



cloud



• Sprachen

Schnupperkurs Französisch online (kostenfrei)

Donnerstags | 18.30 – 20.00 Uhr (4 x 90 Min.)
28.05., 04.06., 18.06., 25.06.2020

Sie möchten gerne Französisch lernen? Oder Sie haben schon geringe Kenntnisse, die Sie vertiefen möchten? An vier Terminen bieten wir Ihnen online einen Einstieg in die französische Sprache. Im virtuellen Klassenzimmer lernen Sie erste Wendungen zur Verständigung in Alltagssituationen kennen

VHS Cloud Kurscode: I05409010@grevenbroich.vhs.cloud

Schnupperkurs Spanisch online (kostenfrei)

Dienstags | 18.30 – 20.00 Uhr (5 x 90 Min.)
26.05., 02.06., 09.06., 16.06., 23.06.2020

Einen leichten Einstieg in die spanische Sprache bietet dieser online Kurs in der vhs cloud, der Sie auf leichte Weise erste Schritte im Spanischen kennenlernen lässt. In fünf Einheiten im virtuellen Klassenzimmer erlernen Sie erste Begriffe und Wendungen und tauschen sich aus.

VHS Cloud Kurscode: I05422015@grevenbroich.vhs.cloud

Schnupperkurs Italienisch online (kostenfrei)

Mittwochs | 18.30 – 20.00 Uhr (5 x 90 Min.)
27.05., 03.06., 10.06., 17.06., 24.06.2020

Sie möchten gerne Italienisch lernen? Oder Sie haben schon geringe Kenntnisse, die Sie vertiefen möchten? An fünf Terminen bieten wir Ihnen online einen Einstieg in die italienische Sprache. Im virtuellen Klassenzimmer lernen Sie erste Wendungen zur Verständigung in Alltagssituationen kennen.

VHS Cloud Kurscode: I054009007@grevenbroich.vhs.cloud

• Gesundheit und Sport

Fitness Yoga (kostenfrei)

Dienstags | 18.00–19.00 Uhr (1 x 60 Min.)
26.05.2020

Fitness Yoga ist ein ausgewogenes Kraft- und Fitnesstraining in Verbindung mit Achtsamkeitsübungen, Meditation und Tiefenentspannung. Nach dem Aufwärmen werden einige Körperhaltungen (Asanas) geübt. Beendet wird das Webinar jeweils mit einer etwa zehninütigen Tiefenentspannung (Savasana).

Trauen Sie sich, die eigene Komfortzone zu verlassen. Falls Sie während des Übens schwitzen, es Ihnen warm oder auch etwas schwindelig wird, ist dies normal. Sollten jedoch Schmerzen eintreten, sollte die Haltung langsam gelöst und sich in aller Ruhe in der Haltung des Kindes entspannt werden. Das Üben kann wieder nach eigener Einschätzung fortgesetzt werden. Wichtig ist es jederzeit auf den eigenen Körper zu achten und nicht über die eigenen Grenzen hinauszugehen.

Für den Kurs ist nach Anmeldung in der VHS eine einfache Registrierung in der vhs.cloud erforderlich. Sie erhalten daraufhin die Kurskennung und können dann an Ihrem Online-Kurs teilnehmen. Bitte beachten Sie: Zum ersten Termin am Dienstag, 28.04.2020 findet um 17:30 Uhr ein Technik-Check im virtuellen Klassenraum statt.

VHS Cloud Kurscode: fitnessyoga@grevenbroich.vhs.cloud

• **Kulturelle Bildung**

Arbeiten mit Ton (kostenfreies Tutorial)

Mit diesem kostenfreien Angebot möchten wir dir einen kurzen Einblick in den Kurs "Arbeiten mit Ton" geben. Unsere Dozentin Sabine Servos zeigt in diesem Online Tutorial, wie aus Ton ein individuelles handgefertigtes Objekt entsteht.

Das Video finden Sie unter dem Reiter Dateiablage. Oder direkt hier unter diesem Text.

VHS Cloud Kurscode: toepfern@grevenbroich.vhs.cloud

Zeichnen und Malen (kostenfreies Tutorial)

Mit diesem kostenfreien Angebot möchten wir einen kurzen Einblick in den Kurs "Zeichnen und Malen" geben. Unsere Dozentin Regine Günther zeigt in diesem Online Tutorial erste Schritte zum eigenen Bild.

Das Video finden Sie unter dem Reiter „Dateiablage“ in der Dateiablage.

VHS Cloud Kurscode: feierabendmalen@grevenbroich.vhs.cloud

• **Politik und Gesellschaft**

Digitale Stadtgeschichten aus dem Museum der Niederrheinischen Seele, Villa Erckens (kostenfrei)

Grönland war einmal mitten in Grevenbroich zu finden? Bier wurde in Hemmedern gebraut? Zuckerfabriken in aller Welt wurden von Grevenbroichern gebaut? Dies und mehr erfahren Sie in unseren Streifzügen durch die Sammlungen und Ausstellungen der Villa Erckens.

Mit diesem Cloud Kurs möchten wir einen Teil der Grevenbroicher Stadtgeschichten für Sie online dauerhaft verfügbar machen. Sie finden hier spannende Geschichten aus vergangenen Tagen unserer Stadt in Form von kurzen Videobeiträgen.

VHS Cloud Kurscode: stadtgeschichten@grevenbroich.vhs.cloud

Die Kurse der VHS Grevenbroich/Jüchen in der vhs.cloud sind kostenfrei. Lediglich eine Registrierung in der vhs.cloud ist erforderlich.

Unter:

https://www.vhs.cloud/wws/9.php?fbclid=IwAR0YUB9LpGUCamiC6ab9FNUVneObC2g_9qb9IL4xt_dH4kzbjtbJzmj_DFHW#/wWS/registrierung-kursteilnehmende.php?sid=52599215838351237758798289937780S1574cac0