

**VOLKS  
HOCH  
SCHULE  
GÖTZIS**

**INKLUSIVE  
VOLKSHOCHSCHULE**



[www.vhs-goetzis.at](http://www.vhs-goetzis.at)

**JEDER MENSCH HAT  
EIN RECHT AUF BILDUNG**

**Herbst/Winter 2017/2018**

## 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/](http://www.vhs-goetzis.at/inklusive-vhs/)



## Schreiben für alle - ein Kurs im Rahmen der Inklusiven VHS



**5 Termine:**

Samstag, 23. September 2017, 9:00 Uhr  
 Samstag, 28. Oktober 2017, 9:00 Uhr  
 Samstag, 11. November 2017, 9:00 Uhr  
 Samstag, 16. Dezember 2017, 9:00 Uhr  
 Samstag, 27. Jänner 2018, 9:00 Uhr



**Kursnummer:**

016000



**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, weil Worte trösten, Mut machen, Klarheit bringen und neue Gedanken anstoßen. In der Schreibwerkstatt gibt es viele Schreibideen und Schreibspiele, so dass das Schreiben auch tatsächlich Spaß macht und befreit!



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

**Referentin:**

Evelyn Brandt, MA, Master in kreativem und biografischem Schreiben

## Was haben politische Parteien und die Nationalratswahl mit mir zu tun?



**Termin:**

Montag, 25. September 2017

10:00 - 17:00 Uhr



Dauer: 1 Tag



**Kursnummer:**

016005



**Treffpunkt:**

Haus Bildung am Garnmarkt

Am Garnmarkt 12

6840 Götzis



**Kosten:**

€ 69,00



**Kursleiter:**

Univ. Prof. Mag. Dr. Reinhold Gärtner

### Politische Parteien vertreten uns und unsere Interessen.

Wir können bei Nationalratswahlen bestimmen, wie stark unterschiedliche Parteien im Nationalrat vertreten sind und wie unsere künftige Regierung aussieht.



Wir diskutieren darüber, was politische Parteien alles machen, welche Parteien im neuen Nationalrat vertreten sein werden und warum wir den Nationalrat überhaupt brauchen. Wir sprechen darüber, was die Abgeordneten im Nationalrat tun und warum es Länder eine gut funktionierende Regierung brauchen.

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

## Lerntreff I und II für Menschen mit besonderem Lernbedarf

|   |                             |   |
|---|-----------------------------|---|
|  | <b>Termin Lerntreff I:</b>  | Montag, 25. September 2017<br>17:30 - 20:00 Uhr<br>10 Abende          |
|  |                             |   |
|  | <b>Termin Lerntreff II:</b> | Donnerstag, 28. September 2017<br>18:00 - 20:30 Uhr<br>10 Abende      |
|  |                             |   |
|  | <b>Kursnummern:</b>         | Lerntreff I: 050020<br>Lerntreff I: 050021                            |
|  | <b>Treffpunkt:</b>          | Haus Bildung am Garnmarkt<br>Am Garnmarkt 12, 1. Stock<br>6840 Götzis |
|  | <b>Kosten:</b>              | kostenlos   |
|  | <b>Kursleiter:</b>          | I: Dozent noch nicht bekannt<br>II: Simone Lässer                     |

### 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

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



### 3 Termine zur Auswahl:

- Sa, 14. Oktober 2017
- Sa, 18. November 2017
- Sa, 16. Dezember 2017



14:00 17:00 Uhr

Dauer: 1 Nachmittag



### Kursnummern:

- 040040 (14.10.)
- 040045 (18.11.)
- 040050 (16.12.)



### 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 TeilnehmerInnen 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, 16. Oktober 2017

16:30 - 17:30 Uhr

Dauer: 10 Nachmittage



**Kursnummer:**

073030



**Treffpunkt:**

Haus Bildung am Garnmarkt

Am Garnmarkt 12

6840 Götzis



**Kosten:**

€ 85,00



**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.

## Erste-Hilfe Praxistraining



**Termin:**

Dienstag, 24. Oktober 2017

14:00 - 17:00 Uhr

Dauer: 1 Nachmittag



**Kursnummer:**

016007



**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/](http://www.vhs-goetzis.at/inklusive-vhs/)





## Knigge im Alltag



**Termin:**

Freitag, 10. November 2017



09:00 - 13:00 Uhr

Dauer: 1 Vormittag



**Kursnummer:**

016006



**Treffpunkt:**

Haus Bildung am Garnmarkt

Am Garnmarkt 12

6840 Götzis



**Kosten:**

€ 21,00



**Kursleiter:**

MSc Julius Tomio

**Umgangsformen sind wie ein Navigationsgerät, das uns durchs Leben führt.**

Sie steigern Selbstwertgefühl, Wertschätzung und Erfolg. Wir und unsere Mitmenschen fühlen uns Wohl im Beruf und in der Gesellschaft.



Julius und Juanita Hieble-Tomio

**In diesem Seminar beantworten wir Fragen wie:**

- Wer war Knigge und was wollte er uns sagen?
- Der erste Eindruck
- Körpersprache
- Distanzzonen
- Kleider machen Leute
- Vorgesetzte - sind auch nur Menschen
- Grüßen und Begrüßen - wo ist der Unterschied?

## Kochtreff September - Fingerfood



**Termin:**

Samstag, 23. September 2017

10:00 - 14:00 Uhr

Dauer: 1 Tag



**Kursnummer:**

066135



**Treffpunkt:**

Haus Bildung am Garnmarkt

Am Garnmarkt 12

In der Küche der Kathi Lampert Schule



**Kosten:**

€ 20,00



**Kursleiter:**

Margit Bröll

**Als Fingerfood bezeichnet man Speisen, die mit den Fingern statt mit Besteck gegessen werden.**

Fingerfood ist sehr beliebt bei Festen oder Partys, da es einfach mit den Fingern vom Tablett verspeist werden kann.



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

**Materialkosten:** € 10,-

## Kochtreff Oktober - Pizza, Pasta



**Termin:**

Samstag, 28. Oktober 2017

10:00 - 14:00 Uhr



Dauer: 1 Tag



**Kursnummer:**

066140



**Treffpunkt:**

Haus Bildung am Garnmarkt

Am Garnmarkt 12

In der Küche der Kathi Lampert Schule



**Kosten:**

€ 20,00



**Kursleiter:**

Margit Bröll

### Viva Italia!

**Die italienische Küche zählt zu den beliebtesten der Welt.**

Wir bereiten gemeinsam verschiedene Pizzen und Pastagerichte zu, die Sie zu Hause einfach nachkochen können. Sie werden es genießen!



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

**Materialkosten:** € 10,-

## Kochtreff November - „Guats usm Ländle“



**Termin:**

Samstag, 25. November 2017

10:00 - 14:00 Uhr

Dauer: 1 Tag



**Kursnummer:**

066135



**Treffpunkt:**

Haus Bildung am Garnmarkt

Am Garnmarkt 12

In der Küche der Kathi Lampert Schule



**Kosten:**

€ 20,00



**Kursleiter:**

Margit Bröll

**Was ist denn deine traditionelle Lieblingsspeise?  
Käsknöpfle, Riebel, ...?**

Die Vorarlberger Küche unterscheidet sich von der österreichischen Küche. Sie ist stark von den angrenzenden Ländern

beeinflusst. Vor allem Gerichte rund um den Käse stehen an erster Stelle.



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

**Materialkosten:** € 10,-

## Kochtreff Dezember - Weihnachten steht vor der Türe

**Termin:**

Samstag, 16. Dezember 2017

10:00 - 14:00 Uhr



Dauer: 1 Tag

**Kursnummer:**

066135

**Treffpunkt:**

Haus Bildung am Garnmarkt

Am Garnmarkt 12

In der Küche der Kathi Lampert Schule

**Kosten:**

€ 20,00

**Kursleiter:**

Margit Bröll

**Leckere Kekse, Weihnachtsstollen und ähnliches werden wir gemeinsam in der „Weihnachtsbäckerei“ zubereiten.**

Backen für Weihnachten bedeutet meist eine Kombination aus

traditionellen Plätzchen aus Oma's Küche sowie neuen Kreationen.

Gehen wir gemeinsam auf die Spuren vom Lebkuchen bis zum Vanillekipferl.

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

**Materialkosten:** € 10,-



## Malkurs - Lebe deine Kreativität!



**Termin:**

Freitag, 29. September 2017 bis

Samstag, 30. September 2017

14:00 - 17:20 Uhr

Dauer: 1 Nachmittag



**Kursnummer:**

061025



**Treffpunkt:**

Atelier Rinaldo

Wiedengasse 9

6840 Götzis



**Kosten:**

€ 39,00



**Kursleiter:**

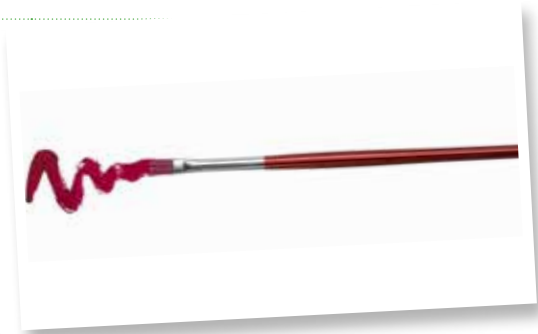
Rinaldo Loacker

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.



# VOLKS HOCH SCHULE GÖTZIS



## IHR STARKER BILDUNGSPARTNER IN VORARLBERG

**Nutzen Sie unsere Schwerpunkte für Ihren Erfolg:**  
Gesellschaft und Kultur, Zweiter Bildungsweg, Sprachen,  
Kreativität und Gestalten, Gesundheit und Bewegung,  
Basisbildungskurse sowie Deutsch Integration.  
Fordern Sie Ihr persönliches Kursprogramm an!  
Details unter [www.vhs-goetzis.at](http://www.vhs-goetzis.at) oder 05523/551500



**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](http://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

