VOLKS
HOCH
SCHULE
GÖTZIS

INKLUSIVE VOLKSHOCHSCHULE

www.vhs-goetzis.at

JEDER MENSCH HAT EIN RECHT AUF BILDUNG

Frühjahr/Sommer 2017

© Karelnoppe | Dreamstime.com

INKLUSIVE VOLKSHOCHSCHULE

Allgemeine Kursinformation:

Die Anmeldung erfolgt in der Volkshochschule Götzis, telefonisch unter der Nummer 05523 – 551500 oder auch
per mail unter der Adresse: info@vhs-goetzis.at
Anmeldeschluss ist eine Woche vor Kursbeginn.

Teilnahmegebühren:
Wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben, aber doch nicht kommen können, müssen Sie sich früh genug wieder abmelden.
So können wir den Platz an jemanden anderen weitergeben.
Bitte nehmen Sie Ihre Anmeldung ernst – so können wir die Kurse gut organisieren und müssen sie nicht absagen.

Kursabsage:
Manchmal kann es vorkommen, dass Kurse abgesagt werden müssen. Dies passiert zum Beispiel, wenn der Kursleiter oder die Kursleiterin erkrankt sind oder wenn sich zu wenige Personen angemeldet haben. In diesem Falle werden wir Sie rechtzeitig vor dem Start informieren.

Wer einen Kulturpass hat, zahlt weniger!

IVHS bedeutet:
- Bildung in leichter Sprache
- Hier wird langsamer gelernt
- Lernen in ihrem Tempo

Alle Details und Neuigkeiten finden Sie auch unter:
www.vhs-goetzis.at/inklusive-vhs/

info@vhs-goetzis.at, 05523 55 150-0

Yoga für Menschen mit Einschränkungen

Termin:	Montag, 16. Jänner 2017 16:30 - 17:30 Uhr Dauer: 15 Nachmittage
Kursnummer:	M73005
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis
Kosten:	€ 99,00
Kursleiter:	Dr. Birgit Huber

Yoga ist für alle da!
Medizinische Studien zeigen: Gerade Personen, die körperlich eingeschränkt sind oder Menschen mit Lernschwierigkeiten profitieren ganz besonders von Yogaübungen.

Bei Multipler Sklerose vermindern gezielt angepasste Yogaübungen Gleichgewichtsstörungen, Muskelschwäche und Ermüdbarkeit.

Nach einem Schlaganfall verbessern passende Yogaübungen das Gleichgewicht und tragen zur Wiedergewinnung der neuromuskulären Kontrolle bei. Menschen mit Lernschwierigkeiten gewinnen Beweglichkeit, bessere Koordination und Lebensfreude.

Abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmerinnen und Teilnehmer wird im Sitzen, auf dem Stuhl, am Rollator oder im Rollstuhl geübt.

Lerntreff für Menschen mit besonderem Lernbedarf

Termin:	Montag, 22. Februar 2017 18:00 - 20:30 Uhr 10 Abende
Kursnummer:	M50020
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12, 1. Stock 6840 Götzis
Kosten:	kostenlos
Kursleiter:	Mag. Stephanie Lintner

DIE Chance zum Nachlernen und Wiederholen!

Zielgruppe: Menschen aller Erstsprachen, die Lesen, Schreiben und Rechnen von Grund auf lernen oder festigen (sichern) wollen.

Inhalte:

- Lesen, Schreiben, Rechtschreiben, einfaches Rechnen

In unseren Kleingruppen können Sie sich wohl fühlen.
Wir lernen, was uns im Alltag hilft und uns interessiert.

Einstieg laufend möglich!
Infos und Beratung: Alfa-Telefon Vorarlberg 0664 3281000

info@vhs-goetzis.at, 05523 55 150-0

Gesetze und Rechte

Termin:	Freitag, 24. Februar 2017 10:00 - 17:00 Uhr Dauer: 1 Tag
Kursnummer:	M19005
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis
Kosten:	€ 89,00
Kursleiter:	Univ. Prof. Mag. Dr. Reinhold Gärtner

Gesetze und Rechte:
Jede Gesellschaft braucht gemeinsame Spielregeln. Wir nennen diese Spielregeln Gesetze. Mit Gesetzen wird festgelegt wer was tun und lassen darf; wer welche Pflichten hat oder wer welche Rechte besitzt.

Wir dürfen z.B. nicht unnötig Lärm machen; müssen das Eigentum anderer achten und uns an Verkehrsregeln halten.

Heute unterhalten wir uns darüber, wie Gesetze entstehen, wie wir unsere Interessen bekannt machen können und wie wir uns in den politischen Entscheidungsprozess einbringen können.

Referent: Univ. Prof. Mag. Dr. Reinhold Gärtner vom Institut für Politikwissenschaft an der Universität Innsbruck

Kochtreff im März und im Mai

Termine:	• Samstag, 04. März 2017 • Samstag, 20. Mai 2017 13.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr Dauer: 1/2 Tag
Kursnummer:	• M66175 (04. März) • M66180 (20. Mai)
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 In der Küche der Kathi Lampert Schule
Kosten:	€ 20,00
Kursleiter:	Marie-Luise Huchler

Alles dreht sich um das Thema Kochen. Wir backen einfache Speisen im Ofen und kochen was dazu passt.

Kochen hält Leib und Seele zusammen. Wer gesund ist, der hat mehr vom Leben. Gesund kochen und gesund essen ist gar nicht so schwer. Lass dich überzeugen!

Bitte mitbringen: eine Schürze, Hausschuhe, zwei Geschirrtücher und kleine Vorratsdosen mit Deckel

info@vhs-goetzis.at, 05523 55 150-0

Malkurs - Lebe deine Kreativität

Termine:	• Freitag, 10. März 2017 • Freitag, 17. Mai 2017 14:00 bis 17.00 Uhr Dauer: 2 Tage
Kursnummer:	M61025
Treffpunkt:	Atelier Rinaldo Wiedengasse 9 Götzis
Kosten:	€ 39,00
Kursleiter:	Rinaldo Loacker

In ruhiger angenehmer Atmosphäre im Atelier des Götzner Künstlers Rinaldo lassen wir der eingenen Kreativität freien Lauf.

Rinaldo unterstützt mit Anregungen und Tipps das Gestalten von Tieren, Blumen, Landschaften, Sonnenuntergängen oder allem, was uns gefällt.

Bitte mitbringen: Malerbekleidung, Jause

Alle Details und Neuigkeiten finden Sie auch unter:

www.vhs-goetzis.at/inklusive-vhs/

Schreiben für alle

4 Termine:	• Samstag, 11. März 2017 • Samstag, 22. April 2017 • Samstag, 20. Mai 2017 • Samstag, 24. Juni 2017 09:00 - 12:20 Uhr
Kursnummer:	M16000
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis
Kosten:	€ 69,00
Kursleiter:	Evelyn Brandt

Das Schreiben von Geschichten und Gedichten kann heilsam wirken. Worte können trösten und Mut machen.

In der Schreibwerkstatt gibt es viele Ideen und Spiele. So macht das Schreiben Spaß und befreit!

Zielgruppe: Interessierte in schwierigen Lebensphasen, sowie Personen mit körperlichen, sozialen, geistigen Handicaps.

Referentin:
Evelyn Brandt, MA, Master in kreativem und biografischem Schreiben

info@vhs-goetzis.at, 05523 55 150-0

Kurzgeschichten Werkstatt

Termine:	• Samstag, 18. März 2017 • Sonntag, 22. April 2017 • 09:00 - 17:00 Uhr 2 Tage
Kursnummer:	M16005
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis
Kosten:	€ 149,00
Kursleiter:	Evelyn Brandt

Die Kurzgeschichte ist eine kleine Schwester des Romans.

Mit einem Wort: Kurzgeschichten möchten auf kostbar kleinem Raum in kurzer Zeit etwas Großes zeigen.

Inhalt:
- Aufbau und Wesen einer Kurzgeschichte
- Figurenarbeit
- Perspektive, Erzählzeit, Handlungsort, Spannungsbogen
- Stillehre

Referentin:
Evelyn Brandt, MA, Master in kreativem und biografischem Schreiben

Handy, Computer, Internet - Ein Kurs im Rahmen der Inklusiven VHS

4 Termine zur Auswahl:	• Samstag, 25. März 2017 • Samstag, 22. April 2017 • Samstag, 20. Mai 2017 • Samstag, 10. Juni 2017 14:00 - 17:00 Uhr Dauer: 1 Nachmittag
Kursnummern:	• M40030 (25. März) • M40035 (22. April) • M40040 (20. Mai) • M40045 (10. Juni)
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis
Kosten:	€ 18,00
Kursleiter:	Christoph Loacker/Katharina Öhe

Alles, was du schon immer übers Handy, den Computer und das Thema Internet wissen wolltest, kannst du hier erfragen.

Alle Teilnehmerlinnen haben einen Laptop oder einen PC vor sich und können gleichzeitig versuchen, die Theorie in die Praxis umzusetzen!

Bitte mitbringen: Handy und Laptop, wenn vorhanden

info@vhs-goetzis.at, 05523 55 150-0

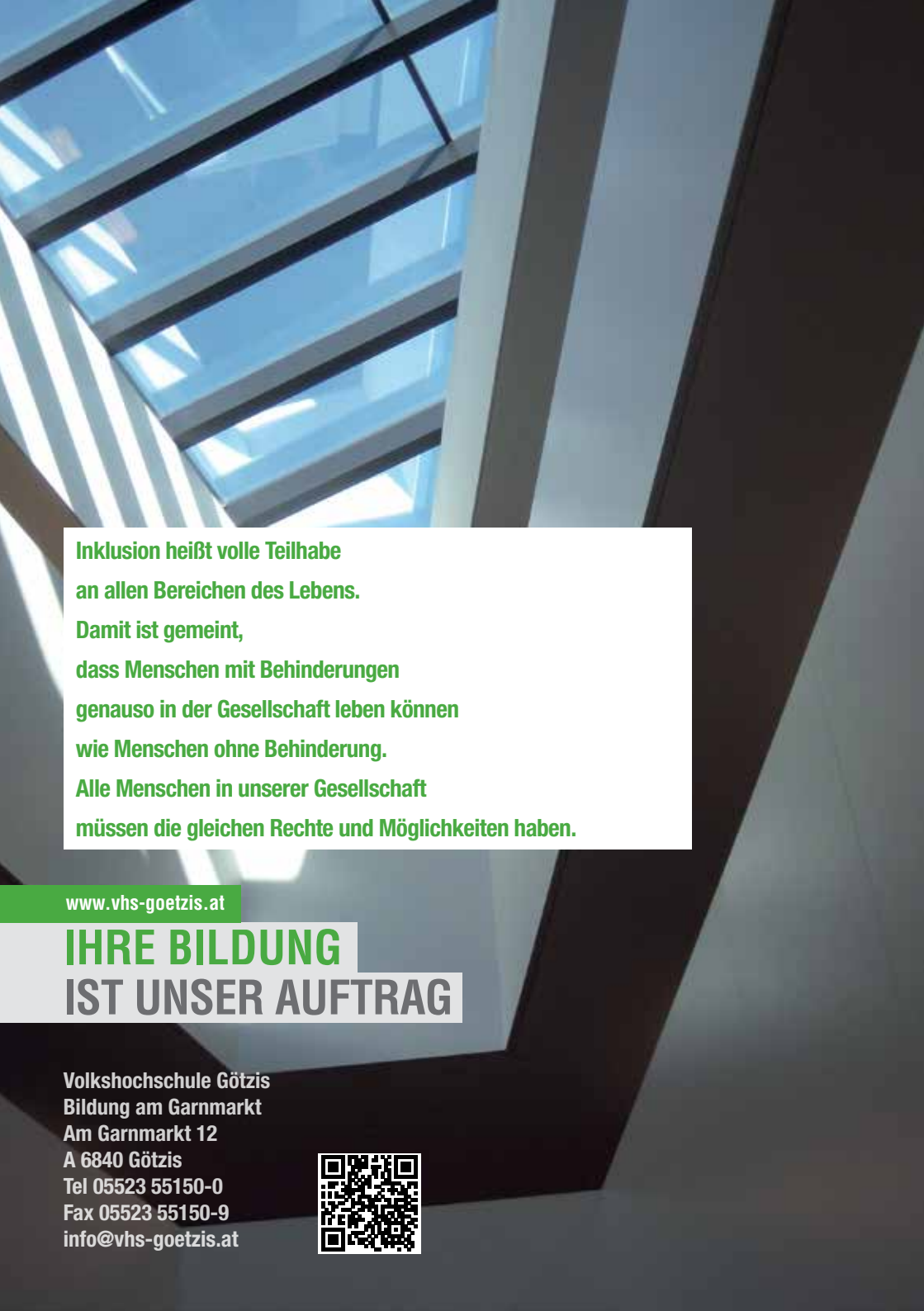
Erste-Hilfe Praxistraining

Termin:	Dienstag, 04. April 2017 14:00 - 17:00 Uhr Dauer: 1 Nachmittag
Kursnummer:	M12016
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis Saal 101
Kosten:	€ 21,00
Kursleiter:	Rotes Kreuz

In diesem Kurs lernen Sie:

- in Notsituationen sicher und schnell zu reagieren,
- einfache Erste-Hilfe-Handlungen auszuführen
- professionelle Hilfe zu holen
- Notruf
- Wundversorgung
- Benutzung einer Rettungsdecke

Lernen, wie man anderen Menschen in Notsituationen helfen kann



Inklusion heißt volle Teilhabe
an allen Bereichen des Lebens.
Damit ist gemeint,
dass Menschen mit Behinderungen
genauso in der Gesellschaft leben können
wie Menschen ohne Behinderung.
Alle Menschen in unserer Gesellschaft
müssen die gleichen Rechte und Möglichkeiten haben.

www.vhs-goetzis.at

IHRE BILDUNG
IST UNSER AUFTRAG

Volkshochschule Götzis
Bildung am Garnmarkt
Am Garnmarkt 12
A 6840 Götzis
Tel 05523 55150-0
Fax 05523 55150-9
info@vhs-goetzis.at