

Neue Kurse an der VHS

Unter anderem stehen die indische Küche und Familienforschung auf dem Programm

BAD WALDSEE (sz) - Wie die Volkshochschule (VHS) Bad Waldsee mitteilt, muss aufgrund der derzeitigen Lage der Kurs „Ich wollte Maler werden und wurde Picasso' - Picasso und die Kunst des 20. Jahrhunderts“ nach München (Nr. 202-10109) abgesagt werden. Für folgende Kurse kann man sich laut Ankündigung der VHS anmelden:

Indische Küche (Kurs-Nr. 202-30701), Samstag, 7. November, 10 bis 17 Uhr, Reute Durlesbach-Grundschule, Schulküche, 46 Euro: Die indische Küche, von religiösen Vorstellungen getragen und durch die 4000-jährige Kultur verfeinert, bietet Delikatessen von ausgesprochener Raffinesse, deren Geheimnis vor allem im entscheidenden Würzen liegt. Kursleiter Arup Banerjee wird über Gewürze und zuckerfreien Basmatireis aus Kashmir berichten. Es werden 12 bis 14 vegetarische (mit Ghee) und nicht vegetarische Gerichte gekocht. Bitte mitbringen: größere (rund drei Liter) Kochtöpfe mit Deckel, Schürze, mehrere Lebensmittelbehälter und 15 Euro für Lebensmittel.

Familienforschung leicht gemacht: Einführung in die Genealogie (Kurs-Nr. 202-10120), montags, ab 23. November, 19 bis 20.30 Uhr, dreimal, VHS, Raum 3 (im 2. OG), 44 Euro: Stadtarchivar Michael Wild gibt eine Einführung in die Recherchearbeit im Archiv: Viele Familienstambäume lassen sich in Deutschland bis zum Ende des Dreißigjährigen Krieges zurückverfolgen, wofür allerdings besondere Kenntnisse und Techniken erforderlich sind. In diesem Kurs von Michael Tassilo Wild und Arne Becker erfolgt eine Vorbereitung für eigenständiges histori-

sches Arbeiten im Stadtarchiv mit verschiedenen Quellengattungen.

Ist mein Kind hochsensibel? (Kurs-Nr. 202-10607), Vortrag, Mittwoch, 25. November, 19 bis 21.30 Uhr, VHS, Raum 4 (Eingang Archiv), 16 Euro: Als hochsensibler Mutter mit hochsensiblen Kindern möchte Juliane Schneider Einblick in das Phänomen der Hochsensibilität geben sowie eine Abgrenzung zu anderen Veranlagungen und Störungen vornehmen. Außerdem sollen Eltern Hilfestellungen erhalten, wie sie ihren Kindern helfen können, diese Begabung als Gabe und nicht als Belastung zu (er-)leben.

„Locker bleiben - Stärke zeigen“ (Kurs-Nr. 202-10011), Samstag, 28. November, 10 bis 13 Uhr, VHS, EG, Gymnastikraum, 30 Euro: In diesem Kurs mit Bianka Neußer lernt man, sich effektiv verbal und körperlich zu verteidigen. Die Teilnehmer erfahren, wie sie durch selbstbewusstes, entschlossenes Handeln und psychische Vorbereitung nicht als Opfer,

sondern als Gegnerin agieren. Die Techniken sind leicht erlernbar. Geeignet ist der Workshop für Frauen von 16 bis 86 Jahren. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sportschuhe und Getränk.

Lernen mit Freude - mehr Sicherheit bei Klassenarbeiten (Kurs-Nr. 202-10710), für Schüler der Klassen 5 bis 7, Freitag, 20. November, 15.30 bis 18.30 Uhr und Samstag, 21. November, 9.30 bis 12.30 Uhr, VHS, Raum 1 (1. OG), 29 Euro: An zwei Tagen können die Jugendlichen Übungen, Spiele, viele Informationen rund ums Lernen sowie Techniken zur Steigerung ihrer geistigen Leistungsfähigkeit kennenlernen. Es werden direkte Lerngedächtnisstrategien, aber auch das ganzheitliche Lernen von A wie Aufmerksamkeit bis Z wie Zusammenspiel von rechter und linker Hirnhälfte vermittelt. Materialkosten in Höhe von zwei Euro pro Teilnehmer werden von der Leiterin Martina Peris-Funkdirekt im Kurs abgerechnet.



Arup Banerjee zeigt in seinem VHS-Kurs, wie man indische Gerichte würzt und kocht.

SYMBOLFOTO: DIFTENDU DUTTA/AFP