



Volkshochschule
Landkreis Forchheim



900 Jahre Kunreuth

Jubiläumsprogramm 2020

www.vhs-forchheim.de

Kunreuth



900 Jahre
1120 – 2020



Allgemeine Hinweise

Leiter

Dr. Hermann Ulm, Landrat

Geschäftsführer

Anton Eckert, Kulturreferent

Pädagogische Mitarbeiter:

Silvia Bessler
Marion Rossa-Schuster
Moritz Wenninger

VHS-Verwaltung

Karin Reichelt-Ott
Louisa Schmidt
Barbara Neuner
Christiane Siebenhaar

Geschäftsstelle

VHS-Zentrum
Hornschuchallee 20
91301 Forchheim
Tel. 09191/86-1060
Fax 09191/86-1068
Online-Anmeldung: www.vhs-forchheim.de
E-Mail-Adresse: kontakt@vhs-forchheim.de



Geschäftszeiten

Montag 9.00-12.00 und 14.00-16.00 Uhr
Dienstag 9.00-12.00 und 14.00-16.00 Uhr
Mittwoch 9.00-12.00 Uhr
Donnerstag 9.00-12.00 und 14.00-17.00 Uhr
Freitag 9.00-12.00 Uhr

Anmeldung

- online unter www.vhs-forchheim.de
- per E-Mail an kontakt@vhs-forchheim.de
- schriftlich per Post oder Fax
- persönlich und telefonisch in der Geschäftsstelle oder in den Außenstellen

Nachricht

- erhalten Sie nur dann, wenn die Veranstaltung belegt ist oder ausfällt

Abmeldung

- nur in der VHS-Geschäftsstelle oder der jeweiligen Gemeindeverwaltung
- eine Abmeldung beim Kursleiter ist nicht rechtskräftig
- bei jeder Abmeldung wird eine Stornogebühr von € 4,00 fällig

SEPA-Lastschriftverfahren bei der VHS des Landkreises Forchheim

Im Rahmen der Harmonisierung des Zahlungsverkehrs im europäischen Wirtschaftsraum wird das SEPA-Lastschriftverfahren eingeführt. Öffentliche Verwaltungen und Unternehmen verwenden für Überweisungen und Lastschriften die internationale Kontokennung IBAN (International Bank Account Number). Die bislang gebräuchliche Nutzung von Kontonummer und Bankleitzahl ist dann nicht mehr zulässig.

Die VHS des Landkreises Forchheim hat auf das europaweit einheitliche SEPA-Lastschriftverfahren umgestellt. **Die bisher der VHS telefonisch, mündlich oder schriftlich erteilten Einzugsermächtigungen zur einmaligen Abbuchung der Kursgebühr sind nicht mehr gültig.**

Daher benötigen wir, damit wir auch künftig Ihre Kursgebühren per SEPA-Lastschrift einziehen können, von jedem Kursteilnehmer einmalig ein **eigenhändig unterzeichnetes SEPA-Lastschriftmandat im Original**. Jedem SEPA-Mandat wird eine Mandatsreferenznummer zugewiesen, welche wir Ihnen (ggf. nachträglich) mitteilen werden.

Ein SEPA-Lastschriftmandat ist die rechtliche Legitimation für den Einzug von SEPA-Lastschriften. Ein Mandat umfasst sowohl Ihre Zustimmung zum Einzug aller künftigen Kursgebühren per SEPA-Lastschrift durch die VHS des Landkreises Forchheim als auch gleichzeitig den Auftrag an Ihr Kreditinstitut zur Einlösung der Lastschrift.

Bitte beachten Sie: Ihre Kursanmeldungen sind nur gültig, wenn Sie uns rechtzeitig bis Kursbeginn einmalig ein eigenhändig unterzeichnetes SEPA-Mandat einreichen, welches für die künftige Abbuchung der Kursgebühren verwendet werden kann.

Daher: Sollten Sie bisher noch kein SEPA-Mandat bei der VHS eingereicht haben, füllen Sie bitte bei Ihrer Kursanmeldung unbedingt ein SEPA-Mandat aus und senden Sie uns dies **eigenhändig unterzeichnet im Original zu. Eine Übermittlung per E-Mail oder Telefax ist leider nicht zulässig.**



KUNREUTH

Leitung:

Annette Dokoupil-Gutensohn

Anmeldung ab Dienstag, 28.01.2020

VHS-Geschäftsstelle, Hornschuchallee 20, 91301 Forchheim, Tel. 09191/86-1060.

Sie können sich zu allen Kursen der VHS des Landkreises über das Internet anmelden - www.vhs-forchheim.de.

Bezahlung der Kursgebühr: schriftliche, telefonische und Online-Anmeldung ist nur mit SEPA-Lastschriftmandat möglich, persönliche Anmeldung mit Barzahlung oder SEPA-Lastschriftmandat.

Hier finden Ihre Kurse statt:

Rathaus: Schloßstraße 3, 91358 Kunreuth
Kindergarten: Kirchberg 34, 91358 Kunreuth
Wertstoffhof: Ortsausfahrt Richtung Ermeus, 91358 Kunreuth

Jubiläumsjahr 2020

Kunreuth  *900 Jahre*
1120-2020

„Die Tragödie von Gaiganz“ im Rahmen des Ortsjubiläums Kunreuth

Wanderung um Gaiganz und Kunreuth

In Kooperation mit „gscheitgut.de“

Wanderbeschreibung: Die von Toni Eckert und Dr. Roland Lindacher geleitete Wanderung beginnt in Kunreuth am Kanzleigebäude/Rathaus. Parkmöglichkeiten sollten im Ort genügend vorhanden sein. Zunächst Wanderung nach Gaiganz. Umfassende Darlegung in der Kirche des „Mordfalles“ von Gai-

ganz aus der frühen NS-Zeit, der von den Nazis zu ihren Gunsten instrumentalisiert wurde. Dieser Vortrag soll einen Beitrag zur Darstellung der neuesten Geschichte im Rahmen des Kunreuther Ortsjubiläums leisten. Anschließend Wanderung über den Pinzberger Kirchenweg nach Kunreuth. Fränkische Brotzeit im Gasthaus „Zum Schloss“.

Treffpunkt: 13.00 Uhr Kunreuth Rathaus/Kanzleigebäude

Weglänge: ca. 11 km, leichte bis mittelschwere Wanderung mit wenig Höhenmetern

Gehzeit: ca. 4 Stunden

Einkehr: Gasthaus „Zum Schloss“, Kunreuth

Rückkehr: gegen 19.00 Uhr

Wanderung

Fo891

Toni Eckert

Samstag, 16.05., 13.00-19.00 Uhr

€ 12,00 (inkl. fränkischer Brotzeit)

Kunreuth

Anmeldung bei der VHS bis Donnerstag, 14.05.20

Spurensuche – eine Führung durch die Geschichte Kunreuths

Der Rundweg „Spurensuche Kunreuth“ soll zeigen, welche Vielfalt in der Geschichte des Dorfes sichtbar wird. Er verdeutlicht die Zusammenhänge zwischen dem Dorf und der umgebenden Kulturlandschaft. Die „Spurensuche Kunreuth“ ist kein reiner Weg zu Denkmälern oder Sehenswürdigkeiten - unter dem Motto „man sieht nur, was man weiß“ möchte er die Augen öffnen und auch auf Dinge aufmerksam machen, die unscheinbar sind und erst beim zweiten Hinschauen Bedeutung gewinnen.

Ortsführung

Ku001

Dr. Hermann Ulm

Montag, 01.06., 15.00-17.00 Uhr

€ 4,80 (€ 4,30)

Treffpunkt:

Hintere Pfaffenleite 10, Kunreuth

Kurse, die nicht die erforderliche Teilnehmerzahl erreichen, müssen, sofern sie nicht abgesagt werden, entweder gekürzt oder mit einer Aufzahlung belegt werden.

■ Hörfade – Geschichte und Geschichten rund um Kunreuth

Kunreuth einmal ganz anders erleben - dieses Ziel haben wir in unserem Kurs Hörfade! Gemeinsam mit unseren Kooperationspartnern, dem Bayerischen Rundfunk, der Stiftung Zuhören und dem Bayerischen Volkshochschulverband, erstellen wir kleine Hörbeiträge, die zusammen einen Audio-Rundgang durch den Ort ergeben, der auch im Internet veröffentlicht wird. So können wir zum Ortsjubiläum die Vielfalt regionaler Geschichte, Kultur und Kunst vermitteln und erfahrbar machen. Mit Ihrem Wissen, Ihren Ideen und Ihrem Engagement sollen diese Hörfade entstehen. Vorkenntnisse brauchen Sie dafür nicht - im Gegenteil: Sie lernen in diesem Kurs, wie man eine Idee findet, ein Projekt richtig recherchiert, die Texte dazu schreibt, richtig spricht und das alles technisch professionell als Audiobeitrag im Internet präsentiert. In kleinen Gruppen werden Sie vom Kursleiter unterstützt, führen selbst Interviews, schreiben und sprechen Texte auf digitale Aufnahmegeräte und schneiden Ihre Beiträge dann mit einem Audio-Bearbeitungsprogramm. Auf www.klingende-landkarte.de können Sie sich die bisher erstellten Hörfade anhören.

Kurs	Ku002
Roland Rosenbauer	
Samstag, 21.03. und Sonntag, 22.03.	
jeweils 14.00-18.00 Uhr	
Gebührenfrei!	Rathaus, Kunreuth

■ Hörfade – Geschichte und Geschichten rund um Kunreuth

Kunreuth einmal ganz anders erleben - dieses Ziel haben wir in unserem Kurs Hörfade! Gemeinsam mit unseren Kooperationspartnern, dem Bayerischen Rundfunk, der Stiftung Zuhören und dem Bayerischen Volkshochschulverband, erstellen wir kleine Hörbeiträge, die zusammen einen Audio-Rundgang durch den Ort ergeben, der auch im Internet veröffentlicht wird. So können wir zum Ortsjubiläum die Vielfalt regionaler Geschichte, Kultur und Kunst vermitteln und erfahrbar machen. Mit Ihrem Wissen, Ihren Ideen und Ihrem Engagement sollen diese Hörfade entstehen. Vorkenntnisse brauchen Sie dafür nicht - im Gegenteil: Sie lernen in diesem Kurs, wie man eine Idee findet, ein Projekt richtig recherchiert, die Texte dazu schreibt, richtig spricht und das alles technisch professionell als Audiobeitrag im Internet präsentiert. In kleinen Gruppen werden Sie vom Kursleiter unterstützt, führen selbst Interviews, schreiben und sprechen Texte auf digitale Aufnahmegeräte und schneiden Ihre Beiträge dann mit einem Audio-Bearbeitungsprogramm. Auf www.klingende-landkarte.de können Sie sich die bisher erstellten Hörfade anhören.

Kurs	Ku003
Roland Rosenbauer	
Samstag, 28.03. und Sonntag, 29.03.	
jeweils 14.00-18.00 Uhr	
Gebührenfrei!	Rathaus, Kunreuth

■ Hörfade – Geschichte und Geschichten rund um Kunreuth

Kunreuth einmal ganz anders erleben - dieses Ziel haben wir in unserem Kurs Hörfade! Gemeinsam mit unseren Kooperationspartnern, dem Bayerischen Rundfunk, der Stiftung Zuhören und dem Bayerischen Volkshochschulverband, erstellen wir kleine Hörbeiträge, die zusammen einen Audio-Rundgang durch den Ort ergeben, der auch im Internet veröffentlicht wird. So können wir zum Ortsjubiläum die Vielfalt regionaler Geschichte, Kultur und Kunst vermitteln und erfahrbar machen. Mit Ihrem Wissen, Ihren Ideen und Ihrem Engagement sollen diese Hörfade entstehen. Vorkenntnisse brauchen Sie dafür nicht - im Gegenteil: Sie lernen in diesem Kurs, wie man eine

Idee findet, ein Projekt richtig recherchiert, die Texte dazu schreibt, richtig spricht und das alles technisch professionell als Audiobeitrag im Internet präsentiert. In kleinen Gruppen werden Sie vom Kursleiter unterstützt, führen selbst Interviews, schreiben und sprechen Texte auf digitale Aufnahmegeräte und schneiden Ihre Beiträge dann mit einem Audio-Bearbeitungsprogramm. Auf www.klingende-landkarte.de können Sie sich die bisher erstellten Hörfade anhören.

Kurs	Ku004
Roland Rosenbauer	
Samstag, 14.11. und Sonntag, 15.11.	
jeweils 14.00-18.00 Uhr	
Gebührenfrei!	Rathaus, Kunreuth

■ Hörfade - Geschichte und Geschichten rund um Kunreuth

Kunreuth einmal ganz anders erleben - dieses Ziel haben wir in unserem Kurs Hörfade! Gemeinsam mit unseren Kooperationspartnern, dem Bayerischen Rundfunk, der Stiftung Zuhören und dem Bayerischen Volkshochschulverband, erstellen wir kleine Hörbeiträge, die zusammen einen Audio-Rundgang durch den Ort ergeben, der auch im Internet veröffentlicht wird. So können wir zum Ortsjubiläum die Vielfalt regionaler Geschichte, Kultur und Kunst vermitteln und erfahrbar machen. Mit Ihrem Wissen, Ihren Ideen und Ihrem Engagement sollen diese Hörfade entstehen. Vorkenntnisse brauchen Sie dafür nicht - im Gegenteil: Sie lernen in diesem Kurs, wie man eine Idee findet, ein Projekt richtig recherchiert, die Texte dazu schreibt, richtig spricht und das alles technisch professionell als Audiobeitrag im Internet präsentiert. In kleinen Gruppen werden Sie vom Kursleiter unterstützt, führen selbst Interviews, schreiben und sprechen Texte auf digitale Aufnahmegeräte und schneiden Ihre Beiträge dann mit einem Audio-Bearbeitungsprogramm. Auf www.klingende-landkarte.de können Sie sich die bisher erstellten Hörfade anhören.

Kurs	Ku005
Roland Rosenbauer	
Samstag, 21.11. und Sonntag, 22.11.	
jeweils 14.00-18.00 Uhr	
Gebührenfrei!	Rathaus, Kunreuth

Altes Handwerk

■ Altes Handwerk: Filzen einer Gürteltasche

Gürteltaschen sind praktische Helfer für unterwegs um kleine Sachen zu verstauen und die Hände frei zu haben. Sie können eine Tasche mit Innenfächern und Klappe in verschiedenen Form- und Farbvarianten arbeiten. Es können vielseitige und spannende Oberflächengestaltungen eingefilzt werden wie z.B. Bemusterung mit unterschiedlichen Fasern, mit Stoffen und/oder der Reservierungstechnik. Eine reichhaltige Farbauswahl an Wolle ist vorhanden.

Mitzubringen sind: stabile wasserfeste Unterlage (z.B. Wachstuchdecke), Schreibzeug, Schere, 2 alte Handtücher, Luftpolsterfolie (kleine Noppen einseitig glatt) ca. 1,50m x 0,50m und für die Oberflächengestaltung nach Wunsch z.B. Strickwollreste (hoher Wollanteil) oder durchlässige Stoffreste.

Materialkosten nach Verbrauch ab ca. € 4,00

Kurs	Ku006
Barbara Eichhorn	
Donnerstag, 12.03., 18.00-22.00 Uhr	
€ 24,00 (€ 21,60) + Material	
	Saal, Rathaus, Kunreuth
Kleingruppe	

■ Altes Handwerk: Wolle spinnen

In diesem Kurs lernen Sie das Spinnen von Wolle mit der Handspindel und dem Spinnrad. Sie werden einiges über Wolle und Schafe, Wollverarbeitung, Spinnstuben und verschiedene Wollarten kennenlernen. Ihre selbst gesponnene Wolle können Sie zu Stulpen, Stirnband oder einem Schal verstricken.

Spinnräder stehen zur Verfügung. Wollvlies kann erworben werden. Materialkosten je nach Verbrauch. Spinnräder werden von der Kursleiterin gestellt.

Kurs	Ku007
Agathe Buchfelder	
Freitag, 27.03. und Samstag, 28.03.	
jeweils 17.30-21.00 Uhr	
€ 42,00 (€ 37,80) + Material	Rathaus, Kunreuth
Kleingruppe	

Bitte notieren Sie sich die Termine Ihrer gebuchten Kurse, da eine Benachrichtigung nicht mehr erfolgt. Ihre Anmeldung ist für uns und für Sie verbindlich!

Altes Handwerk: Brot backen



Wir backen ein rustikales Bauernbrot. Das Anmischen, Kneten und Gehenlassen des Teiges erfolgt am 1. Tag gemeinschaftlich, um es am darauffolgenden Morgen gemeinsam „einzuschließen“ und in gespannter Runde das Ergebnis zu erwarten. Materialkosten sind im Kurs zu entrichten.

Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, Schürze oder Kittel!

Kurs

Ku008

Ernst Strian

Freitag, 16.10., 17.00-20.00 Uhr

Samstag, 17.10., 9.00-12.00 Uhr

€ 28,80 (€ 25,90) + Material

Kleingruppe Treffpunkt: Rathaus, Kunreuth

Altes Handwerk: Bierbrauen

Zum Jubiläumsjahr ein Jubiläumsbier: Unter fachkundiger Anleitung brauen wir den „Jubiläumstrank“.

Kurs

Ku009

Fabian Strian

Samstag, 15.02., 10.00 - 16.00 Uhr

Samstag, 22.02., 10.00 - 16.00 Uhr

€ 57,60 (€ 51,80) + Material

Kleingruppe Treffpunkt: Rathaus, Kunreuth

Altes Handwerk: Wolle spinnen

In diesem Kurs lernen Sie das Spinnen von Wolle mit der Handspindel und dem Spinnrad. Sie werden einiges über Wolle und Schafe, Wollverarbeitung, Spinnstuben und verschiedene Wollarten kennenlernen. Ihre selbst gesponnene Wolle können Sie zu Stulpen, Stirnband oder einem Schal verstricken. Spinnräder stehen zur Verfügung. Wollvlies kann erworben werden. Materialkosten je nach Verbrauch. Spinnräder werden von der Kursleiterin gestellt.

Kurs

Ku010

Agathe Buchfelder

Freitag, 06.11. und Samstag, 07.11.

jeweils 17.30-21.00 Uhr

€ 42,00 (€ 37,80) + Material Rathaus, Kunreuth

Kleingruppe

Altes Handwerk: Flechten mit Weidenzweigen

Aus Weiden werden mit einfachen Flechttechniken wirkungsvolle, schöne und dabei praktische Behälter geflochten. Mit etwas handwerklichem Geschick lässt sich eine Kugel, ein Korb oder eine Rassel flechten. Die verwendeten Weiden sind naturbelassen und stammen aus der näheren Umgebung. Außer handwerklichem Geschick sind keine Vorkenntnisse der Flechttechnik notwendig.

Bitte mitbringen: Baumschere, ein scharfes Messer (Hippe), etwas Schnur und einen Vorstecher (alter Schraubenzieher) zum Durchfädeln von Ruten.

Wer die Möglichkeit hat, kann Weidenruten mitbringen, ansonsten wird Weidenmaterial gestellt. Ggf. werden € 5,00 für Heizkostenanteil fällig.

Kurs

Ku011

Albert Reil

Samstag, 14.11., 10.00-17.00 Uhr

€ 33,60 (€ 30,20) + Material

Prechtel-Scheune, Forchheimer Str.1, Kunreuth

Traditionelle Trachtenwerkstatt: Rosenkranz-Kettelkurs



Aus einem umfangreichen Sortiment können sich die Teilnehmer ihren persönlichen Rosenkranz zusammenstellen. Zur Verfügung stehen einfache Materialien wie Holz, Glas und Metallstanzeile, aber auch echte Silberfiligranteile und geschliffene Granatperlen wie früher.

Alternativ kann aus diesen Materialien auch eine Halskette gefertigt werden.

Vorkenntnisse sind keine erforderlich.

Mitzubringen sind eine kleine Bastelrundzange sowie eine kleine Drahtzwickzange.

Außer der Kursgebühr fallen Kosten je nach Materialauswahl an.

Kurs

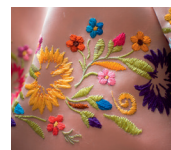
Ku012

Dagmar Rosenbauer

Samstag, 04.04., 14.00-18.00 Uhr

€ 19,20 (€ 17,30) + Material Rathaus, Kunreuth

Traditionelle Trachtenwerkstatt: Sticken



Wir beginnen mit der Motivgestaltung und gehen dann über zur Vorbereitung und dem Sticken eines Musterstückes/Taschentuchs. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, der Kurs eignet sich jedoch auch für Teilnehmer mit Stickkenntnissen. Es werden dabei Grundkenntnisse zum floralen Besticken von „Kerwastüchern“ und fränkischen Festtagsschürzen erworben.

Material zum Sticken kann bei der Kursleitung erworben werden.

Bitte mitbringen: Bleistift, Radiergummi, Zeichenpapier, Transparentpapier, Buntstifte, Spitzer, beliebige Stickgarne bzw. Garnreste zum Üben, Sticknadel, Nähschere.

Kurs

Ku013

Heidemarie Hoeft

Dagmar Rosenbauer

Vorbesprechung: Donnerstag, 23.04., 18.30-20.00

Freitag, 01.05., Samstag, 02.05. und Sonntag, 03.05.

jeweils 9.00 - 18.00 Uhr mit 30 min. Mittagspause

€ 127,60 (€ 115,00) + Material Rathaus, Kunreuth

Traditionelle Trachtenwerkstatt: Fransenknüpfen für Trachtler



In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit einem alten Brauchtum, das in bäuerlicher Struktur verwurzelt war, also so lange, bis man dem städtischen G'wand den Vorzug gab. Wie viele alte Handarbeitsformen waren die Fransen in vielen Gegenden und zu vielen Anlässen ein Muss, aber käuflich nicht oder kaum zu erwerben. Also fertigte jede Frau ihre Fransen selbst. Erschwerend waren zu dieser Zeit auch noch die Kleiderordnung bzw. deren Nachwirkungen.

In der heutigen Zeit haben wir zwar mit diesen Problemen nicht mehr zu kämpfen, dafür aber mit dem kollektiven Mangel an Geduld für diese schöne Handarbeit. Geduld ist auch das einzige Werkmaterial, das von jedem Teilnehmer mitzubringen ist. Für diesen Kurs sind zwei Samstage angesetzt, um die Knoten in den Fingern zu begrenzen und

zwischen den zwei Kurstagen das Erlernte zu vertiefen. Als Material stehen für die zwei Kurstage Knüpfbrett, Schraubzwingen, Knüpfhaken, Nadel und Übungsstoff sowie ausreichend Übungsgarn zur Verfügung. Kosten entstehen hierfür explizit keine. Falls gewünscht, kann das Material jedoch für die weitere Nutzung nach dem Kurs käuflich erworben werden.

Da davon auszugehen ist, dass die Teilnehmer sich ihr eigenes Trachtentuch knüpfen möchten, bitten wir darum, dieses beim zweiten Termin mitzubringen. Zu diesem Termin bringen wir dann unsere große Farbauswahl an Fransengarn mit, so dass jeder Teilnehmer mit der Fertigung ihres Trachtentuches noch im Kurs beginnen kann.

Kurs

Ku014

Rita Schmitt

Samstag, 23.05. und 30.05. jeweils 14.00-20.00 Uhr

€ 38,40 + Material

Rathaus, Kunreuth

Traditionelle Trachtenwerkstatt: Nähen einer Trachtenbluse/Trachtenhemd

Wir nähen ein Trachtenhemd für Herren. Diese Verarbeitung kann genauso übernommen werden als Hemdbluse für die Damen und eignet sich hervorragend als „Winter-Version“ der Trachtenbluse. Die Grundform orientiert sich an den originalen Trachten der Fränkischen Schweiz. Dabei bleibt Spielraum für kleine individuelle Änderungen. Die Anwesenheit des Trägers ist zu einer Anprobe erforderlich! Zur Vorbesprechung muss entweder der Träger zum Maßnehmen anwesend sein oder ein gut sitzendes Hemd/Bluse mitgebracht werden.

Nähenkenntnisse sind erforderlich!

Bitte mitbringen: Wachstuch oder Plastikfolie für den Arbeitstisch 1 x 2 m. Nähutensilien werden bei der Vorbesprechung mitgeteilt.

Kurs

Ku015

Rosalie Postatny

Vorbesprechung: Donnerstag, 10.09., 18.30-20.00 Uhr

Kurs: Sonntag, 27.09. und Sonntag, 11.10.

jeweils 09.00-18.00 Uhr (30 min. Pause)

€ 88,80 (€ 79,90) + Material Rathaus, Kunreuth

Kleingruppe

■ Traditionelle Trachtenwerkstatt: Nähen eines Trachtenleibchens

Wir nähen ein Trachtenleibchen: das „Mieder-Oberteil“ der Tracht aus der Fränkischen Schweiz für die Frau. Das Leibchen ist traditionell reich verziert mit farbenfrohen Borten und Stickereien. Das Tolle ist: man kann das Leibchen auch wunderbar im Alltag zur Jeans oder einem schlichten Rock tragen. Der Grundschnitt ist vorgegeben und wird bei zwei Anproben angepasst. In der Vorbesprechung legen wir die Materialien fest. Die Stickereien können in einem gesonderten Kurs erlernt werden.

Bitte mitbringen: Wachstuch oder Plastikfolie für den Arbeitstisch 1 x 2 m. Nähutensilien werden bei der Vorbesprechung mitgeteilt.

Kurs	Ku016
Rosalie Postatny	
Vorbesprechung: Donnerstag, 01.10., 18.30-20.00 Uhr	
Kurs: Freitag, 23.10., 15.00-19.00 Uhr	
Samstag, 24.10., 09.00-18.00 Uhr (30 min. Pause)	
Samstag, 07.11., 09.00-18.00 Uhr (30 min. Pause)	
Freitag, 20.11., 15.00-19.00 Uhr	
Samstag, 21.11., 09.00-18.00 Uhr (30 min. Pause)	
€ 168,00 (€ 151,20) + Material Rathaus, Kunreuth Kleingruppe	

Sie können an dem gebuchten Kurs nicht teilnehmen?

Melden Sie sich bitte **rechtzeitig** ab! Die Abmeldung muss in der vhs-Geschäftsstelle erfolgen. Eine Abmeldung beim Kursleiter ist nicht zulässig.

■ Traditionelle Trachtenwerkstatt: Sticken

Wir beginnen mit der Motivgestaltung und gehen dann über zur Vorbereitung und dem Sticken eines Musterstückes/Taschentuchs. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, der Kurs eignet sich jedoch auch für Teilnehmer mit Stickenkenntnissen. Es werden dabei Grundkenntnisse zum floralen Besticken von „Kerwastüchern“ und fränkischen Festtagsschürzen erworben.

Material zum Sticken kann bei der Kursleitung erworben werden.

Bitte mitbringen: Bleistift, Radiergummi, Zeichenpapier, Transparentpapier, Buntstifte, Spitzer, beliebige Stickgarne bzw. Garnreste zum Üben, Sticknadel, Nähschere.

Kurs	Ku017
Heidemarie Hoefft	
Dagmar Rosenbauer	
Vorbesprechung: Mittwoch, 30.09., 18.30-20.00	
Freitag, 16.10., 12.00-18.00 Uhr	
Samstag, 17.10. und Sonntag, 18.10.	
jeweils 09.00-18.00 Uhr (30 min. Pause)	
€ 117,60 (€ 105,80) + Material Rathaus, Kunreuth	

■ Traditionelle Trachtenwerkstatt: Dekorieren von Haarnadeln in Klosterarbeitstechnik

Aus einem reichhaltigen Sortiment an Haarnadeln, Glasperlen, Drähten und Boulliondrähten kann sich jeder individuell sein Material zusammenstellen. Im Anschluss daran verzieren wir die Nadeln mit filigranen selbstgefertigten Blüten. Dieser Haarschmuck eignet sich besonders schön zu Dirndl, Tracht oder Ausgehmode.

Vorkenntnisse: keine

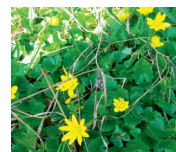
Außer der Kursgebühr fallen Kosten je nach Materialauswahl an.

Bitte mitbringen: Eine Nagelschere, ein Tuch als Unterlage (damit die Perlen nicht davonrollen)

Kurs	Ku018
Dagmar Rosenbauer	
Samstag, 14.11., 14.00-17.00 Uhr	
€ 14,40 (€ 13,00) + Material Rathaus, Kunreuth	

Kräuterveranstaltungen

■ Kräuterkurs: Die Wiese als Apotheke und Supermarkt



Früher hatten die Menschen nur wenige Einkaufsmöglichkeiten und waren auf das angewiesen, was sie in der Natur

fanden und selber anbauen konnten. Gerade nach dem entbehrensreichen Winter brauchten sie frische Kräuter, um die Speicher mit Vitaminen und Mineralien aufzufüllen und die Lebensgeister wieder zu wecken. Viele Frühjahrskräuter strecken schon ihre Köpfchen aus der Erde, die wir sammeln und auch gegen die moderne Frühjahrsmüdigkeit einsetzen können.

Bitte mitbringen: Sammelkörbchen und Schere, evtl. Schreibzeug, wetterangepasste Kleidung

Kurs	Ku019
Annette Dokoupil-Gutensohn	
Samstag, 28.03., 14.00-17.00 Uhr	
€ 14,40 (€ 13,00) + Material Wertstoffhof, Kunreuth	

■ Kräuterkurs: Honig – lecker und gesund aufgepeppt

Guter Honig schmeckt ja sehr gut und ist auch der Gesundheit durchaus zuträglich – mit frischen, aromatischen Kräutern lässt sich das noch steigern! Auf einer kleinen Wiesen- und Waldrunde sammeln wir schmackhafte und heilsame Kräuter, mit denen jeder Teilnehmer nach Geschmack ein Gläschen Honig veredeln wird.

Bitte mitbringen: Sammelkörbchen, Schere, evtl. ein Gläschen guten, möglichst dünnflüssigen Honig, ein leeres Glas und Schreibzeug. Ggf. anfallende Materialkosten sind im Kurs zu entrichten.

Kurs	Ku020
Annette Dokoupil-Gutensohn	
Montag, 25.05., 16.00-19.00 Uhr	
€ 14,40 (€ 13,00) + Material Wertstoffhof, Kunreuth	

www.vhs-forchheim.de

■ Kräuterkurs: Johannistag – Hoch-Zeit der Heilkräuter



Um den Johannistag am 21. Juni haben viele Kräuter ihre Hoch-Zeit: ihr Gehalt an wertvollen Inhaltsstoffen ist um diese

Zeit am höchsten. Um diesen Tag, dem Gedenktag Johannes des Täufers, ranken sich auch viele Mythen und traditionelles Brauchtum. Wir sammeln heute vor allem die Blüten des Johanniskrauts, aus dem jeder im Anschluss an die Kräuterführung das wertvolle Johanniskrautöl – auch bekannt als Rot-Öl wegen seiner wunderbar leuchtenden roten Farbe – ansetzt. Dieses Öl ist ein sehr pflegendes Hautöl und es kann daraus auch eine vielseitig anwendbare Salbe hergestellt werden.

Kosten für zusätzliche Materialien sind im Kurs zu entrichten.

Kurs	Ku021
Annette Dokoupil-Gutensohn	
Sonntag, 21.06., 14.00-17.00 Uhr	
€ 14,40 (€ 13,00) + Material Wertstoffhof, Kunreuth	

■ Kräuterkurs: Mariä Himmelfahrt – Kräuterbuschen und Frauendreibiger

Maria Himmelfahrt ist der Anfang des Frauendreibiger, der bis zum Tag Maria Geburt am 8. September dauert. Während dieser Zeit liegt auf den Pflanzen ein ganz besonderer Segen und ihre Heilkraft erreicht einen weiteren Höhepunkt. Das Sammeln und Weihen eines Kräuterbuschen mit traditionellen Kräutern und Blumen am Fest Mariä Himmelfahrt gehört zu einem der schönsten Bräuche der katholischen Kirche. Wobei das Ritual der Kräutersegnung bereits in vorchristlicher Zeit als Danksagung an die Natur gefeiert wurde. Während unserer Sammel-Exkursion bringe ich Ihnen Brauchtum und den praktischen Nutzen der Kräuterbüschel näher.

Kurs	Ku022
Annette Dokoupil-Gutensohn	
Samstag, 15.08., 14.00-17.00 Uhr	
€ 14,40 (€ 13,00) + Material	Treffpunkt: Wertstoffhof, Kunreuth

■ Kräuterkurs: Die Klostermedizin der Hildegard von Bingen



Im späten Mittelalter oblag die Heilkunde vorrangig den Mönchen. In den Schreibstuben der Klöster kopierten sie u.

a. Kräuterbücher und Heilvorschriften antiker und zeitgenössischer Ärzte und sammelten und übernahmen deren Heilwissen. Einige Anweisungen für die praktische Anwendung von Heilpflanzen z.B. durch Hildegard von Bingen halten teilweise auch modernen wissenschaftlichen Überprüfungen stand. Ich stelle Ihnen in meinem Garten einige Kräuter dieser Epoche vor und zum Abschluss zeige ich Ihnen einfache praktische Anwendungen in der Volksheilkunde.

Kurs **Ku023**
Annette Dokoupil-Gutensohn
Donnerstag, 17.09., 14.00-17.00 Uhr
€ 14,40 (€ 13,00) + Material
Treffpunkt Hintere Pfaffenleite 10, Kunreuth

■ Kräuterkurs: Halloween - Bedeutung der Kräuter in Ritualen, Mythen, Aberglaube

An Halloween - entstanden aus dem englischen All Hallows Eve, übersetzt Vorabend zu Allerheiligen - ist nicht zuletzt aus kommerziellen Gründen Brauchtum entstanden. Ein guter Zeitpunkt, um nicht nur diese Bräuche näher kennen zu lernen. Allgemein alter Volksglaube, Pflanzen-Rituale und Mythen um Kräuter im ganzen Jahreskreis sollen heute das Thema unserer Kräuter-Exkursion sein.

Kurs **Ku024**
Annette Dokoupil-Gutensohn
Samstag, 31.10., 14.00-17.00 Uhr
€ 14,40 (€ 13,00) + Material
Treffpunkt Hintere Pfaffenleite 10, Kunreuth

■ Haltbarmachen wie in alter Zeit: Salzen - Dörren - Säuern

Früher hatten die Menschen keinen ganzjährigen Zugriff auf frische Lebensmittel so wie heute. Auch ein Gefrierschrank und ähnlicher Luxus stand nicht zur Verfügung, so dass sich die (meistens) Frauen auf andere Weise vor allem auf die Winterzeit vorbereiten mussten, um auch in dieser Zeit genügend Lebensmittel für die tägliche Ernährung zu haben. Machen Sie mit mir einen Ausflug in die mittelalterliche Vorratskammer. Natürlich werden wir auch praktisch in diese Zeit zurückgehen und selbst etwas haltbar machen, was uns dann aktuell zur Verfügung stehen wird.

Anfallende Kosten für Lebensmittel und Material sind im Kurs zu entrichten.

Kurs **Ku025**
Annette Dokoupil-Gutensohn
Freitag, 27.11., 17.00-20.00 Uhr
€ 14,40 (€ 13,00) + Material Rathaus, Kunreuth

■ Kräuterkurs: Salben, Cremes, Lippenstift

Aus Kräutern lassen sich tolle Pflegeprodukte herstellen! Ob getrocknet oder frisch, ob Tinkturen oder Öle - mit weiteren chemiefreien Zutaten können daraus wertvolle Pflegeprodukte einfach selbst gerührt werden. Ein kurzer Exkurs in die Welt der (Heil-) Kräuter rundet den Kurs ab.

Anfallende Materialkosten für passende Gefäße und Zutaten sind im Kurs zu entrichten.

Kurs **Ku026**
Annette Dokoupil-Gutensohn
Freitag, 11.12., 17.00-20.00 Uhr
€ 14,40 (€ 13,00) + Material Rathaus, Kunreuth

Gesucht und nicht gefunden?

Bitte teilen Sie uns Ihre Programmwünsche mit.

■ Wald- und Kräuterekursion: Geheimnisvolle Bäume



Wir machen einen kleinen Ausflug in den Wald. Zum einen bestimmen wir anhand der Knospen, welchen Baum wir jeweils vor uns haben und zum anderen erzähle ich Ihnen aus der Evolutionsbiologie, wie wir Menschen mit den Bäumen verbunden sind und welche positiven Wirkungen deren Nähe auf uns hat! Bitte mitbringen: Sammelkörbchen, Schere, evtl. Schreibzeug, wetterangepasste Kleidung!

Kurs **Ku027**
Annette Dokoupil-Gutensohn
Samstag, 16.01.21, 13.00 – 16.00 Uhr
€ 14,40 (€ 13,00) Wertstoffhof, Kunreuth

Gesundheit

■ Yoga

Einfache Körper- und Atemübungen verbessern die Beweglichkeit und führen zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Matte und Decke!

Kurs **Ku028**
Gisela Peschka-Endres
Montag, 17.02., 18.30-19.30 Uhr, 15 x
€ 57,00 (€ 51,60) mit Teilnahmebescheinigung
Kindergarten, Kunreuth

Die vhs muss Kurse absagen, wenn sich nicht genügend Teilnehmer angemeldet haben. Zögern Sie daher nicht bis zuletzt mit Ihrer Anmeldung!

Spezial

■ Schminkworkshop! Schminken wie die Stars - schön, aber natürlich

Lernen Sie die Tricks mit denen die Stars Rötungen kaschieren, Schwellungen und Pigmentflecke verschwinden lassen und Schlupflider wegzaubern. Alles keine Hexerei und lassen Sie sich überraschen, dass es nicht unbedingt Farbe benötigt, um gepflegt, frisch und attraktiv auszusehen. Bringen Sie Ihr Gesicht zum Strahlen, perfekt für Ihren Alltag, Freizeit und den großen Auftritt. Als Visagistin und Make-up Artist plaudere ich aus dem Nähkästchen und zeige Ihnen, wie Sie sich ein wunderschönes, schnelles Make-up zaubern, ohne angemalt auszusehen.

Materialkosten in Höhe von € 5,00 sind bei der Kursleiterin zu entrichten.

Bitte mitbringen: Haarband/-reif und einen Standspiegel!

Pinsel können auch im Kurs erworben werden.

Kurs **Ku029**
Heidrun Wokittel
Donnerstag, 19.03., 18.00-21.00 Uhr
€ 18,00 (€ 16,20) + Material Rathaus, Kunreuth
Kleingruppe

Kinder

■ YOGA für Kinder - ausgeglichen, gesund & stark!

Wir lernen altersgerechte Yoga Asanas, Atem-, Entspannungs- und Meditationstechniken. Im Dehnen, Strecken, Recken, Hüpfen, Lachen, Träumen, Lauschen... schaffen wir einen Ausgleich zum schnelllebigen und leistungsorientierten Alltag.

Alter: 3 bis 6 Jahre

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Kleidung!

Kurs **Ku030**
Stefanie Kraft
Montag, 17.02., 17.00-17.45 Uhr, 6 x
€ 21,60 + € 5,00 Kosten für Raummiete
Wirtsleite 16, Kunreuth

■ YOGA für Kinder - ausgeglichen, gesund & stark!

Wir lernen altersgerechte Yoga Asanas, Atem-, Entspannungs- und Meditationstechniken. Im Dehnen, Strecken, Recken, Hüpfen, Lachen, Träumen, Lauschen... schaffen wir einen Ausgleich zum schnelllebigen und leistungsorientierten Alltag.

Alter: 3 bis 6 Jahre

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Kleidung!

Kurs

Ku031

Stefanie Kraft

Montag, 27.04., 17.00-17.45 Uhr, 6 x

€ 21,60 + € 5,00 Kosten für Raummiete

Wirtsleite 16, Kunreuth

Info-Offensive Klimaschutz Vortrag

■ Photovoltaik – Strom selbst erzeugen, speichern und selber verbrauchen



- Was ist bei der Planung einer Photovoltaikanlage zu beachten?

- Welche Möglichkeiten der unmittelbaren Nutzung und Speicherung gibt es?

- Wie funktioniert eine Photovoltaikanlage mit Eigenstromnutzung?
- Ist der Einsatz eines Batteriespeichers sinnvoll?
- Wann ist der Eigenverbrauch besonders empfehlenswert?
- Wie kann der Eigenverbrauch gesteigert werden?
- Ist die Kombination mit einer Wärmepumpe sinnvoll?

Vortrag

Fo911

Willi Harhammer

Donnerstag, 13.02., 19.30 Uhr

Eintritt: frei

Rathaus, Kunreuth

Auszug aus:

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule des Landkreises Forchheim

Bitte beachten Sie den Punkt 4 Rücktritt

- a) Die Volkshochschule kann von dem Vertrag zurücktreten
 - wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird,
 - wenn die von der Volkshochschule verpflichtete Kursleiterin/Kursleiter aus Gründen, die nicht in der Risikosphäre der Volkshochschule liegen (z.B. Krankheit), ausfällt.
- b) **Der/die Teilnehmer/in kann unmittelbar nach dem 1. Unterrichtstermin durch schriftliche Erklärung vom Vertrag zurücktreten. Nach dem zweiten Termin ist eine Gebührrückerstattung nicht mehr möglich.**
 - Bei Kursen, die an weniger als 7 Terminen stattfinden, Wochenendseminaren, Tagesfahrten und Wanderungen ist ein Rücktritt bis spätestens eine Woche vor Beginn möglich.

Die Abmeldung muss in der vhs-Geschäftsstelle erfolgen. Eine Abmeldung beim Kursleiter ist nicht möglich. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

Bei nicht-fristgerechter Abmeldung muss die Kursgebühr Ihnen oder dem Arbeitgeber in Rechnung gestellt werden.

Bitte beachten Sie:

Mit Ihrer Anmeldung zu vhs-Kursen akzeptieren Sie gem. DSGVO die Datenschutzerklärung der vhs. Diese können Sie im gedruckten vhs-Gesamtprogramm oder unter www.vhs-forchheim.de
- Service - Kontakt, AGB und weitere Informationen einsehen.