 230 wird gebeten.

Die Geschichte der deutschen Kolonien: „Das Schutzgebiet Deutsch-Ostafrika“

Mittwoch, 13.06.2012, 19.00 Uhr, Bildungszentrum Wustweiler, Pastor-Schulz-Str. 14

Die deutsche Kolonie Ostafrika war das mit Abstand flächenmäßig größte aller Schutzgebiete des Deutschen Reiches und dabei fast doppelt so groß wie das Mutterland. Landschaftlich abwechslungsreich und bewohnt von zahlreichen verschiedenen Völkern stießen die deutschen Kolonialherren immer wieder auf teils erbitterten Widerstand bei der Inbesitznahme des Landes. Nach Überwindung dieser Probleme nahm die Kolonie eine rasante Entwicklung, die aber schon wenige Jahre später vom Ersten Weltkrieg gestoppt wurde. Ostafrika sollte auch einer der berühmtesten Kriegsschauplätze außerhalb Europas werden, und eng damit verbunden ist der Name des in Saarlouis geborenen Oberbefehlshabers der ostafrikanischen Truppen General von Lettow-Vorbeck. Der Vortrag gibt einen Überblick über die Geschichte dieser Kolonie von der Zeit ihres Erwerbs in den 80er Jahren des 19. Jahrhunderts bis zu ihrem Verlust nach dem Ersten Weltkrieg. Ergänzt wird der

3. Einzelveranstaltungen im Überblick: Vorträge/

Vortrag durch zahlreiche Farbbilder aus der Zeit vor dem Ersten Weltkrieg. Referent: Manfred Bender, Eintritt frei, um telefonische Voranmeldung unter 06825/404 230 wird gebeten.

Führung durch das historische Illingen

Dienstag, 28.08.2012, 15.30 Uhr, Treffpunkt: Kath. Pfarrkirche St. Stephan, Illingen (Haupteingang);
Leitung: Horst-Dieter Kiehn

Für Anmeldungen, Fragen und Auskünfte zu den Kursen und Einzelveranstaltungen wenden Sie sich bitte an:

VHS Illingen e.V.

Pastor-Schulz-Str. 14, 66557 Illingen-Wustweiler

Mo – Do von 09.00 – 12.00 und von 14.00 – 16.00 Uhr

06825/ 404 230