



**VOLKS  
HOCH  
SCHULE  
GÖTZIS**

**INKLUSIVE  
VOLKSHOCHSCHULE**

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

**JEDER MENSCH HAT  
EIN RECHT AUF BILDUNG**

**Frühjahr/Sommer 2017**

## INKLUSIVE VOLKSHOCHSCHULE



### Inklusive Volkshochschule erhält Österreichischen Inklusionspreis

Die Volkshochschule Götzis überzeugte die Jury mit einem bunten Angebot an Inklusive-Kursen und wurde mit einem Ehrenpreis ausgezeichnet.

#### 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](mailto:info@vhs-goetzis.at), Anmeldeschluss ist eine Woche vor Kursbeginn.

#### Teilnahmebedingungen:

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.

#### 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

## Yoga für Menschen mit Einschränkungen



**Termin:**

Montag, 16. Jänner 2017

16:30 - 17:30 Uhr

Dauer: 15 Nachmittage



**Kursnummer:**

N73005



**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:** N50020



**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



## Gesetze und Rechte



**Termin:** Freitag, 24. Februar 2017  
10:00 - 17:00 Uhr  
Dauer: 1 Tag



**Kursnummer:** N19005



**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:**

- N66175 (04. März)
- N66180 (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



## Malkurs - Lebe deine Kreativität

**Termine:**

- Freitag, 10. März 2017
  - Freitag, 17. Mai 2017
- 14:00 bis 17.00 Uhr  
Dauer: 2 Tage

**Kursnummer:**

N61025

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



## 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:

N16000



## 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

Alle Details und Neuigkeiten finden Sie auch  
[www.vhs-goetzis.at/inklusive](http://www.vhs-goetzis.at/inklusive)



## Kurzgeschichten Werkstatt



## Termine:

- Samstag, 18. März 2017
  - Sonntag, 22. April 2017
  - 09:00 - 17:00 Uhr
- 2 Tage



## Kursnummer:

N16005



## 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:

- N40030 (25. März)
- N40035 (22. April)
- N40040 (20. Mai)
- N40045 (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 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



## Erste-Hilfe Praxistraining



### Termin:

Dienstag, 04. April 2017  
14:00 - 17:00 Uhr  
Dauer: 1 Nachmittag



### Kursnummer:

N12016



### 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

Alle Details und Neuigkeiten finden Sie auch  
[www.vhs-goetzis.at/inklusive](http://www.vhs-goetzis.at/inklusive)



**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](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](mailto:info@vhs-goetzis.at)**

