

Tag der offenen Tür
und Geburtstagsfeier

Lange Nacht der VHS

Düsseldorf
Nähe trifft Freiheit

20. September 2019

Programmübersicht

Herzlich Willkommen in der VHS,

die drei Buchstaben der Volkshochschule stehen seit 100 Jahren für ein äußerst breit gefächertes Weiterbildungsprogramm. Jährlich planen wir rund 5.000 Veranstaltungen – von A wie Acht-samkeit bis Z wie Zumba.

Heute haben Sie, liebe Besucherinnen und Besucher, die Möglichkeit, die ganze Vielfalt dieses Angebot in wenigen Stunden live zu erleben:

Der Tag der offenen Tür lädt Sie ein, mit der VHS Neues kennenzulernen, Bewährtes zu vertiefen oder Liebgewordenes wiederzuentdecken. Schauen Sie von 16 bis 18 Uhr bei unseren ausgesuchten Schnupperkursen selbst, wie vielfältig, jung und einfallsreich das VHS-Kursangebot auch nach 100 Jahren noch immer ist.



Und im Anschluss, ab 18 Uhr, können Sie sich von dem Bühnenprogramm unserer Kurse und Workshops unterhalten lassen – bevor Sie auf Hits aus 100 Jahren mit uns feiern und tanzen.

Viel Spaß und Inspiration wünscht Ihnen

Simone Bruns

Leiterin der
Volkshochschule Düsseldorf

Kunst/Kultur/Theater

Malerei in Virtual Reality (VR) Raum 2.02 ab 16 Uhr

Mit unserem Artist Eric Giessmann tauchen Sie in die virtuelle Realität ein und lernen mit Hilfe von verschiedenen Tools und Werkzeugen zu malen. **Einstieg jederzeit**

Kalligraphie Raum 2.05 16 + 16.45 Uhr

Mit allen erdenklichen Farben auf frei wählbaren Papieren oder Leinwänden können Sie kalligraphische Kunstwerke erschaffen.

Malen für scheinbar Unbegabte Raum 2.07 16 Uhr

Auch wenn Sie sich für unbegabt halten, können Sie in diesem Schnupperkurs Grundlegendes über Malen lernen, wie den Umgang mit Farbe, Form und Perspektive.

Aquarellieren Raum 2.07 16.45 Uhr

Aquarellmalerei erlaubt dem Künstler eine breite Palette an Ausdrucksmöglichkeiten, von sanft und sensibel bis farbenfroh und emotional.

Modelliertechniken mit Ton Raum 2.10 16 Uhr

In diesem Kurs werden Sie sich mit dem reizvollen Material Ton vertraut machen.

Plastisches Gestalten mit Ton Raum 2.10 16.45 Uhr

Mit verschiedenen Aufbautechniken werden Formen und Figuren aus Ton gestaltet.

Kreatives Schreiben Raum 2.13 16 Uhr

Es werden die Techniken des Kreativen Schreibens besprochen und der Weg, wie die Geschichten auf dem Papier mehr und mehr Form und Gestalt annehmen. Denn Schreiben ist Handwerk – und Handwerk kann man lernen.

Schreiben für Social Media Raum 2.13 16.45 Uhr

Sie werden in die Welt der Social Media eingeführt. Es werden gelungene Social-Media-Projekte vorgestellt und Ideen für die eigenen Social-Media-Aktivitäten entwickelt.

Modezeichnen **Raum 2.11** **16 Uhr**

Ihnen wird freies Modezeichnen vermittelt und sie lernen unterschiedliche Mal- und Zeichentechniken kennen.

Experimentelles Papierschöpfen **Raum 2.11** **16.45 Uhr**

Experimentelles Papierschöpfen – ein Vorgang, der schon vor 2000 Jahren künstlerisch bedeutend war – hat auch im Internetzeitalter nichts von seinem Reiz verloren.

Origami **Raum 2.24** **17 Uhr**

Tauchen Sie ein in eine über 1000-jährige Kunst des Papierfaltens und lassen Sie sich überraschen, was sich aus einem Blatt Papier alles zaubern lässt.

Theaterimprovisation **Raum 2.16** **16 Uhr**

Wer hätte nicht Lust, einmal ganz anders zu sein als sonst? Die Bühne bietet die Möglichkeit, sich selbst auszuprobieren. Wir machen uns auf die Entdeckungsreise zwischen Rollentyp und Rollentraum.

Schauspielunterricht **Raum 2.16** **16.45 Uhr**

Es werden die Grundlagen des Schauspiels und die wichtigsten Schauspielhandwerkszeuge vermittelt.

Angebot für Kinder

Upcycling – Schmeiß' nichts weg! **Raum 2.24** **16 Uhr**

Kreatives und nachhaltiges Basteln für Kinder ab 4 Jahren.

Musik

Stimmbildung **Raum 3.50** **16 Uhr**

Mit spielerischem Körpereinsatz und belebenden Atemübungen bringen wir die Stimme auf Trab.

Die Welt der Percussion **Raum 3.51** **16 Uhr**

Jedes Einatmen bedeutet Ausdehnung, jedes Ausatmen Zusammenziehen. Die Welt der Percussion ist eine Begegnung mit uns selbst, eine Beobachtung nach innen und nach außen.

Schnupperkurs Dudelsack

Raum 3.53 16.45 Uhr

Sie haben die seltene Gelegenheit, sich an einem exotischen Instrument zu versuchen: dem schottischen Dudelsack.

Schlüsselqualifikationen

Parcours Gedächtnistraining

Raum 2.23 ab 16 Uhr

Erleben Sie ein ganzheitliches Gedächtnistraining in interaktiven Übungen. Erkunden Sie Ihre Fähigkeiten an unterschiedlichen Stationen in Begleitung einer Trainerin: Tasten, Hören und Sehen sind gefragt. **Einstieg jederzeit**

Mein erfolgreicher Auftritt

Raum 2.22

16+17 Uhr

Verstärken Sie Ihre Präsenz durch Mentaltraining und Übungen aus dem Moderations- und Schauspielbereich. Sie lernen Ihre Körpersprache natürlich zu steuern und trainieren eine angenehme Sprechstimme.

Tastschreiben am PC

Raum 6.09

16.30+17 Uhr

Anhand einer multisensorischen Methode, die Erkenntnisse aus der Lern- und Hirnforschung berücksichtigt, ist das Tastschreiben heutzutage innerhalb weniger Wochen erlernbar.

Bodyforming und Fitness

Fit werden durch Tanzen zu heißen Rhythmen aus der Karibik und Lateinamerika. Alle 20 Minuten im Wechsel:

Zumba, Open Shines und Bachata

Raum 3.54

ab 16 Uhr

Sport

Lernen Sie einige Angebote aus dem Sportprogramm der VHS kennen. Da die Übungen lediglich angedeutet werden, kommen Sie nicht ins Schwitzen. Alle 20 Minuten in folgender Reihenfolge:

Raum 3.55 ab 16 Uhr

Karate, Gymnastik-Mix, Intensives Körpertraining und Body BALLance

Entspannung

Oder Sie genießen erholsame Momente und erfahren, wie leicht es ist, ohne Anstrengung und mühelos in einen Zustand absoluter Tiefenentspannung einzutauchen!

Alle 20 Minuten in folgender Reihenfolge:

Raum 2.18 ab 16 Uhr

Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Rücken-Fit, Yogahaltungen, Qi-Gong und Atemübungen

Sprachen

Die Welt der Sprachen

Raum 2.06 ab 16 Uhr

Wie begrüßt man sich auf Japanisch? Wie zählt man auf Chinesisch bis zehn? Machen Sie sich auf die Reise und erkunden Sie eine kleine Auswahl unserer vielfältigen Sprachangebote! **Einstieg jederzeit**

Niederländische Malerei

Raum 6.05 16 Uhr

Sie erhalten einen Überblick über das Schaffen von Vincent van Gogh und David Hockney und erfahren Hintergrundinformationen zu Leben und Werk der bekanntesten Maler der Niederlande. Präsentation in leichtem Niederländisch, erste Sprachkenntnisse erforderlich.

Tschechische Literatur

Raum 2.12 16 Uhr

Die Literaturübersetzerin Daniela Pusch entführt Sie in die Welt der modernen tschechischen Lyrik und Prosa als Nachlese zur diesjährigen Leipziger Buchmesse.

Internationales Mits(w)ingprogramm

16.45 Uhr

im Lesefenster der Stadtbibliothek (am Haupteingang links)

In Frankreich bummeln wir mit Nathalie über die Champs-Élysées, in Italien feiern wir eine Festa sui prati mit Marina und Spanien lockt mit den Gipsy Kings. Walter Weitz spielt Gitarre, Banjo und Ukulele. Der kabarett-erprobte Fremdsprachen-Fan und Amateurmusiker erläutert die Texte, die projiziert werden, und stimmt sie an.

Zum Mitsingen. Für alle!

Abendprogramm (Erdgeschoss/Säle)

Anmoderation mit Mola Adebisi	17.45 Uhr
Eröffnung durch Simone Bruns	18 Uhr
Kammerorchester	18.15 Uhr
Art in Aktion	18.45 Uhr
anschließende amerikanische Versteigerung des entstandenen Projekts zugunsten der Förder- vereine der VHS und der International Library	
Ukulele Orchester	19.15 Uhr
Vortrag von Thomas Brandt	19.45 Uhr
<i>1919 – Gründungsjahr der VHS und des Bauhauses</i>	
Big Band INTAKT	20.30 Uhr
Theatralische Szene Vortheater	21 Uhr
mit einer Gedichtrezitation aus dem <i>Schelm von Bergen</i> von Heinrich Heine	
Tanzvorführung der VHS Kurse	21.30 Uhr
Musik mit DJ Drew Beatz	22 Uhr
Tanzbarer Mix aus den letzten 100 Jahren	

Adresse

Bertha-von-Suttner-Platz 1
(Ostausgang Hauptbahnhof)

Kontakt

Telefon 0211 89-94150
www.duesseldorf.de/vhs



Landeshauptstadt Düsseldorf
Volkshochschule

Herausgegeben von der
Landeshauptstadt Düsseldorf
Der Oberbürgermeister
Volkshochschule
Bertha-von-Suttner-Platz 1
40227 Düsseldorf

Verantwortlich Simone Bruns

IX/19-.6

www.duesseldorf.de/vhs

