VOLKS
HOCH
SCHULE
GÖTZIS

INKLUSIVE VOLKSHOCHSCHULE

www.vhs-goetzis.at

JEDER MENSCH HAT EIN RECHT AUF BILDUNG

Herbst 2018

© Claudia Löw | fotolia.com

AUS DEM INHALT

Inklusive Volkshochschule	Seite	3
Lerntreff für Menschen mit besonderem Lernbedarf	Seite	4
Malkurs- Lebe deine Kreativität	Seite	5
Behinderung – na und?	Seite	6
Erste-Hilfe Praxistraining	Seite	7
Handy, Computer, Internet	Seite	8
Yoga für Menschen mit Einschränkungen	Seite	9
Das Geld und die Zahlen	Seite	10

DIE KOCHTREFFS AN DER VHS

Kochtreff: Regional kochen	Seite	11
Kochtreff: Knödelvariationen	Seite	11
Kochtreff: Weihnachtsmenü	Seite	11

Wir freuen uns über Ihr feedback:

www.vhs-goetzis.at/feedback

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 krank 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/

Lerntreff für Menschen mit besonderem Lernbedarf

Termin:	Freitag, 21. September 2018 10:30 - 12:10 Uhr 15 Abende
Kursnummer:	Q50016
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12, Bibliothek 6840 Götzis
Kosten:	kostenlos
Kursleiter:	Anton Kriegler

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

Malkurs - Lebe deine Kreativität!

Termin:	Freitag, 28. September 2018 bis Samstag, 29. September 2018 14:00 - 17:20 Uhr Dauer: 2 Nachmittage
Kursnummer:	Q61015
Treffpunkt:	Atelier Rinaldo Wiedengasse 9 6840 Götzis
Kosten:	€ 39,00
Kursleiter:	Rinaldo Loacker

Malen baut Stress ab und stärkt Ihr Gehirn. Sie können beim Malen darüber hinaus neue Kraft schöpfen!

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

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

Die Materialkosten sind im Kursbeitrag schon enthalten.

Behinderung – na und?

Termin:	Dienstag, 02. Oktober 2018 13:30 - 17:00 Uhr 1 Nachmittag
Kursnummer:	Q16000
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12, Bibliothek 6840 Götzis
Kosten:	€ 28,00
Kursleiter:	Klaus Brunner

Klaus Brunner lebt seit seiner Geburt mit einer Behinderung.
Er erzählt über seinen Weg, die Behinderung anzunehmen, mit ihr zu leben.

Wie ist es, sich als Rollstuhlfahrer in Vorarlberg von einem Ort zum andern zu bewegen?
In Bus und Bahn, in Gemeinden, Geschäfte und Lokalen? Ist unsere Gesellschaft wirklich barrierefrei?

Als Selbstvertreter setzt er sich für die Anliegen anderer Menschen mit Behinderungen ein.
Er spricht mit Politikern über Chancengleichheit im Ländle.

Erste-Hilfe Praxistraining

Termin:	Dienstag, 16. 2018 14:00 - 17:00 Uhr Dauer: 1 Nachmittag
Kursnummer:	Q16005
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis
Kosten:	€ 21,00
Kursleiter:	Rotes Kreuz

In diesem Kurs lernen Sie, in Notsituationen sicher und schnell zu reagieren, einfache Erste-Hilfe-Handlungen auszuführen und professionelle Hilfe herbeizuholen.

Schwerpunkte:
- Notruf
- Wundversorgung
- Benutzung einer Rettungsdecke

Lernen, wie man anderen Menschen in Notsituationen helfen kann

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

Handy, Computer, Internet

3 Termine zur Auswahl:	• Sa, 20. Oktober 2018 • Sa, 17. November 2018 • Sa, 15. Dezember 2018 14:00 17:00 Uhr Dauer: 1 Nachmittag
Kursnummern:	• Q40045 (20.10.) • Q40050 (17.11.) • Q40055 (15.12.)
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis
Kosten:	€ 39,00
Kursleiter:	Christoph Loacker/Katharina Öhe

Alles, was Sie schon immer übers Handy, den Computer und das Thema Internet wissen wollten, können Sie 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

Yoga für Menschen mit Einschränkungen

Termin:	Montag, 05. November 2018 16:30 - 17:30 Uhr Dauer: 10 Nachmittage
Kursnummer:	Q73020
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis
Kosten:	€ 89,00
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.

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

Das Geld und die Zahlen

Termin:	Donnerstag, 15. November 2018 14:00 - 17:00 Uhr Dauer: 1 Nachmittag
Kursnummer:	Q16010
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 6840 Götzis
Kosten:	€ 24,00
Kursleiter:	Mag.ª Marga Muxel-Moosbrugger

- Geld ist wichtig in unserem Leben.
- Was kann ich mit meinem Geld kaufen?
- Für was gebe ich es aus?
- Was kosten die Dinge, die ich haben will?
- Wir lernen die Münze und Noten kennen.
- Wir beschäftigen uns mit Zahlen und einfachen Rechnungen.

Sie arbeiten alleine oder in Gruppen.
Wir spielen rund ums Geld und die Zahlen.
So lernen Sie besser mit dem Geld umzugehen.

Zielgruppe: Sie können etwas Lesen. Sie interessieren sich für Zahlen.

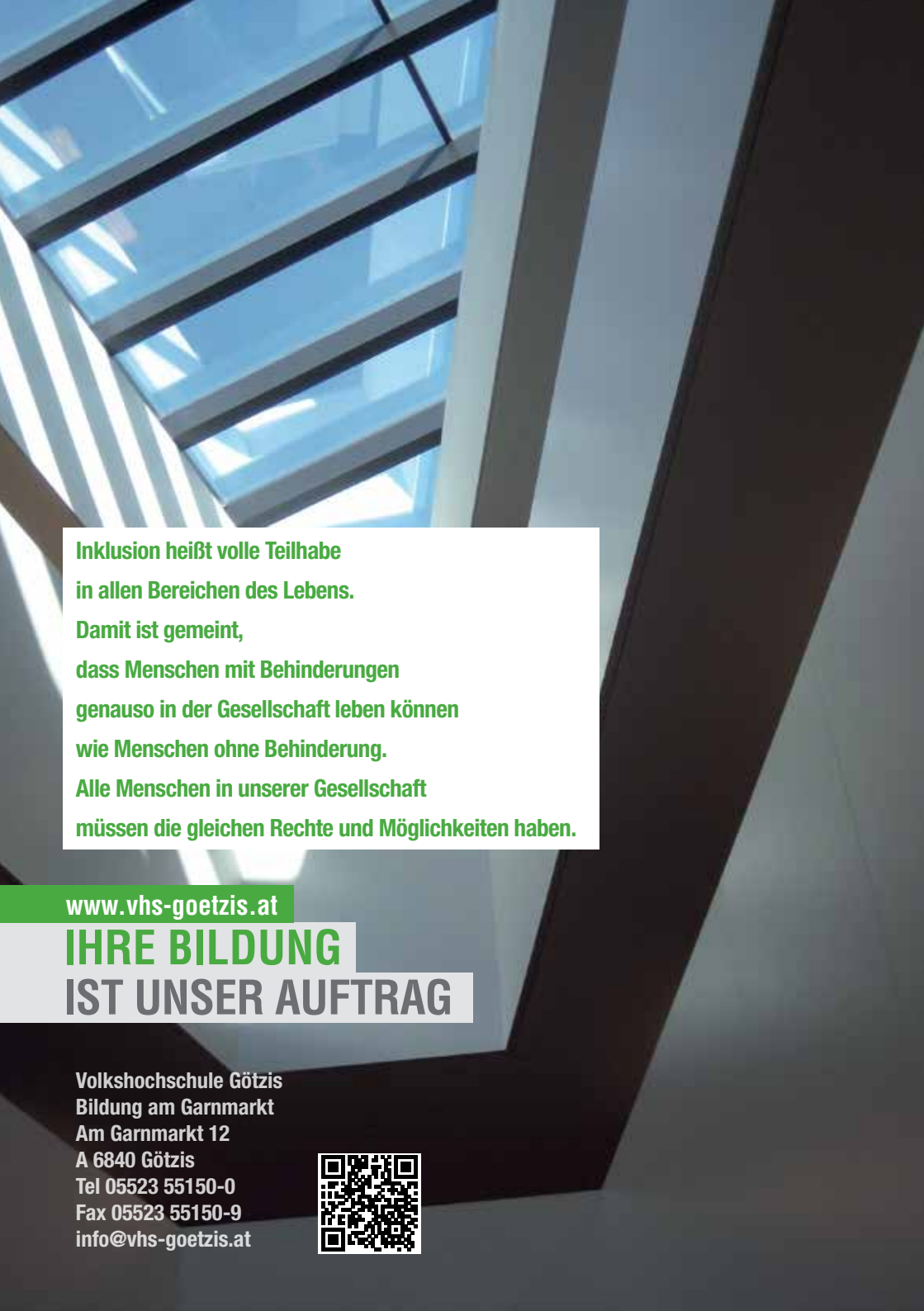
Kochtreffs

Termin:	• Samstag, 15. September 2018 „Regionale Küche“ • Samstag, 13. Oktober 2018 „Knödelvariationen“ • Samstag, 15. Dezember 2018 „Weihnachtsmenü“ 10:00 - 14:00 Uhr Dauer: 1 Tag
Kursnummer:	• Q66140 (15.9.18) • Q66150 (13.10.18) • Q66155 (15.12.18)
Treffpunkt:	Haus Bildung am Garnmarkt Am Garnmarkt 12 In der Küche der Kathi Lampert Schule
Kosten:	pro Termin € 20,00
Kursleiter:	Annemarie Jahne / Doris König

An 3 Samstagen von September bis Dezember widmen wir uns dem Kochen.

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

Materialkosten: € 10,-



Inklusion heißt volle Teilhabe
in 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