

Fortsetzung von Seite 1:

**Lach doch mal (wieder)!**

leicht für Leute, die nie die Möglichkeit hatten, an einer Uni zu studieren oder einfach nur, um seine Kenntnisse aufzufrischen“, wirbt sie für das Studium Generale.

**Kochen mit Profis**

Gesund kochen, dabei Spaß haben und genießen lernen die Teilnehmer in den verschiedenen Kochkursen der VHS. „Genuss ist sehr wichtig“, betont Anna Conte, Leiterin des Bereichs ruhige Gesundheit/Kochen. Als Dozenten gibt es nur Profiköche, die den verschiedenen Ansprüchen der Teilnehmer, vom Anfänger bis zu Spezialgerichten wie Meeresfrüchte oder Kochen mit Kräutern, gerecht werden. Kochkurse, die sich speziell mit Länderküche auseinandersetzen, werden zudem nur von Köchen aus dem jeweiligen Land gegeben. „Die Dozenten bringen auch ein Stück ihres Landes mit“, beschreibt Conte.

**Lach-Yoga**

Yoga kennt man meist als ernste und ruhige, fast meditative Sportart. Wie viel Spaß man dabei haben kann, zeigt Lach-Yoga-Trainer und Musiker aus Leidenschaft Rainer Zechmeister in seinem Kurs „Musikalisches Lachtraining“. „Lachen fördert die Kreativität“, betont er. „Blockaden werden gelöst, man erhält einen Energieschub und fühlt sich wohl.“ Blockaden überwinden gilt es



**Lachen ist gesund und macht kreativ. Lach-Yoga-Trainer Rainer Zechmeister (Mitte) leitet im kommenden Semester den VHS-Kurs „Musikalisches Lachtraining“. Zusammen mit den Fachbereichsleitern (v.li.) Roswitha de Souza, Andreas Tscherniwetz, Silvia Engelhardt und Anna Conte und dem VHS-Vorstand präsentierte er jetzt das neue Programmheft der VHS Haar. Foto: KF**

nicht nur in der Musik, sondern auch in allen Bereichen, in denen man sich nicht traut, seine Gefühle auszudrücken. Schließlich würde Lach-Yoga dabei helfen, sich aus Situationen, in denen einem nicht zum Lachen zumute ist, herauszulachen.

**Afrikanischer Tanz**

Roswitha de Souza betreut den aktiven Gesundheitsbereich und gibt selbst Kurse in Afrikanischen Tänzen. „Mein Mann kommt aus Benin und begleitet uns live auf seiner Trommel“, beschreibt sie. Wie vernetzt die Kurse an der VHS sind, zeigt die Film-Matinee im Haarer Kino am 18. April: „Der Erwählte des Voodoo: Dem das Meer gehört“ erzählt die Geschichte des Voodooökö-

nigs in Quidah und des Animismus, der Naturreligion in Benin.

Weiterhin können Modern Jazz-Ballettkurse mit Herbert Huber, einem Solotänzer am Gärtnerplatztheater, gebucht werden. Nach vielen Anfragen von Kursteilnehmern bietet die VHS wieder Capoeira an.

**Office 2010**

„Zusammen mit dem Microsoft-Experten Axel Gillert bieten wir einen Schnupper-Workshop für das neue Office 2010, das im Juni 2010 erscheinen soll“, stellt Andreas Tscherniwetz, Leiter des Fachbereichs EDV/berufliche Weiterbildung, vor. Gillert gibt unter anderem Tipps im Umgang mit dem neuen Programm.

Ein weiteres Highlight in diesem Bereich ist „Fotografie mit Modelfotograf Bobby Boe.

Einerseits gibt er eine Praxis-kursreihe zum aktiven Fotografieren von Portrait, Architektur, Natur, Abendlandschaften und Aktfotografie. Des Weiteren stellt er in einem Vortrag die Funktionen von Photoshop vor.

Im Bereich berufliche Weiterbildung leitet die Journalistin Kirsten Althof einen Kurs zum erfolgreichen Bewerben im Internet.

**Verlängerte Öffnungszeiten**

In der Haupteinschreibeweche zwischen Montag, 22. Februar, und Freitag, 26. Februar, gelten für die Büros an der Friedrich-Ebert-Straße 12 und am Jagdfeldring 80 verlängerte Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr, sowie 15 bis 19.30 Uhr. Telefonisch ist die VHS unter 089/45 69 85 10 oder 089/45 69 85 20 zwischen 9 und 12 Uhr sowie von 14 bis 18 Uhr erreichbar. – KF –

**Mandarin-Chinesisch für Jugendliche**

Neu im Bereich Sprachen sind die Anfängerkurse „Mandarin-Chinesisch“ für Jugendliche zwischen 15 und 18 Jahren und der dazugehörige Kinderkurs. „Chinesisch ist sehr im Kommen“, erklärt Aban Gazdar, Leiterin des Fachbereichs Sprachen. Die Chinesisch-Kurse für Erwachsene liefen seit Jahren sehr gut, ebenso die Dauerbrenner Italienisch und Englisch. „Die Teilnehmer sollen die lebendige Sprache erleben und nicht nur ihre Kursleiterin. Das können sie entweder auf Reisen oder bei einem Film“, sagt Gazdar. Daher bespielt die VHS das Haarer Kino mit hochwertigen englischsprachigen Filmen, die auch die Anfänger gerne besuchen.

Hallo am 4.02.2010

## Lach doch mal (wieder)!

### VHS Haar startet in das Frühjahr-/Sommersemester 2010

**Das Programm der VHS Haar für das kommende Frühjahr-/Sommersemester ist da und die Teilnehmer können sich in allen Bereichen, von Gesundheit, Kochen und Tanz, Gesellschaft und Kultur, Sprachen bis EDV und berufliche Bildung auf viele neue Kurse freuen.**

Insgesamt bieten die 312 Kursleiter der VHS Haar im kommenden Semester 954 Kurse an, 3605 haben sich bereits angemeldet oder wollen ihre Kur-

se an der VHS weiterführen. „VHS Haar = Vielfalt“ ist der Titel des neuen Programms. Aber damit sind nicht nur die zahlreichen Kurse gemeint, sondern auch die verschiedenen Lerntypen, die die Angebote der VHS nutzen. „Das aktuelle Titelbild ist eine Hommage an Teilnehmer, die textorientiert sind“, erklärt Alfred Pfeuffer, Leiter der VHS.

Bereits zum dritten Mal veranstaltet die VHS zusammen mit dem Umweltreferat und den

Gemeindewerken Haar die „Klimawochen“. Bei diversen Vorträgen, Besichtigungen und Exkursionen bleibt keine Frage rund ums Klima und Energiesparen unbeantwortet.

Sehr am Herzen liegt Silvia Engelhardt, Leiterin des Fachbereichs Gesellschaft und Kultur, das „Studium Generale“. „Experten präsentieren hier zeitgemäß Wissen aus den verschiedensten Bereichen. Besonders interessant ist es viel-

*Fortsetzung Seite 4*



**Das neue Programmheft der VHS Haar**