



Volkshochschule
Amrum e. V.

Programm 2021/22



Inhaltsverzeichnis

Die Volkshochschule Amrum e. V.	2
Öömrang – Amrumer Friesisch für Anfänger:innen	3
Öömrang – Friesische Konversation für Fortgeschrittene	4
Englisch – Freies Sprechen für Anfänger:innen und Fortgeschrittene	4
Deutsch für Anfänger:innen und leicht Fortgeschrittene	5
Deutsch als Zweitsprache (Grundkurs).....	5
Bücher fürs Leben	6
Gitarrenkurs.....	6
Geigenunterricht für Erwachsene	7
Körperarbeit für alle Instrumente	8
Illustration	9
Elektronik/Elektrotechnik für Anfänger:innen ..	10
Handy für Anfänger:innen	10
EDV leicht gemacht – IT-Technik im Alltag	11
Der Wok als Kochgeschirr.....	11
Immun-Booster-Bowl	12
Power-Cocktail-Smoothies	12
Red Dinner	13
Doppelkopf	14
Erkundungswoche für Inselkinder	14
Jonglieren für Erwachsene.....	15
Woran erkennt man toxische Menschen, und wie schützt man sich vor ihnen?	15

Inhalt

Fahrt ins Museum Kunst der Westküste in Alkersum/Föhr	16
Frühjahrsreise 2022	16
Tagesfahrt nach Kiel und Rendsburg.....	17
Kurse der VHS Föhr.....	17
Hygieneregeln der VHS.....	18

**Liebe Amrumerinnen und Amrumer,
liebe Gäste und Freunde der VHS,**

die ersten Kurse für das Winterprogramm 2021/22 sind eingetroffen. Es ist, wie gesagt, ein Winterprogramm, da wir sehr vorsichtig sein und während der Vorweihnachtszeit November/Dezember 2021 noch in Ruhe die Corona-Entwicklung abwarten wollen.

Ab Januar 2022 starten wir durch – mit einem tollen Kursangebot. Wir hoffen, für euch ist das Richtige dabei. Wir sind auch jederzeit bereit, zusätzliche Kurse, Workshops und Vorträge anzunehmen, sollten sich die einen oder anderen bereit finden, anderen ihr Wissen und ihr Können zu vermitteln. Bitte meldet euch dann beim Vorstand.

Mit lieben Grüßen
der Vorstand der VHS Amrum e. V.

**Gabriele Theis
Nicole Ingwersen
Ute Feddersen-Hansen
Matthias Theis**

Die Volkshochschule Amrum e. V.

Die Volkshochschule Amrum e. V. (VHS) ist eine gemeinnützige Bildungseinrichtung und eine Einrichtung zur Erwachsenenbildung. Sie soll die Menschen durch bezahlbare Weiterbildungsangebote beim lebenslangen Lernen unterstützen. Ihre Angebote stehen allen Menschen offen, mit und ohne Behinderung, unabhängig von Alter, Geschlecht, Religion, Weltanschauung, Herkunft, sozialem Status oder Bildungsabschluss. Die VHS wurde 1977 gegründet und zählt z. Zt über 120 Mitglieder.

Teilnahme an den Angeboten

An den Angeboten der VHS kann teilnehmen, wer über 15 Jahre alt ist. In Einzelfällen kann auch ein höheres oder niedrigeres Mindestalter festgesetzt werden.

Bei der VHS unterrichten

Unterrichten darf, wer Kenntnisse und Fähigkeiten hat, die andere nicht haben, und wer Freude daran hat, das eigene Wissen anderen weiterzugeben.

Mitglied werden

Mitglied der Volkshochschule Amrum e. V. kann jeder Mensch werden, der das 16. Lebensjahr vollendet hat. Die Aufnahme als Mitglied ist beim Vorstand des Vereins zu beantragen (s. a. www.vhs-amrum.de).

Öömrang – Amrumer Friesisch für Anfänger:innen

Einstieg ins Öömrang – das Friesisch, welches auf Amrum gesprochen wird. Ein Streifzug der Vokabeln, der durch den Amrumer Alltag hilft. Zum Beispiel: Fragen stellen, Essen und Einkaufen, Zahlen und Zeiten, Farben und Klammotten ... Ein bisschen Grammatik, viel Sprechen üben und viel Spaß. Kursteilnehmende sind am Ende in der Lage auf Öömrang Smalltalk zu machen und selbstständig kleine Texte zu schreiben.

Dozentin: Andrea Hölscher

Termine: 15. & 22. Januar sowie 05. & 12. Februar 2022

Zeit: 13:30–16:00 Uhr

Ort: Öömrang Skuul, Nebel

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Kursgebühr: 50 Euro

Mitbringen: Stift, Papier, ein Getränk für ein Püuschen

Verbindliche Anmeldung und Terminabsprache bei: Andrea Hölscher, Tel.: 1226



Öömrang – Friesische Konversation für Fortgeschrittene

Voraussetzung ist, dass ihr den Grundkurs bereits absolviert habt.

Dozent: Klaus „Jesse“ Jessen

Beginn: Dieser Kurs kann erst nach Rücksprache mit Jesse Jessen eventuell im Frühjahr 2022 aufgelegt werden.

Ort: Öömrang Skuul, Nebel

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Kursgebühr: 50 Euro

Verbindliche Anmeldung und Terminabsprache bei: Klaus „Jesse“ Jessen,
Tel.: 0171/49 11 328

Englisch – Freies Sprechen für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Wir lernen, wie einfach es ist, die englische Sprache zu sprechen und sie gerne und mit Leichtigkeit zu nutzen.

Dozent: Matthias Theis

Beginn: ab Januar/Februar 2022

Zeit: 19:00 Uhr

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Kursgebühr: 50 Euro

Verbindliche Anmeldung, Termin- und Ortsabsprache bei: Matthias Theis, Tel.: 96 84 20
oder E-Mail: m.theis-amrum@web.de

Deutsch für Anfänger:innen und leicht Fortgeschrittene

Dozentin: Marlena Warpechowska

Beginn: ab Januar/Februar 2022, 10 Abende

Zeit: 18:30 Uhr

Ort: Öömrang Skuul, Nebel

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Kursgebühr: 50 Euro

Verbindliche Anmeldung bei:

Marlena Warpechowska, Tel.: 0160/640 54 62
(gerne auch über WhatsApp)

Deutsch als Zweitsprache (Grundkurs)

Kursleitung: Ute Feddersen-Hansen

Kursdauer: 11. Januar – 24. Februar 2022,
jeweils dienstags und donnerstags

Zeit: 19:00–20:30 Uhr

Ort: Dünenschule, Nebel

Teilnehmende: mind. 6, max. 8 Personen

Gebühr: 75 Euro plus Verbrauchsmaterial/
Lehrwerk

Mitbringen: Stift und Papier

Informationen und verbindliche Anmeldung bei: Ute Feddersen-Hansen, Tel.: 96 82 72

Bücher fürs Leben

Entdecken, lesen, schreiben

Kursleitung: Gabriele von Tiedemann

Beginn: Januar/Februar 2022

Ort: Öömrang Skuul, Nebel

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Gebühr: 40 Euro

Information, Terminabsprache und verbindliche Anmeldung bei: Gabriele von Tiedemann, Tel.: 01523/62 68 194, gerne auch über Whats-App, E-Mail: siri@von-tiedemann.de

Gitarrenkurs

Gitarrespielen lernen – für Schüler:innen/
Erwachsene.

Kursleitung: Margarete Pyhan

Beginn: Januar/Februar 2022

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Kursgebühr: 40 Euro

Verbindliche Anmeldung, Orts- und Terminabsprache bei: Margarete Pyhan,
Tel.: 0170/388 64 11

Geigenunterricht für Erwachsene

Im Vordergrund stehen Freude und Spaß an der Musik und viel gemeinsames Musizieren.

Damit dies gewährleistet ist, fließen Elemente aus der Musikphysiologie mit in den Unterricht ein, um Verspannungen und Schmerzen durch Fehlhaltung vorzubeugen.

Kursleitung: Ingrid Schmanke

Beginn: 2022, nach Absprache

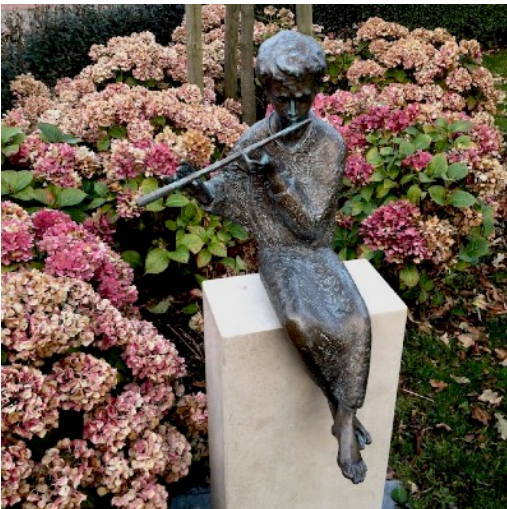
Zeit & Ort: 3 Abende nach Absprache

Kursgebühr: 45 Euro

Mitbringen: Instrument, falls vorhanden

Information, Terminabsprache und Anmeldung bei: Ingrid Schmanke

Tel.: 01520/902 85 64



Körperarbeit für alle Instrumente

Schmerzen, Verspannungen oder andere individuelle Faktoren gibt es beim Spielen eines jeden Instrumentes. Deshalb richtet sich das Angebot zur Körperarbeit aus musikphysiologischen Elementen an alle, die ein Instrument spielen und einen neuen Blick auf das Musizieren werfen wollen.

Kursleitung: Ingrid Schmanke

Beginn: 2022, nach Absprache

Zeit & Ort: 3 Abende nach Absprache

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Kursgebühr: 45 Euro

Mitbringen: Instrument, falls vorhanden

Information, Terminabsprache und Anmeldung bei: Ingrid Schmanke

Tel.: 01520/902 85 64

Abendfeuer

Gedankenaustausch, Erfahrungsaustausch und Diskussion in gemütlicher Runde zu Kultur, Literatur, Musik und Wein.

Mit: Gaby Theis und Matthias Theis

Beginn: Termine und Zeiten nach Absprache

Ort: Smäswai 7, Nebel

Kursgebühr: Umlage nach Aufwand

Verbindliche Anmeldung und nähere Einzelheiten bei: Gaby und Matthias Theis,

Tel.: 96 84 20

Illustration

„Das abenteuerliche Leben des Hark Olufs“

Hierbei steht nicht primär das Erlernen künstlerischer Techniken im Vordergrund, vielmehr geht es um die Vermittlung von Inhalten und deren gestalterische Umsetzung im Bild. Die Teilnehmenden können eigene Ideen zu den vorliegenden Textpassagen entwickeln und sich darin üben, sie auf ihre eigene Art und Weise zu visualisieren.

Nebst den „alten Hasen“ sind natürlich auch Neulinge herzlich willkommen.

Mit: dem Künstler Felix Karweick

Beginn: Februar 2022

Zeit: 13–16 Uhr

Ort: Öömrang Skuul, Nebel

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Gebühr: 50 Euro

Mitbringen: Grundarbeitsmaterial wird gestellt; eigenes Arbeitsmaterial darf gerne mitgebracht werden

Informationen, Terminabsprache und verbindliche Anmeldung bei: Felix Karweick,
Tel.: 0173/76 56 825 oder
E-Mail: info@felix-karweick.de





Elektronik/Elektrotechnik für Anfänger:innen

Kursleitung: Dirk Hermann

Beginn: ab Januar 2022

Ort: Öömrang Skuul, Nebel

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Kursgebühr: 50 Euro

**Verbindliche Anmeldung und Terminab-
sprache bei:** Dirk Hermann,
Tel.: 0175/33 27 506

Handy für Anfänger:innen

Kursleitung: Dirk Hermann

Beginn: ab Januar 2022

Ort: Öömrang Skuul, Nebel

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Kursgebühr: 50 Euro

Mitbringen: Smartphone

**Verbindliche Anmeldung und Terminab-
sprache bei:** Dirk Hermann,
Tel.: 0175/33 27 506

EDV leicht gemacht – IT-Technik im Alltag

In welchen Bereichen bietet mir IT Vorteile im ganz normalen Alltag? Handy-Ortung, Electronic Banking, Virenschutz, Internetsuche, Datensicherheit, Standardanwendungen – wie mache ich das einfach – wie schaffe ich mir wenige bis keine Probleme; wo ergeben sich Probleme und wie gehe ich damit um? Inkl. Fragestunde und, auf Wunsch, Analyse und Verbesserung des eigenen Laptops

Kursleitung: Michael Pyhan

Beginn: ab Januar 2022

Ort: Öömrang Skuul, Nebel

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Kursgebühr: 50 Euro

Mitbringen: Laptop

Verbindliche Anmeldung und Terminabsprache bei: Michael Pyhan, Tel.: 96 18 303

Der Wok als Kochgeschirr

Wir kochen quer durch die Welt!

Kursleiterin: Claudia Böge (ehem. Mößmer)

Beginn: Donnerstag, 13. Januar 2022,
4 Abende, jeweils donnerstags

Zeit: 19:00 Uhr

Ort: Küche Öömrang Skuul, Nebel

Kursgebühr: 40 Euro plus Kochumlage

Verbindliche Anmeldung bei: Claudia Böge,
Tel.: 0171/53 45 282

Immun-Booster-Bowl

Bowls als Anrichtemöglichkeit: Ob für Vorspeisen, Salate, als Gemüsebowl oder „Frühstück mal anders“ – ein Revival der guten alten Schüssel!

Kursleiterin: Claudia Böge (ehem. Mößmer)

Termin: Donnerstag, 17. Februar 2022

Zeit: 19:00 Uhr

Ort: Küche Öömrang Skuul, Nebel

Kursgebühr: 10 Euro plus Kochumlage

Verbindliche Anmeldung bei: Claudia Böge,
Tel.: 0171/53 45 282

Power-Cocktail-Smoothies

Fit in den Frühling mit Obst- und Gemüse-Smoothies! Wer einen Gemüsezerkleinerer hat, kann ihn gerne mitbringen.

Kursleiterin: Claudia Böge (ehem. Mößmer)

Termin: Donnerstag, 07. April 2022

Zeit: 19:00 Uhr

Ort: Küche Öömrang Skuul, Nebel

Kursgebühr: 10 Euro plus Kochumlage

Verbindliche Anmeldung bei: Claudia Böge,
Tel.: 0171/53 45 282

Red Dinner

Landwirt Oke Martinen und seine Amrumer Landjugend organisieren und richten in Zusammenarbeit mit der VHS einen rustikalen Abend für uns aus. Es werden Würste und Steaks gegrillt, sowie für Vegetarier:innen Grillkäse. Gemütliches Beisammensein, bis es euch zu kühl wird ... Bitte kommt in warmer Kleidung, da es sehr rustikal ist, bitte auch in entsprechenden Schuhen (z. B. Gummi- oder anderen festen Stiefeln), da „Punsch“ nicht alleine für die benötigte Wärme sorgen kann ... Und: Für alle Teilnehmenden gilt die **3G-Regel!**

Termin: 23. November 2022

Zeit: 17:00 Uhr Einlass und Führung über den Hof, Vorstellung der Amrumer Landjugend von und mit Oke Martinen

18:00 Uhr gemeinsames Essen

Ort: Scheune auf dem Hof Martinen, Süddorf

Preise: für 1 Steak und Wurst satt, inkl. Soft-Getränk: 22 Euro

Wer einen Wein dazu möchte: 25 Euro

für Grillkäse inkl. Soft-Getränk 20 Euro

Weitere Informationen und verbindliche Anmeldung bis zum 18.11.2021 bei: Ute Feddersen-Hansen: Tel.: 96 82 72, damit Oke über die teilnehmenden Gäste informiert ist und in die Vorbereitungen u. a. für Essen und Getränke gehen kann.

Doppelkopf

Wir lernen das interessante Kartenspiel „Doppelkopf“ kennen und zu spielen.

Mit: Matthias Theis

Termin: ab Januar 2022

Ort: Öömrang Skuul

Gebühr: 20 Euro

Verbindliche Anmeldung und Terminabsprache bei: Matthias Theis, Tel.: 96 84 20

Erkundungswoche für Inselkinder

Hiesige Handwerks- und Dienstleistungsbetriebe öffnen ihre Arbeitsstätten für unsere Jugend (10–15 Jahre). Die Meister:innen ihres Fachs erklären ihnen die Tätigkeiten und lassen die Kinder selber etwas tun. Die Terminierung erfolgt in Abstimmung mit dem Jugendzentrum bzw. Lebenshilfe und dem Fußballcamp.

Leitung: Ute Feddersen-Hansen

Beginn: 18.–22. Juli 2022

Teilnehmende: maximal 10 Kinder/Jugendliche

Gebühr: 10 Euro/Tag inkl. Essen, zzgl. Auslagen für Material o. Ä.

Weitere Informationen bei:

Ute Feddersen-Hansen, Tel.: 96 82 72

Jonglieren für Erwachsene

Jonglieren kombiniert Konzentration mit Geschick und Ausdauer. Es eignet sich gleichermaßen als Hirntraining, Entspannungstechnik und unterhaltende Gruppenaktivität.

Der Kurs ist für Anfänger:innen konzipiert, Fortgeschrittene sind ebenfalls willkommen. Jongliert wird mit Bällen, Keulen, Ringen u. a. Falls vorhanden, dürfen eigene Jonglierartikel gerne mitgebracht werden.

Kursleitung: Carlotta Reinhardt

Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Gebühr: 35 Euro

Information, Termin- u. Ortsabsprache bei:
Carlotta Reinhard, Tel. : 0157/86056619

Woran erkennt man toxische Menschen, und wie schützt man sich vor ihnen?

Nach außen hin erscheinen sie harmlos und nett, doch hinter verschlossener Tür lassen sie ihre Masken fallen. Wie erkennt man die belastenden und zerstörerischen Taktiken von Narzissten, Soziopathen und Psychopathen frühzeitig? Und wie schützt man sich und andere vor ihnen? Ein Vortrag von Birte Vogel.

Termin: Januar/Februar 2022

Ort: Öömrang Skuul, Nebel.

Unkostenbeitrag: Spende für die VHS

Verbindliche Anmeldung bei: Birte Vogel,
Tel.: 99 89 776



Fahrt ins Museum Kunst der Westküste in Alkersum/Föhr

Christa Langenhan plant wieder eine Fahrt ins Alkersum-Museum. Mit Führung und Shuttlebus. Bitte beachtet dazu die Rubrik „Aktuelles“ auf der Website www.vhs-amrum.de für eventuelle Änderungen.

Fahrt: März 2022

Gebühr: nach Umlage;
Fährfahrkarte bitte selbst rechtzeitig besorgen

Frühjahrsreise 2022

Wir planen eine Reise nach Ostsizilien. Bitte beachtet dazu eventuelle Änderungen auf der Website www.vhs-amrum.de unter „Aktuelles“.

Fahrt: 02.–09. Mai 2022

Teilnehmende: max. 30 Personen

Reiseleitung: Gaby Theis

Wer schon neugierig ist, kann sich hier melden: Gaby Theis, Tel.: 96 84 20

Tagesfahrt nach Kiel und Rendsburg

Eine Tagesfahrt zum Kunsthandwerker-Markt des „Fecit“ in Kiel und zur „Nord-Art“ in Rendsburg

Fahrt: 17. September 2022

Teilnehmende: max. 30 Personen

Reiseleitung: Ute Feddersen-Hansen

Kosten: nach Aufwand

Weitere Informationen bei:

Ute Feddersen-Hansen: Tel.: 96 82 72



Kurse der VHS Föhr

Die Volkshochschule Föhr hat ihr Kurs-Programm für 2022 auf www.vhs-foehr.de veröffentlicht. Bei Interesse an einer Kurs-teilnahme meldet euch bitte direkt dort an!

Hygieneregeln der VHS

Aufgrund des Corona-Virus möchten wir euch alle, Kursleiter:innen und Teilnehmende, darum bitten, euch während aller VHS-Veranstaltungen an die vom Land Schleswig-Holstein vorgegebenen Schutzmaßnahmen zu halten.

Grundsätzliches

- Bist du innerhalb der letzten 14 Tage aus einem Risikogebiet zurückgekehrt oder hattest du Kontakt mit einer infizierten Person, bitten wir dich darum, nicht teilzunehmen.
- Fühlst du dich nicht gut oder hast du akute Symptome wie z. B. Fieber, trockenen Husten, Verlust des Geruchs-/Geschmacksinns, Halsschmerzen/-kratzen, Muskel- und Gliederschmerzen, bleibe bitte zu Hause.

Hygieneregeln bei Kursen & Vorträgen

- **2G-Regel:** Es darf nur lehren, vortragen und teilnehmen, wer vor mindestens 14 Tagen zum 2. Mal geimpft wurde oder wer bereits von Corona genesen ist. Entsprechende Nachweise sind mitzubringen und auf Verlangen vorzuzeigen.
- Husten und Niesen in die Armbeuge.
- Häufiger stoßlüften.
- In der Pause bitte Abstand halten und/oder Maske tragen.

Bitte beachtet dazu immer auch die aktuellsten Hinweise hierzu auf unserer Website www.vhs-amrum.de.



Impressum

Volkshochschule Amrum e. V.

Matthias Theis (1. Vorsitzender)

Smäswai 7

25946 Nebel auf Amrum

Telefon: 04682 – 96 84 20

E-Mail: m.theis-amrum@web.de

Website: www.vhs-amrum.de

Layout: Birte Vogel

Fotos: Birte Vogel & Ute Feddersen-Hansen