



*Stellerburg*

DITHMARSCHER GESCHICHTE

Seite 7

Besuchen Sie das  
**Hebbel-Museum**  
in Wesselburen: Eines der schönsten  
Dichterhäuser Deutschlands



**Öffnungszeiten Mai bis Oktober:**

Di. bis Do. 11.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 17.00 Uhr

Fr. bis So. 11.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 16.00 Uhr

**November bis April:**

Di. und Do. 14.00 - 17.00 Uhr und nach Vereinbarung

**Hebbel-Museum Wesselburen**

Österstraße 6 (Nähe Kirche) · Tel.: (0 48 33) 41 90

[www.hebbel-museum.de](http://www.hebbel-museum.de)



Volkshochschule  
Wesselburen

Betreiber: Volkshochschulen in Dithmarschen e.V.

**Geschäftsstelle**

25704 Meldorf

Süderstraße 16 (Ditmarsia)

Tel.: 04832 9575-0

Fax: 04832 9575-5

E-Mail: [info@vhs-wesselburen.de](mailto:info@vhs-wesselburen.de)

<http://www.vhs-wesselburen.de>

**Bankverbindung:**

IBAN: DE30 2225 0020 0090 1909 19

BIC: NOLADE21WHO

**Leiter**

Rüdiger Möller

[moeller@vhs-wesselburen.de](mailto:moeller@vhs-wesselburen.de)

Tel.: 04833 1883

**Verwaltung**

Brigitte Duchow

[info@vhs-wesselburen.de](mailto:info@vhs-wesselburen.de)

**Geschäftszeiten**

Montag 08.30 - 12.30 Uhr und 14.30 - 17.00 Uhr

Dienstag 08.30 - 12.30 Uhr und 14.30 - 17.00 Uhr

Mittwoch geschlossen

Donnerstag 08.30 - 12.30 Uhr und 14.30 - 17.00 Uhr

Freitag 08.30 - 12.30 Uhr

Während der Schulferien geschlossen.

Herrn Rüdiger Möller erreichen Sie außerhalb der Schulferien mittwochs von 15.00 - 16.00 Uhr im Offenen Ganztage der Eider-Nordsee-Schule in Wesselburen, Dohrnstraße 1.

## Nora – gute Pflege hat einen Namen

*Oft sind es Kleinigkeiten, die den Unterschied so groß machen.*

Neben unserem Pflegewohnhaus mit 2 Hausgemeinschaften jetzt auch mit pflegerischer Betreuung in Ihrem häuslichen Umfeld.

**Unser Einzugsgebiet:**

Amt Büsum/Wesselburen mit allen Umlandgemeinden bis einschließlich Lunden und Wöhrden, Großraum Heide

Bahnhofstraße 2  
25764 Wesselburen  
Tel. (04833) 4250275  
[www.nora-ambulant.de](http://www.nora-ambulant.de)





Seit 2009 gibt es in Wesselburen den gemeinsamen Offenen Ganztags der Eider-Nordsee-Schule und der Grundschule.



Hier haben die Kinder die Möglichkeit, neben einem Mittagessen und einer kostenlosen Hausaufgabenbetreuung je nach Interesse nachmittags an zahlreichen verschiedenen Kursen teilzunehmen. Ob Lernförderung, Tanzkurs, Sport oder Fahrradwerkstatt – Lernen und Spaß stehen im Regentropfenhaus Seite an Seite. Ansprechpartner für den Offenen Ganztags sind Britta Utech, Rüdiger Möller sowie Matthias Goetzke.

Telefonisch erreichbar ist der Ganztags unter der Telefonnummer 04833 1883. Sie finden uns auch im Internet unter: [www.ogt-wesselburen.de](http://www.ogt-wesselburen.de)

Träger des Angebotes:  
**VOLKSHOCHSCHULEN IN DITHMARSCHEN E. V.**  
 Süderstr. 16, 25704 Meldorf  
 Tel.: 04832 4243 / Fax: 04832 5040  
 E-Mail: [mail@vhs-dithmarschen.de](mailto:mail@vhs-dithmarschen.de)  
 Internet: [www.vhs-dithmarschen.de](http://www.vhs-dithmarschen.de)  
 Leitung: Martin Gietzelt



### Suchen Sie Unterhaltung? Spannung? Abenteuer? Lehrreiches?

Bücher für Alt und Jung gibt es in der

## Stadtbücherei Wesselburen

im Hebbelhaus, Süderstraße 49,

dazu eine große Auswahl an CDs, CD-ROMs und DVD-Filmen.

Schnäppchen gibt es in unserem Bücher-Basar.

Fürs Forschen, Suchen und Üben finden Sie alles, was nicht in der Bücherei vorhanden ist, bei uns in der Internet-Stube.

**E-Mail:** [buecherei@wesselburen.de](mailto:buecherei@wesselburen.de) - [www.stadtbuecherei.wesselburen.de](http://www.stadtbuecherei.wesselburen.de)

#### Öffnungszeiten:

Montag	16.00 – 18.00 Uhr
Dienstag	16.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch	geschlossen
Donnerstag	16.00 – 18.00 Uhr
Freitag	10:00 – 12:00 Uhr

# Inhalt

<b>Heimat- und Länderkunde Kinderakademie</b>	<b>6 8</b>		<b>Gesellschaft</b>
<b>Berufliche Kommunikation</b>	<b>9</b>		<b>Beruf / EDV</b>
<b>Dänisch Englisch</b>	<b>10 10</b>		<b>Sprachen</b>
<b>Gymnastik Ernährung Erste Hilfe Tanz</b>	<b>11 13 13 14</b>		<b>Gesundheit</b>
<b>Künstlerisches und Kunsthandwerkliches Gestalten</b>	<b>15</b>		<b>Kultur</b>
<b>Lesen und Schreiben lernen</b>	<b>16</b>		<b>Grundbildung</b>





## 1101

Rüdiger Möller  
(Historiker)

### Wesselburen

Hebbel-Museum

Österstraße 6

Donnerstag, 1.2.2018

19.00 - 20.30 Uhr

kostenfrei

## 1105

Rüdiger Möller  
(Historiker)

### Wesselburen

Hebbel-Museum

Österstraße 6

Termin auf Anfrage

kostenfrei

## HEIMAT- UND LÄNDERKUNDE

### Wesselburener Wurzeln II

Wenn man nach bedeutenden Wesselburenern fragt, denkt nahezu jeder natürlich zunächst an Friedrich Hebbel. Doch der Dichter und Dramatiker war nicht die einzige Persönlichkeit, deren Wurzeln in Wesselburen liegen. Zahlreiche Menschen, die eine Rolle in Politik, Kunst oder Gesellschaft spielten, haben eine Beziehung zu der kleinen Stadt in Dithmarschen, sei es dass sie selbst aus ihr oder dem Kirchspiel stammen, sei es dass ihre Vorfahren hier zuhause waren. Auch dieser zweite Vortrag in der Reihe „Wesselburener Wurzeln“ soll dabei die weniger bekannten Verbindungen zu Wesselburen beleuchten und eine interessante Reise durch die Zeiten sein.

### Geschichtswerkstatt Wesselburen

Wesselburen hat eine interessante Geschichte, die inzwischen erfolgreich auch bei Stadtführungen vermittelt wird. Die VHS Wesselburen bietet interessierten Personen die Möglichkeit, an der Erforschung und Vermittlung historischer Fakten mitzuwirken. In Zusammenarbeit mit den Stadtführerinnen und Stadtführern wird in gemeinsamer Arbeit Material gesichtet und ausgewertet, das in Archiven oder in der Literatur bisher unbeachtet schlummert.

Die Wesselburener Geschichtswerkstatt existiert seit dem Herbstsemester 2015.

**Neueinsteiger** sind jederzeit willkommen.



Ambulanter Pflegedienst Hannchen Franke

Inhaberin: Birte Hansen

birtehansen@aol.com

Am Markt 11 - 25746 Wesselburen - Tel. (0 48 33) 4 20 92



## Geschichte Dithmarschens

### Veranstaltungsreihe der Volkshochschulen

#### Meldorf und Wesselburen

*Spöttische Stimmen behaupten, dass das Interesse der Dithmarscher an ihrer Geschichte wohl ausgeprägt sei, allerdings nur bis zum Ende der „großen“ Zeit der Eigenständigkeit 1559, für die sich der schillernde und unscharfe Begriff „Bauernrepublik“ etabliert hat. Mit dieser Veranstaltungsreihe wollen wir dem Interesse an der Dithmarscher Geschichte einen fachlich sicheren Boden geben. Dafür konnten wir eine Reihe von Kennern der Dithmarscher Geschichte als Referenten gewinnen. Dazu zählen die Archäologen Dr. Rüdiger Kelm, Dr. Volker Arnold und Dr. Dirk Meier ebenso wie die Historiker Jörg Mißfeldt, Rüdiger Möller und Martin Gietzelt.*

*Vorgesehen ist ein chronologischer Durchlauf der Geschichte Dithmarschens von den Anfängen bis in das 20. Jahrhundert. Dabei werden pro Semester jeweils vier Nachmittage gestaltet und optional in einer Exkursion vertieft.*

### Landschaftsentwicklung und Siedlungs- und Bedeichungsgeschichte des Dithmarscher Küstengebietes

Diese Veranstaltungsreihe beschäftigt sich mit der Entwicklung des Dithmarscher Küstengebietes im Laufe der Jahrtausende. Der holozäne Meeresspiegelanstieg und die Geologie werden hierbei genauso angesprochen wie die Entstehung des Wattenmeeres und der Seemarschen. Die Flachsiedlungen und Wurten der römischen Kaiserzeit, die Dorfwurten des Mittelalters, die großen Sturmfluten und der Deich- und Landesausbau bis zur frühen Neuzeit sollen in den Vorträgen behandelt werden, immer natürlich in Verbindung mit den Menschen, die im Dithmarscher Küstengebiet lebten. Hierbei sollen etwa die Fragen beantwortet werden, wie die Menschen auf die wechselnden Umweltbedingungen reagierten und warum die Marschen zeitweise verlassen wurden. Die Veranstaltungsreihe setzt sich aus folgenden Einzelveranstaltungen zusammen:

- **Donnerstag, 5. Oktober 2017**  
Meeresspiegelanstieg und ältere Landschaftsentwicklung
- **Samstag, 7. Oktober 2017**  
Exkursion Landschaft und Besiedlung des Dithmarscher Küstengebietes. **Start:** 10 Uhr an der Kirche in Wesselburen
- **Donnerstag, 12. Oktober 2017**  
Das Dithmarscher Küstengebiet in der römischen Kaiserzeit
- **Donnerstag, 19. Oktober 2017**  
Das Dithmarscher Küstengebiet im frühen Mittelalter
- **Donnerstag, 26. Oktober 2017**  
Das Dithmarscher Küstengebiet vom Hochmittelalter bis zur frühen Neuzeit

Die Veranstaltungen finden im Semesterwechsel entweder in Wesselburen oder in Meldorf statt. Sie können semesterweise gebucht werden.

## 1806

Dr. Dirk Meier  
Wesselburen  
Hebbel-Museum

Österstraße 6

Donnerstag, 5.10.2017

17.00 - 18.30 Uhr

4 Nachmittage

+ Exkursion

Entgelt: 68,- EUR



### 1903

Rainer Grohmann  
Ursel Grohmann  
**Wesselburen**, Hebbelhaus  
Süderstraße 49  
Samstag, 16.9.2017  
14.00 - 16.00 Uhr  
Entgelt: 1,- EUR

### 1902

Jörg Dewitz  
(Mathe- und Physiklehrer)  
**Wesselburen**, Hebbelhaus  
Süderstraße 49  
Samstag, 7.10.2017  
14.00 - 15.30 Uhr  
Entgelt: 1,- EUR

**Wegen begrenzter Teilnehmerzahl bitten wir jeweils um Anmeldungen.**

### 1901

Irina Kan  
(Musikpädagogin)  
**Wesselburen**, Hebbelhaus  
Süderstraße 49  
Samstag, 4.11.2017  
14.00 - 17.00 Uhr  
Entgelt: 1,- EUR

### 1904

Bjoern Petersen  
(Medienbildung im außerschulischen Bereich)  
**Wesselburen**, Hebbelhaus  
Süderstraße 49  
Samstag, 13.1.2018  
14.00 - 17.00 Uhr  
Entgelt: 1,- EUR

## Kunst in der Steinzeit: Malerei mit Naturfarben

Durch die Entdeckung der Höhlenmalerei wissen wir, dass unsere Vorfahren die Herstellung und den Umgang mit Farbe beherrschten. Auch wir werden aus Naturprodukten wie Holzkohle, Pflanzen und Mineralien Farbe herstellen und auf Leder ausprobieren. Daraus könnt ihr dann tolle Lederbeutel selber machen.

In Kooperation mit dem Steinzeitpark Dithmarschen und der Volkshochschule Wesselburen

## Eine Reise durch das Sonnensystem

Warum ist der Mond auch tagsüber zu sehen und warum sieht er immer anders aus? Kann ich auf der Venus atmen? Gibt es auf dem Mars Wasser - oder sogar Leben? Kann ich auf dem Jupiter stehen und warum hat der Saturn denn Ringe? Was würde ich auf dem Mond wiegen oder auf dem Uranus? Scheint auf dem Neptun überhaupt noch die Sonne? Herrje!

Fragen über Fragen über unser Sonnensystem. In dieser Veranstaltung sollen diese Fragen und noch mehr geklärt werden. Mit Experimenten zur Veranschaulichung und der Einladung, dem Dozenten Löcher in den Bauch zu fragen ...

In Kooperation mit der Volkshochschule Wesselburen

## MuTanS - Musik Tanz Spiel

Auf geht's! Du hast Lust zum Tanzen, Musizieren, Krach machen oder einfach mit deinen Freunden gemeinsam Spaß haben? Dann bist du hier richtig!

MuTanS - ist eine Kombination aus Musik, Tanz und Spiel. Erlebe Dich neu! Probiere viele neue Dinge, wie Bodypercussion, Stomping Stuff (Rhythmus mit Alltagsgegenständen), Bewegungs- und Musikimprovisationen und viel mehr!

Traue es dir zu! Wir freuen uns auf Dich!

In Kooperation mit der Volkshochschule Wesselburen

## Wie funktioniert ein Radiostudio?

Wir drehen an (fast) allen Knöpfen des Radiomischpultes und probieren Mikrofone, Zuspieler und Effektgeräte aus. Warum klingt meine Stimme durch das Mikrofon ganz anders? Wie moderiere ich Musik an? Kann ich Fehler und Versprecher herausschneiden? Das alles findet ihr in diesem Workshop heraus.

**Schwerpunkte:** Tontechnik; Musik und Sprache; Aufnahme/Schnitt; eigene Stimme hören; eigene Stimme nutzen

In Kooperation mit dem Offenen Kanal Westküste und der Volkshochschule Wesselburen

*Im Rahmen einer neuen Kooperation der Volkshochschulen Brunsbüttel, Meldorf und Heide wird diese neue Seminarreihe standortübergreifend für berufliche Fort- und Weiterbildung in Dithmarschen entwickelt.*

*Die Seminare haben zum Ziel, Ihre persönlichen Kompetenzen (nicht nur) im beruflichen Alltag zu erweitern.*

*Zum Programmstart jetzt im Herbst 2017 beginnen wir mit einem Grundlagen-Modul zum Thema „Kommunikation“. Die Serie wird im Frühjahr 2018 fortgesetzt. Die Module können einzeln oder als zusammenhängende Modulfolge gebucht werden.*

*Der Seminarort ist abhängig davon, woher die meisten Teilnehmer kommen und wird entweder Heide, Meldorf oder Brunsbüttel sein.*

## Grundlagen der Kommunikation - Verbesserung der Kommunikation im beruflichen Alltag

Kommunikation erscheint uns nicht nur im beruflichen Alltag als etwas so Selbstverständliches, dass wir kaum darüber nachdenken, auf welche Art und Weise sie geschieht. Doch nur, wenn wir uns unseres eigenen kommunikativen Verhaltens bewusst sind, können wir die Kommunikation steuern und somit unsere Präsenz verbessern. Wir erhalten dadurch die Möglichkeit, Gesprächsverläufe und Arbeitsatmosphäre positiv und konstruktiv zu beeinflussen, denn erfolgreiche Kommunikation bedeutet auch verbesserte Leistung und Kooperation. **Inhalte:**

- Zusammenhang zwischen Kommunikation und Persönlichkeit
- Eigene Stärken, eigene Entwicklungsmöglichkeiten im Kommunikationsverhalten erkennen und trainieren
- Kommunikationsstile der Gesprächspartner erkennen
- Kommunikationsstörungen erkennen und vermeiden
- ...

## Vorankündigungen Frühjahr 2018

(genaue Termine im Programmheft Frühjahr 2018)

**Modul 2 - Schwierige Gespräche führen**  
Verbesserung der Gesprächsführung in schwierigen Fällen

**Modul 3 - Argumentations- und Diskussionsstraining**  
Verbesserung des Argumentations- und Diskussionsverhaltens  
Mit Argumenten überzeugen – in Diskussionen bestehen

**Modul 4 - Schlagfertigkeitstraining**  
Verbesserung der Schlagfertigkeit  
Wenn einem die Worte fehlen...

**Modul 5 - Auftritt und Körpersprache**  
Verbesserung des Auftritts und der Körpersprache  
Auch ohne Worte besser kommunizieren

### 2015

Ingrid Awanessi  
**Brunsbüttel, Heide oder Meldorf**  
Endgültige Bekanntgabe  
ca. 14 Tage vor Beginn  
Samstag, 11.11. und  
Samstag, 25.11.2017  
jeweils 9.00 - 17.00 Uhr  
Entgelt: 148,- EUR

Eingeschränktes  
Rücktrittsrecht



### Ihre Ansprechpartnerin:

Anja Brandt  
Bildungskette Büsum Wesselburen  
brandt@vhs-dithmarschen.de



## 3001

Vedis Drave  
**Wesselburen**, Schulzentrum  
 Offener Ganzttag  
 Dohrnstraße 1  
 Montag, 18.9.2017  
 15.30 - 17.00 Uhr  
 10 Nachmittage  
 Entgelt: 60,- EUR

## 3002

Vedis Drave  
**Wesselburen**, Schulzentrum  
 Offener Ganzttag  
 Dohrnstraße 1  
 Montag, 18.9.2017  
 17.00 - 18.30 Uhr  
 10 Nachmittage  
 Entgelt: 60,- EUR

## 3102

Ingrid Awanessi  
**Wesselburen**, Schulzentrum  
 Seminarraum, Dohrnstraße 1  
 Mittwoch, 20.9.2017  
 18.15 - 19.45 Uhr  
 12 Abende  
 Entgelt: 54,- EUR

## 3103

Ingrid Awanessi  
**Wesselburen**, Schulzentrum  
 Seminarraum, Dohrnstraße 1  
 Donnerstag, 21.9.2017  
 17.15 - 18.45 Uhr  
 12 Nachmittage  
 Entgelt: 54,- EUR

## DÄNISCH

### Dänisch für Anfänger

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse oder mit geringen Vorkenntnissen.  
 Sie erhalten eine Einführung in die Sprache und lernen mit alltäglichen Situationen und landestypischen Gepflogenheiten umzugehen.



### Dänisch für Fortgeschrittene

Fortsetzung eines bestehenden Kurses.  
 Für Einsteiger mit Vorkenntnissen geeignet.

## ENGLISCH

### Englisch noch einmal ganz von vorn. Und das mit 50 Plus?

Sie haben einmal Englisch gelernt, aber (fast) alles wieder vergessen? Sie möchten gern noch einmal alle Grundlagen erarbeiten? Stressfrei und mit Spaß sprechen lernen, in lockerer Runde, doch mit klaren Zielen?

Dieser bereits bestehende Kurs bietet Ihnen dazu die Möglichkeit. Neue Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch:** Easy English Niveau A1.2

### Easy English

#### - Englisch noch einmal ganz von vorn

Dieser Kurs bietet Teilnehmern jeden Alters die Möglichkeit, noch einmal alle Grundlagen der englischen Sprache zu erarbeiten, stressfrei und mit Spaß sprechen zu lernen.

Geringe Vorkenntnisse sollten vorhanden sein.

**Lehrbuch:** Easy English A 2.1



## Refresher Course

### - Englisch für Wiedereinsteiger mit fortgeschrittenen Kenntnissen

Dieser Kurs bietet Teilnehmern die Möglichkeit, ihre Grundkenntnisse der englischen Sprache aufzufrischen, um sich in Standardsituationen angemessen zu verständigen: Sprechen und Verstehen im Alltag stehend dabei im Mittelpunkt, ob im Privaten, während einer Reise oder im Beruf. Sie lernen, sich zu aktuellen und interessanten Themen auszudrücken und gewinnen zunehmend an Sicherheit.

Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch:** A New Start, Refresher B 2

## 3104

Ingrid Awanessi  
**Wesselburen**, Schulzentrum  
 Seminarraum, Dohrnstraße 1  
 Donnerstag, 21.9.2017  
 19.00 - 20.30 Uhr  
 12 Abende  
 Entgelt: 54,- EUR

## Gesundheit und Fitness



## GYMNASTIK

### „Fit bis ins hohe Alter“ - Seniorengymnastik -

In den Übungsstunden werden durch abwechslungsreiche und altersgerechte Übungen Körper und Geist aktiviert. Die Aktivitäten beinhalten Koordinationsübungen, Sturzprophylaxe, Gleichgewichtsübungen. Spiel, Spaß und Freude an der Bewegung stehen im Vordergrund. Die Übungen erfolgen vorwiegend im Sitzen und teilweise im Stehen.

Neueinsteiger sind jederzeit - auch während des laufenden Kurses - willkommen.

### 4203 F

Silke Karsten  
**Wesselburen**, Hebbelhaus  
 Hebbelsaal, Süderstraße 49  
 Mittwoch, 17.1.2018  
 8.30 - 9.15 Uhr  
 10 Vormittage  
 Entgelt: 23,- EUR

### 4204 F

Mittwoch, 17.1.2018  
 9.30 - 10.15 Uhr  
 10 Vormittage

## 4203

Silke Karsten  
**Wesselburen**, Hebbelhaus  
 Hebbelsaal, Süderstraße 49  
 Mittwoch, 4.10.2017  
 8.30 - 9.15 Uhr  
 9 Vormittage  
 Entgelt: 20,70 EUR

## 4204

Mittwoch, 4.10.2017  
 9.30 - 10.15 Uhr  
 9 Vormittage



## 4221

Carmen Diener-Paulsen  
**Wesselburen**, Schulzentrum  
Sporthalle Grundschule  
Ekenesch 15  
Montag, 4.9.2017  
18.30 - 20.00 Uhr  
12 Abende  
Entgelt: 36,- EUR

## Powergymnastik und Step

Erhaltung und Verbesserung sportlicher Fitness in der Gruppe mit Rhythmus und Schwung.



## 4223

Hans Peters  
**Wesselburen**, Hebbelhaus  
Hebbelsaal, Süderstraße 49  
fortlaufend  
dienstags, 9.00 - 10.00 Uhr  
10 Vormittage  
Entgelt: 30,- EUR

## Pilates

### Für Frauen und Männer ohne Vorkenntnisse und Altersbegrenzung

Die Pilates-Methode bietet Ihnen ein komplettes Trainingsangebot für den ganzen Körper. Dabei werden nicht nur die wichtigsten Muskelgruppen trainiert, sondern auch die seltener beanspruchten. Sehr wichtig ist dabei die Atmung. Positive Effekte sind: Besseres Gleichgewicht, weniger Stress, verbesserte Verdauung, höhere Sauerstoffaufnahme, bessere Durchblutung, schönere Haut, stabiles Immunsystem, schönere Körperformen, mehr Kraft und Koordination. Ziel der Übungsstunde am Vormittag ist, gelassen und gestärkt in den Alltag zurückzukehren.

**Achtung Warteliste:** Ein Einstieg ist nur nach Rücksprache mit der Geschäftsstelle der VHS Wesselburen möglich.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung und eine Decke

## 4226

Hans Peters  
**Wesselburen**, Hebbelhaus  
Hebbelsaal, Süderstraße 49  
fortlaufend  
dienstags 10.15 - 11.00 Uhr  
10 Vormittage  
Entgelt: 22,50 EUR

## Präventive Rückenschule

### Für Frauen und Männer ohne Vorkenntnisse

**Aufwärmen:** Fördert körperliche und psychische Leistungsbereitschaft, regt den Kreislauf an.

**Kräftigungsübung:** Stärkt die Muskeln.

**Mobilitätsübungen:** Dehnübungen verbessern die Beweglichkeit der Gelenke und leiten die Regeneration der Muskeln ein. Durch Druck und Zug wird der Stoffwechsel von Bandscheiben und Knorpel angeregt.

**Entspannungsübungen:** Der ganze Körper stellt sich wieder auf Ruhe ein.

**Achtung Warteliste:** Ein Einstieg ist nur nach Rücksprache mit der Geschäftsstelle der VHS Wesselburen möglich.

**Bitte mitbringen:** ein Kissen, bequeme Kleidung und dicke Socken

## ERNÄHRUNG

### Männer-Kochclub

Für Männer, die selbst Gerichte nicht nur der mediterranen Küche zubereiten und kochen möchten.

Es wird nichts vorausgesetzt, Spaß am Kochen in der Gruppe zur Erweiterung des eigenen Könnens ist wichtig.

#### Bitte beachten:

Derzeit ruht der Kurs wegen der Bauarbeiten an der Friedrich-Hebbel-Schule, er wird jedoch nach Fertigstellung der neuen Gebäude fortgesetzt.

#### Warteliste

(Infos direkt bei Ulrich Czekalla, Tel. 04833 4296018)

## ERSTE HILFE

### „Teddy braucht Hilfe“ ein Projekt des DRK-Kreisverbandes Dithmarschen für Kinder im Vor- und Grundschulalter

Kinder im Vor- und Grundschulalter, die in diesem Kurs spielerisch an die Erste Hilfe herangeführt werden, sind von Natur aus risikobereit und verletzen sich immer mal wieder. Mit dem Projekt leistet das JRK einen wichtigen Beitrag zur Unfallverhütung und sensibilisiert für die eigene Gesundheit und die der Anderen. Der Kurs richtet sich an Kinder bis zum Alter von acht Jahren.

Begleitpersonen (auch Geschwister und Großeltern) sind herzlich willkommen.



Weitere Erste-Hilfe-Angebote unter: [www.drk-dithmarschen.de](http://www.drk-dithmarschen.de)

## 4310

Ulrich Czekalla  
**Wesselburen**, Schulzentrum  
Küche, Dohrnstraße 1  
3. Donnerstag im Monat  
18.45 - ca. 20.45 Uhr  
Kostenumlage

## 4501

Bettina Grünberg  
**Wesselburen**, Schulzentrum  
Offener Ganztage  
Dohrnstraße 1  
Freitag, 27.10.2017  
16.00 - 18.00 Uhr  
kostenfrei

## 4502

Dienstag, 7.11.2017  
16.00 - 18.00 Uhr  
kostenfrei





## 5901

Marie Conrad  
Süderdeich, Familienzentrum  
Hellschener Chaussee 11  
Freitag, 6.10.2017  
19.00 - 20.30 Uhr  
10 Abende  
Entgelt: 50,- EUR



## TANZ

### Einführungskurs Orientalischer Tanz

#### Balsam für Körper, Geist und Seele

Bauchtanz eignet sich nicht nur für die Bühne, denn was fast niemand weiß: Diese Tanzkunst ist auch eine ideale Maßnahme gegen leichte Rücken-, Nacken- und Kniebeschwerden und eignet sich für jede Frau. Tauchen Sie ein in die orientalische Musik- und Bewegungswelt, lassen Sie den Alltag hinter sich und erleben Sie die Welt der 1001 Nacht. Mit kleinen Anfängerchoreografien arbeiten wir an Ausstrahlung und Körpergefühl. Entdecken Sie sich als Frau neu, getreu nach dem orientalischem Sprichwort: „Eine Frau ohne Bauch, ist wie der Himmel ohne Sterne.“

## 5902

Marie Conrad  
Süderdeich, Familienzentrum  
Hellschener Chaussee 11  
Donnerstag, 7.9.2017  
20.00 - 21.30 Uhr  
10 Abende  
Entgelt: 50,- EUR

### Anfänger- und Mittelstufenkurs Orientalischer Tanz

#### Balsam für Körper, Geist und Seele

Bauchtanz eignet sich nicht nur für die Bühne, denn was fast niemand weiß: Diese Tanzkunst ist auch eine ideale Maßnahme gegen leichte Rücken-, Nacken- und Kniebeschwerden und eignet sich für jede Frau. Tauchen Sie ein in die orientalische Musik- und Bewegungswelt, lassen Sie den Alltag hinter sich und erleben Sie die Welt der 1001 Nacht. Der Anfänger- und Mittelstufenkurs ist die Fortsetzung eines Kurses aus dem vorangegangenen Semester.

Neueinsteiger mit Vorkenntnissen sind willkommen.



**Haus der Jugend**  
Ev. Jugend u. Freizeitzentrum  
Am Markt 5, 25764 Wesselburen  
Tel: 04833/425092  
[www.ju-wesselburen.de](http://www.ju-wesselburen.de)

Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr. 14:00-20:00Uhr



## KÜNSTLERISCHES UND KUNSTHAND- WERKLICHES GESTALTEN

### Linolschnitt



Der Linolschnitt ist eine graphische Technik, die man schnell erlernen kann. Bekannte Künstler wie Frans Masereel oder HAP Grieshaber arbeiteten mit dem Material Linol.

Der Kurs bietet die Möglichkeit, sich mit einfachen Formen in dieser Technik, bei der eine Linolplatte mit einem speziellen Werkzeug zugeschnitten und danach für den Druck auf Papier verwendet wird, zu versuchen und seiner Kreativität freien Lauf zu lassen.

## 5500

Georg Jonietz  
(Maler und Bildhauer)  
**Wesselburen**  
Atelier Klausenberg  
Am Stadtpark 14  
Donnerstag, 2.11.2017  
18.00 - 19.30 Uhr  
10 Abende  
Entgelt: 40,- EUR

Die Materialkosten für jeden Teilnehmer betragen etwa 15,00 €.

**NoRa**  
Pfl egewohnhaus



*Hausgemeinschaften  
für Pflegebedürftige  
in Wesselburen*

**das etwas *andere* Pflegeheim...**  
**individuell, lebenswert und zuwendungsvoll umsorgt werden:**  
*in Kurzzeit-, Urlaubs- oder Dauerpflege*

**Nehmen Sie Kontakt zu uns auf!**  
Gern stellen wir Ihnen die Angebote der Hausgemeinschaften im NoRa Pfl egewohnhaus im persönlichen Gespräch vor und beraten Sie entsprechend Ihrer individuellen Situation.

Telefon: 0 48 33 / 42500-0  
Telefax: 0 48 33 / 42500-26

NoRa Pfl egewohnhaus KG [www.nora-pfl egewohnhaus.de](http://www.nora-pfl egewohnhaus.de)  
Bahnhofstr. 4a • Wesselburen [info@nora-pfl egewohnhaus.de](mailto:info@nora-pfl egewohnhaus.de)

**Nur Mut!**

Auch als Erwachsener können Sie besser Lesen und Schreiben lernen! Wir haben Kurse in Brunsbüttel, Heide und Meldorf.

Bei uns lernen Sie:

- das, was Sie brauchen
- einmal in der Woche
- am Vormittag oder am Abend
- in kleinen Gruppen
- ohne Angst

Ich berate Sie gerne!

Rufen Sie mich an:

Joachim Kring, Tel. **04832 4243**

alfa@vhs-dithmarschen.de



**Machen Sie Mut!**

Bitte machen Sie Betroffenen Mut und informieren Sie über unser Kurs- und Beratungsangebot.

Wir bieten ein individuelles Lese- und Schreibtraining für Alltag und Beruf. Zurzeit gibt es Kurse an den Volkshochschulen Brunsbüttel, Heide und Meldorf.

Lassen Sie sich persönlich und kostenlos beraten.

**Kontakt:**

Joachim Kring, Tel. 04832 4243, E-Mail: alfa@vhs-dithmarschen.de  
Alphabetisierung und Grundbildung/Regionalstelle Dithmarschen  
Volkshochschulen in Dithmarschen e. V., Süderstraße 16, Meldorf

Wir fördern Arbeit



Das Projekt „Alphabetisierung und Grundbildung“ wird aus dem Landesprogramm Arbeit mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert. Mehr Informationen im Internet: [www.EU-SH.schleswig-holstein.de](http://www.EU-SH.schleswig-holstein.de)

Betreiber: Volkshochschulen in Dithmarschen e. V.

Kurs Nr.	Kurstitel	Gebühr €
Familienname		Vorname
Straße Hausnummer		PLZ Wohnort
Telefon (dienstl./privat)		
E-Mail		
Ich erkenne die im VHS-Heft veröffentlichten Teilnahmebedingungen sowie die auf der Rückseite vermerkten Bedingungen für die Teilnahme an.		
Ort/Datum	Unterschrift	

Betreiber: Volkshochschulen in Dithmarschen e. V.

Kurs Nr.	Kurstitel	Gebühr €
Familienname		Vorname
Straße Hausnummer		PLZ Wohnort
Telefon (dienstl./privat)		
E-Mail		
Ich erkenne die im VHS-Heft veröffentlichten Teilnahmebedingungen sowie die auf der Rückseite vermerkten Bedingungen für die Teilnahme an.		
Ort/Datum	Unterschrift	

## Teilnahmebedingungen (Auszug):

1. Das Entgelt ergibt sich aus der aktuellen Ankündigung der Veranstaltung. Das Entgelt wird am Folgetag des ersten Veranstaltungstages fällig.
2. Sie können 3 Werktage vor Kursbeginn von Ihrer Kursanmeldung zurücktreten, wenn kein eingeschränktes Rücktrittsrecht angegeben ist. Andernfalls kann die volle Kursgebühr eingefordert werden. Das Fernbleiben vom Kursus gilt nicht als Abmeldung

## Bankverbindung

IBAN: DE30 2225 0020 0090 1909 19

BIC: NOLADE21WHO

Bitte geben Sie bei der Einzahlung die Kursnummer an.

## Hinweis gemäß Datenschutzgesetz

Ihre Angaben zur Kursanmeldung werden ausschließlich für interne Verwaltungszwecke verwendet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht.

## Teilnahmebedingungen (Auszug):

1. Das Entgelt ergibt sich aus der aktuellen Ankündigung der Veranstaltung. Das Entgelt wird am Folgetag des ersten Veranstaltungstages fällig.
2. Sie können 3 Werktage vor Kursbeginn von Ihrer Kursanmeldung zurücktreten, wenn kein eingeschränktes Rücktrittsrecht angegeben ist. Andernfalls kann die volle Kursgebühr eingefordert werden. Das Fernbleiben vom Kursus gilt nicht als Abmeldung

## Bankverbindung

IBAN: DE30 2225 0020 0090 1909 19

BIC: NOLADE21WHO

Bitte geben Sie bei der Einzahlung die Kursnummer an.

## Hinweis gemäß Datenschutzgesetz

Ihre Angaben zur Kursanmeldung werden ausschließlich für interne Verwaltungszwecke verwendet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht.

Bitte  
freimachen

**Volkshochschule  
Wesselburen  
Süderstraße 16  
25704 Meldorf**

Bitte  
freimachen

**Volkshochschule  
Wesselburen  
Süderstraße 16  
25704 Meldorf**

# TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen des Vereins Volkshochschulen in Dithmarschen e.V. als Betreiber der Volkshochschule Wesselburen liegen in der Geschäftsstelle Süderstr. 16 in 25704 Meldorf aus. Sie sind auch unter [www.vhs-wesselburen.de](http://www.vhs-wesselburen.de) erreichbar.

## Auszug aus den AGB:

### Vertragsschluss

Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich. Mündliche oder telefonische Anmeldungen sind verbindlich, wenn sie innerhalb von 10 Tagen mündlich oder schriftlich angenommen werden. Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch diese Regelungen nicht berührt.

### Entgelt

Das Entgelt ergibt sich aus der aktuellen Ankündigung der Veranstaltung. Das Entgelt wird am ersten Veranstaltungstag fällig. Auf Antrag kann eine Ermäßigung des Teilnehmerentgelts bei Anmeldung nur durch die VHS-Geschäftsstelle gewährt werden für

- Sozialhilfeempfänger/innen, Arbeitslose, Schüler/innen, Schwerbehinderte, Auszubildende, Studenten/Studentinnen, Bundesfreiwilligendienstleistende bis zu 50 %
- Mehrfachbelegungen (Belegung verschiedenartiger Kurse in einem Semester), für den 2. Kursus von 25 %, für den 3. Kursus von 50 %.
- Für berufsbildende Maßnahmen und EDV-Kurse sowie Kurse der Seniorenakademie wird in der Regel keine Ermäßigung gewährt.
- Kinderkurse sind bereits ermäßigt. Eine weitere Ermäßigung ist nicht möglich.

### Organisatorische Änderungen

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch einen bestimmten Dozenten durchgeführt wird. Dies gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen eines Dozenten angekündigt wurde. Der Verein Volkshochschulen in Dithmarschen kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt sowie die Dauer einer Veranstaltung ändern. Muss eine Veranstaltungseinheit ausfallen, kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht nicht.

### Rücktritt und Kündigung durch den Verein Volkshochschulen in Dithmarschen

Die Mindestzahl der Teilnehmer wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 8 Personen. Wird diese Mindestzahl nicht erreicht, kann der Veranstalter vom Vertrag zurücktreten. Der Veranstalter kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die er nicht zu vertreten hat, ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Einheiten zum Gesamumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für den Vertragspartner unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für den Teilnehmer ohne Wert ist.

Wird das geschuldete Entgelt nicht innerhalb von 10 Tagen nach Veranstaltungsbeginn entrichtet, kann der Verein Volkshochschulen in Dithmarschen unter Androhung des Rücktritts eine Nachfrist zur Bezahlung setzen und sodann vom Vertrag zurücktreten. Der Vertragspartner schuldet in diesem Fall vorbehaltlich weitergehender Ansprüche für die Bearbeitung eine Vergütung von 5 %, höchstens € 20,00.

Der Verein Volkshochschulen in Dithmarschen kann in den Fällen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

- Gemeinschaftswidriges Verhalten trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch den Dozenten, insbesondere Störung durch Lärm- und Geräuschbelästigung oder durch schlechtes Verhalten,
- Ehrverletzungen aller Art gegenüber Teilnehmern, Kursleitern oder Beschäftigten des Vereins Volkshochschulen in Dithmarschen,
- Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften,
- Missbrauch der Veranstaltung für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
- Beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung,
- Statt einer Kündigung kann der Veranstalter den Teilnehmer auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen.
- Der Vergütungsanspruch des Veranstalters wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

### Kündigung und Widerruf durch den Vertragspartner

Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat der Vertragspartner den Verein Volkshochschulen in Dithmarschen auf den Mangel hinzuweisen und ihm innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann der Vertragspartner nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen. Der Vertragspartner kann den Vertrag kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen unzumutbar ist. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet. Dies gilt nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für den Vertragspartner unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für den Teilnehmer wertlos ist.

Sie können 3 Werktage vor Kursbeginn von ihrer Kursanmeldung zurücktreten, wenn kein eingeschränktes Rücktrittsrecht angegeben ist. Andernfalls kann die volle Kursgebühr eingefordert werden. Maßgebend für die Frist ist der Eingang bei der VHS-Geschäftsstelle. Das Fernbleiben vom Kursus gilt nicht als Abmeldung. Dozenten sind zur Entgegennahme von Rücktrittsmeldungen etc. nicht berechtigt, sondern nur die VHS-Geschäftsstelle!

Für alle Veranstaltungen mit der Kennzeichnung „Eingeschränktes Rücktrittsrecht“ ist ein Rücktritt ohne Zahlungsverpflichtung nur möglich, wenn Sie sich bei der VHS-Geschäftsstelle abgemeldet haben:

bei Wochenendveranstaltungen 4 Werktage vor Beginn

bei Bildungsurlaubsveranstaltungen 10 Werktage vor Beginn.

Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht bleibt unberührt.

Macht der Vertragspartner von einem ihm zustehenden gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch, so hat sie bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien zurückzugeben.

### Schadenersatzansprüche

Schadenersatzansprüche gegen den Verein Volkshochschulen in Dithmarschen sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit. Dieser Ausschluss gilt dann nicht, wenn der Verein Volkshochschulen in Dithmarschen Pflichten schuldhaft verletzt, die das Wesen des Vertrages ausmachen, ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper und Gesundheit des Teilnehmers.

Gerhardt Prütz



Mit der Region verbunden!



Sparkasse  
Mittelholstein AG