



MEHR

WISSEN

MOBIL
und nachhaltig in die Zukunft

JUNGE VHS & FAMILIE
Freundschaftstage

KOMMUNIZIEREN
gewalt- und stressfrei

MOBILITÄT der Zukunft

Ob Auto oder ÖPNV, Motorroller oder Fahrrad – jeder von uns trifft jeden Tag eine Entscheidung für oder gegen die Umwelt. Und auf den Straßen wird es immer voller und enger. Baustellen, Sperrungen und Staus bedeuten Stress, Eltern mit Kinderwagen oder Radler kämpfen mit zugeparkten Wegen, Busse verspäten sich, Paketboten stehen unter Zeitdruck und brauchen Halteplatz. Ist das der ganz normale Wahnsinn?

Die Stadt Karlsruhe will dem mit neuen Strategien begegnen und eine sozial gerechte Mobilität gewährleisten. Durch den Umweltverbund wird der ÖPNV, Rad- und Fußverkehr weiter entwickelt. Gleichberechtigung für alle Verkehrsteilnehmenden ist das Ziel. In einer Stadt der kurzen Wege gilt es, motorisierten Verkehr zu vermeiden. Dazu werden neue Mobilitätssysteme mit Akteuren aus Wirtschaft und Wissenschaft entwickelt. Wie nachhaltige, zukunftsfähige und sichere Mobilität in der Stadt funktionieren kann, erforscht der Innovationscampus „Mobilität der Zukunft“ des Karlsruher Institut für Technologie (KIT) und der Universität Stuttgart.



In Karlsruhe gibt es schon gute Möglichkeiten, um von A nach B zu kommen.

Für Leihräder gibt es mehrere Angebote, z.B. das KVV.nextbike oder Call a Bike der Deutschen Bahn. Sie ermöglichen den Fahrgästen, verschiedene Verkehrsmittel zu kombinieren, beispielsweise für das letzte Stück von der Haltestelle ins Büro oder am Nachmittag ins Kino. Auch das kostenfreie Lastenrad-Leihsystem „Lastenkarle“ ist an mehreren Stellen im Stadtgebiet verfügbar.

Carsharing schont Ressourcen. Im deutschlandweiten Städtewettbewerb steht Karlsruhe mit über drei geteilten Fahrzeugen pro 1.000 Einwohner an der Spitze. Mit 245 festen Stationen und 145 überall abstellbaren Stadtflytern bietet die Stadtmobil CarSharing GmbH viel Flexibilität. Viele Nutzer verzichten daher schon ganz auf das eigene Auto. vielerorts stehen – leider oft: liegen – auch Elektroroller zum Leihen in der Innenstadt. Sie sind hier laut Umweltbundesamt (UBA)

keine Lösung des Verkehrsproblems. Erste Zahlen des UBA zeigen, dass sie oftmals nur den umweltfreundlicheren Fuß- und Radverkehr ersetzen. Die Lebensdauer der Akkus ist offenbar gering, die Akku-Herstellung verbraucht enorme Ressourcen und ist nicht grade nachhaltig. Trotzdem haben die Roller durchaus Potenzial, z.B. wenn sie Autofahrten ersetzen. In den Außenbezirken der Stadt kann es daher sinnvoll sein, sie zu nutzen, weil man damit lange Strecken zur Bahn besser überbrücken kann als mit dem Auto. Denn eines sollte man nicht vergessen: das Hauptproblem bleibt die hohe Zahl privater PKW.

Die **App KA mobil** informiert zu verkehrsrelevanten Themen in Karlsruhe und Umgebung und hilft, die Fahrt in die City zu planen und zu optimieren.



Call A Bike
Deutsche
Bahn

App KA
mobil

FAZIT:

Es gibt es noch eine Menge Potenzial, so die neue baden-württembergische Umweltministerin Thekla Walker. Den Kommunen fällt dabei eine Schlüsselrolle zu.

SPIELEND ZU MEHR

Datenkompetenz

Die Frage, wie wir zukünftig Verkehr organisieren wollen, interessiert die Menschen, zumal im Land der Auto-erfinder und -bauer. Wie sich die Mobilität in einer Stadt weiterentwickeln wird, hat viel mit Digitalisierung zu tun. In der Smart City sind Dinge miteinander vernetzt, sie helfen den Verkehr so zu lenken, dass keine Staus entstehen, den Einsatz der Müllabfuhr zu koordinieren und damit auch die Luft reinzuhalten. Aber auch Licht- und Klimaanlage können energieeffizient gesteuert werden. Und nicht zuletzt können Informationen über Museen oder den Zoo zur Verfügung gestellt werden und das rund um die Uhr.

Damit das alles funktioniert, braucht die Smart City viele Daten. Diese werden gesammelt, ausgewertet und darauf aufbauend Entscheidungen getroffen – Big Data unterstützt längst nicht nur den intelligenten Verkehr.

Doch was passiert da genau? Welche Daten werden gesammelt, wenn ich mich in einer Smart City bewege? Wo sollte ich kritisch sein und wie kann ich meine Daten schützen?

Diese und viele weitere Fragen lassen sich unterhaltsam mit einer neuen App erkunden. Was leisten Daten, wie funktioniert die Technik dahinter und was hat das alles mit mir zu tun?

Die App Stadt | Land | DatenFluss lädt zum Entdecken ein und gibt Antworten auf Datenfragen.



Stadt | Land | DatenFluss

Gibt es kostenlos hier:



Die App bei
Google Play



Die App
im AppStore



FÜR Körper und Geist

Das Spaziergehen tut Körper und Geist gut und ist außerdem immer eine gute Gelegenheit, sich mit Bekannten und Freund*innen zu treffen. Beim Spaziergehen lässt sich die Umgebung erkunden und Neues entdecken. Mit uns erfahren Sie dabei auch noch Wissenswertes über Architektur, Bauherren, Stile und Epochen.

So geht es:

Sie buchen einen Spaziergang „Kultur frei Haus“ bei uns und erhalten über einen QR-Code Zugang zu einer Audio-datei. Dann können Sie sich beim Spaziergehen anhören, was es Interessantes über den Stadtteil zu erfahren gibt. Das geht ganz bequem per Handy. Sie können alles mehrmals anhören und den Spaziergang so gestalten, wie es für Sie passt.

Entdecken Sie, wo in Karlsruhe Nähmaschinen hergestellt, Bier gebraut und Parfümeure ihre duftenden Kreationen erfunden haben. Häuser des Historismus und neogotische Kirchen erzählen ihre Geschichte. Viel Spaß!

„Kultur frei Haus“

Ein Spaziergang durch die Weststadt

● Kurs 212-34208Y

„Kultur frei Haus“

Ein Spaziergang durch die Oststadt

● Kurs 212-34210Y



„UMSTEIGER GESUCHT!“

Lastenräder werden immer beliebter – neben der Beförderung kleiner Kinder sind sie auch prima zum transportieren von Musikinstrumenten, Pflanzen, Möbeln, Wochenendeinkäufen oder zum Picknickausflug geeignet. Unsere Kollegin Franziska Schreiber hat mit Manuel Quinting gesprochen, einem der Gründer der ehrenamtlichen Initiative Lastenkarle, einem kostenfreien Lastenradverleih.

Wie kam die Idee zustande und wann wurde Lastenkarle gegründet?

Die Aktion „Umsteiger gesucht!“ der Stadt Karlsruhe, bei der Karlsruher Familien und Gewerbetreibende im Jahr 2016 Lastenräder testen konnten, zeigte mit mehr als 150 Bewerber*innen für die fünf Testphasen, dass es in Karlsruhe ein großes Potenzial für die Nutzung von Lastenfahrrädern gibt. Gleichzeitig gab es damals schon frei ausleihbare Lastenfahrräder in mehr als 40 Städten bundesweit. So lag es nahe, in Karlsruhe als Fahrradstadt ebenfalls ein Lastenrad-Leihsystem aufzubauen. Schlussendlich aber war es das Zusammentreffen begeisterter Bürger*innen, Mitgliedern von ADFC und VCD und lokalen Fahrradhändlern zur richtigen Zeit am richtigen Ort, das im Januar 2017 zur Gründung der Lastenrad-Initiative für die Region Karlsruhe e. V. führte. Der Name

„Lastenkarle“ ging erst einige Wochen später aus einer Social Media Umfrage hervor.

Wie wird das Angebot genutzt und angenommen?

Das Interesse an unseren Rädern hat von Beginn an unsere Erwartungen übertroffen. Aktuell haben wir weit mehr als 2.000 Nutzer*innen. Besonders freuen uns aber die Rückmeldungen, die unsere Stationen erhalten. Hier merken wir, dass unsere Begeisterung überspringt und auch nachhaltig Wirkung zeigt, wenn wir hören, dass Familien sogar ihr Auto verkauft haben.

Welche verschiedenen Größen und Modelle gibt es?

Wir möchten nicht nur Lastenfahrräder verleihen, sondern die großartige Idee dieses ökologisch nachhaltigen und sozial gerechten Lastentransports auch darüber hinaus verbreiten. Daher besteht unsere Flotte aus einem bunten Mix aus einspurigen und mehrspurigen Rädern mit und ohne Elektroantrieb. Nur bei der Größe haben wir uns jeweils für die größten Ladeflächen entschieden, um eine breite Vielfalt an Nutzungsszenarien ermöglichen zu können – vom Ausflug mit den Kindern über den kleinen Umzug bis – und das hätten wir vorher nie geglaubt – zum Hochzeitsmobil.

Wie bucht man das Rad?

Die Räder können nach einmaliger Registrierung unter www.lastenkarle.de gebucht werden.

Wie kommt man gut durch Baustellen, Umleitungen und schmale Wege?

Bei unzumutbar schmalen Wegen ist es rechtlich zulässig und aus Sicherheitsgründen absolut zu empfehlen, die Fahrspuren des Autoverkehrs zu nutzen. Die zahlreichen Baustellen in Karlsruhe stellen einen immer wieder vor neue Herausforderungen. Hier ist es wichtig, so gut es geht zu planen oder mehr Zeit für Ausweichrouten einzukalkulieren. Zum Glück sollten in den nächsten Monaten ja einige größere Baustellen verschwinden ...

Welche Wünsche hat Lastenkarle für die Zukunft?

Für das Lastenradfahren in der Region Karlsruhe wünschen wir uns, dass zukünftig weitere Abstellmöglichkeiten geschaffen werden und Radwege so breit ausgebaut werden, dass Lastenfahräder auf ihnen sicher und komfortabel unterwegs sind und sich überholen können. Hier ist noch viel zu tun, damit sich auch in Zukunft noch mehr Menschen für das Lastenrad entscheiden. Für uns als gemeinnützige Initiative wünschen wir uns, dass wir noch mehr begeisterte Aktive zum Mitmachen motivieren können, um gemeinsam Schritt-für-Schritt unserer Vision ein Stück näher zu kommen: Kostenfreie Leih-Lastenräder für alle Menschen in der Region.

 Lastenkarle



Das Interview
in voller Länge finden
Sie auf unserem Blog



WILLKOMMEN ZUR Entdeckungstour



Während der letzten Monate sind ganz neue Kursformate entstanden. Gehen Sie mit uns auf Entdeckungstour.

Entdecke Lateinamerika

Spanisch sprechen und Grammatik auffrischen. Das geht mit einer coolen Kombination aus Online, Selbstlernen und Präsenz

ab 14.9. | Kurs 212-78464M

Entdecke English for Business

Legal English und Business English, online und mit Durchführungsgarantie (ab 1 Person) zu mehreren Terminen im Semester.

ab 4.10. | Kurs 212-75821Y

ab 27.9. | Kurs 212-75634Y

Entdecke Island

... auf dem Rücken der Pferde. Islands Sprache und Kultur für Pferdefreunde, online.

ab 9.10. | Kurs 212-79296Y

Entdecke das KunstCafe

Die Mittagspause mit Picasso, Rubens, Richter u.a. verbringen? Auf unserem Online-Kurztrip stellen wir in 30 Minuten ein Kunstwerk vor.

**ab 21.9. | Kurs 212-3002
bis 212-3008**

Entdecke Geschmackswelten

Die Kulinarische Reise online geht weiter. 15 neue Orte und geschmackliche Welten warten auf Kochbegeisterte.

**Alle Reisen unter
vhs-karlsruhe.de/kulinarisch | ab 9.9.**

Entdecke Gesundheit

Ob Yoga, Zumba, Entspannung: das geht auch im Herbst wieder vor Ort oder online.

**Alle Angebote unter
vhs-karlsruhe.de/gesund**



JUNGE VHS

Fizz: Hey Liphi, ich habe mal eine Frage?

Liphi: Hallo Fizz, was willst Du wissen?

Fizz: Was ist eigentlich die JUKKS? Ich purzel immer durch die vhs und dann steht da JUKKS und ich sehe Kinder, die sich verkleiden, malen, zeichnen, tanzen... Aber was soll das denn heißen?

Liphi: Ach Fizz, das gibt es doch nicht. Nun bist Du schon so viele Jahre hier und weißt nicht was das heißen soll? Es ist ganz einfach: JUKKS, das steht für jung, kreativ, kompetent und stark.

Fizz: Ah, klar und wenn ich hier rumlaufe und immer JUKKS lese, dann werde ich jung, kreativ, kompetent und stark? Super!

Liphi: Nein, so einfach ist es nicht. Du kannst Kurse und Workshops bei der JUKKS machen, wenn Du jung bist, also zwischen 0 und 18 Jahren. In den Kursen kann man malen, zeichnen, plastisch gestalten, tanzen, Theater spielen, kochen, Schmuck oder Kosmetik machen und dabei sehr kreativ sein. Du kannst lernen, wie Demokratie funktioniert, wer in der Ostsee lebt, warum man im Weltall schwerelos ist. Oder wie man mit Konflikten umgeht, Schwierigkeiten in der Schule überwindet und so stark wird.

Fizz: Klasse! Das verstehe ich, da mache ich auch mal wieder mit. Aber eine Frage habe ich noch. Es kommen auch Babys hier ins Haus. Was machen die denn? Malen?



Liphi: Nein, die kommen mit ihren Eltern und dabei lernen die Eltern und die Babys was übereinander, miteinander und haben Spaß beim Singen, Spielen, Schwimmen und mehr. Alles klar?

Fizz: Alles klar! Da bin ich doch gerade ein wenig kompetenter geworden.





FERIEN

Wir bieten Euch in allen Ferien tolle Kurse und Workshops aus den Bereichen Malen, Zeichnen, Tanz, Theater, Natur, Umwelt, Technik und Medien so wie viele Kurse rund um das Thema „Fit for school & job“.

GAMERTAG

Im November findet in der JUKKS der Gamertag statt. Dabei erwarten Euch in Präsenz und digital viele Möglichkeiten, Spiele kennenzulernen, auszuprobieren und vor allem miteinander via Cloud zu spielen. Vor Ort werden wir einige Gamer haben, mit denen Ihr spielen und Euch austauschen könnt. Der Tag ist aber nicht nur für Kinder und Jugendliche interessant, es wird auch ein Angebot für Eltern geben, die sich über Spiele und Spielertrends informieren können.

FREUNDSCHAFTSTAGE

Du hast Lust, mal wieder was mit Deinen Freund*innen zu unternehmen? Vielleicht was Kreatives? Wir bieten Dir und Deinen Freund*innen einen Kurs für Euch allein. Das Thema, den Termin und die Zeit könnt ihr dabei mitbestimmen und dann könnt Ihr gemeinsam Schmuck gestalten, eine Reise ins All mit der VR-Brille unternehmen, einen Trickfilm drehen und vieles mehr. Dieses Angebot ist in Präsenz und auch digital umsetzbar.

Interesse?
Dann meldet Euch doch unter
unrau@vhs-karlsruhe.de oder
smb@vhs-karlsruhe.de oder
telefonisch unter
0721 / 98575-33 und
0721 / 98575-801.

ELTERNTAG

Am 29. Januar findet der nächste Elterntag in einer Mischung aus Präsenz- und Onlineangeboten statt. Der Vortrag, der live gestreamt wird, geht der Frage nach: „(Früh)Kindliche Erfahrungen, Hirnentwicklung, Resilienz – (Wie) Hängt das eigentlich zusammen?“. Und natürlich gibt es auch wieder Workshops für Eltern und spannende Angebote für die Kinder – an der vhs und teilweise auch in einigen Stadtteilen.

ELTERN ALS TEAM

Bei diesem neuen Angebot erfahren Eltern in Präsenzterminen und online-Selbstlernbausteinen, wie sie eine gleichberechtigte Elternschaft gestalten können.
ab 22.10. | Kurs 212-16400M

TAGESELTERN UND SOZIALE BERATUNG

Wollen Sie Tagesvater oder Tagesmutter werden? Oder interessieren Sie sich für eine Beratungstätigkeit im sozialen Bereich? Mit den beiden vhs-Lehrgängen können Sie Ihre beruflichen Chancen verbessern.

Qualifizierungsseminar für Tagesmütter / Tagesväter

ab 10.11. | Kurs 212-66004M

Qualifizierung zum/zur Berater*in im sozialen Bereich

ab 24.11. | Kurs 212-66001M



Freiwilligendienst für alle ab 27 Jahre

Für soziales Engagement ist immer der richtige Zeitpunkt:
Jetzt über Freiwilligendienst 27plus informieren und bewerben.

Regionalbüro Karlsruhe

✉ freiwilligendienste-karlsruhe@caritas-dicv-fr.de

☎ 0721-8308450

🌐 freiwilligendienste-caritas.de



Freiwilligendienste
Dem Leben begegnen

JUKKS KURSE

ABENTEUER

Abenteuerworkshop Feuerschlagen

23.10. | 10:00-14:00 Uhr | 44 EUR

- *Kurs 212-15816P*

Ab in die Gruselkiste: Halloweenparty für Kids

23.10. | 15:00-17:30 Uhr | 17 EUR

- *Kurs 212-11406P*

Auf den Spuren der geheimnisvollen Dachse

1.11. | 15:00-17:15 Uhr | 11 EUR

- *Kurs 212-15868P*

Raubkatzen und Stubentiger

3.11. | 10:00-18:00 Uhr | 17 EUR

- *Kurs 212-12120P*

Nachtabenteuer im Tierpark Oberwald

12.11. | 16:45-19:45 Uhr | 11 EUR

- *Kurs 212-12124P*

FÜR KINDER UND ELTERN

Spaß mit Bewegung –

Bewegung mit Spaß

ab 16.9. | 15:30-16:30 Uhr | 49 EUR

- *Kurs 212-15513P*

Miniwerkstatt

ab 28.9. | 10:00-11:30 Uhr | 91 EUR

- *Kurs 212-15752P*

Mama + Baby:

Massage + Rückbildung

ab 13.10. | 15:00-16:15 Uhr | 55 EUR

- *Kurs 212-15155P*

FIT FOR SCHOOL

SOS Prüfungsangst

11.9. | 10:00-11:30 Uhr | 44 EUR

- *Kurs 211-13403P*

Konzentrationstraining und Lerntechniken

5.11. | 15:00-18:00 Uhr | 24 EUR

- *Kurs 212-13406Y*

So macht Englisch Spaß!

ab 2.11. | 16:30-17:30 Uhr | 27 EUR

- *Kurs 212-13426Y*

Abi-fit in Geschichte

ab 2.11. | 10:00-12:30 Uhr | 72 EUR

- *Kurs 212-14417Y*

Abi-fit in Mathe

ab 2.11. | 9:30-13:30 Uhr | 115 EUR

- *Kurs 212-14464Y*

Abi-fit in Deutsch

ab 2.11. | 9:00-13:00 Uhr | 53 EUR

- *Kurs 212-14449Y*

MITMACHTHEATER

Jim Knopf und die wilde 13

25.9. | 15:00-17:30 Uhr | 24 EUR

- *Kurs 212-11402P*

Die kleine Hexe

ab 2.11.21 | 9:00-12:00 Uhr | 100 EUR

- *Kurs 212-12802P*

Tomte und der Fuchs

27.11. | 10:00-12:00 Uhr | 19 EUR

- *Kurs 212-15802P*

Nikolaus und der dumme Nuck

4.12. | 10:00-12:00 Uhr | 19 EUR

- *Kurs 212-15803P*

PORTRAIT

NEU AN DER VHS – ULRICH DEUTINGER



Seit kurzem arbeitet Ulrich Deutinger bei uns. Ulrich bringt einige spannende Kompetenzen mit.

Ulrich, Du bist seit Juni bei der vhs, erzähl uns ein bisschen von Dir.

Ich bin Jahrgang 1967, habe Landschaftsgärtner gelernt und danach "Physische Geografie" mit dem Schwerpunkt Geobotanik studiert. Dabei beschäftigt man sich mit den Klimazonen und der Verteilung der Vegetation auf der Erde. Bevor ich zur vhs gewechselt bin, habe ich 20 Jahre beim Gartenbauamt Karlsruhe gearbeitet.

Warum dann der Wechsel zur vhs?

Ich wollte in den letzten 15 Jahren beruflich einfach nochmal was Neues machen. Und die Stellenausschreibung der vhs mit der Kombination sehr unterschiedlicher Aufgabengebiete fand ich spannend.

Was genau sind denn Deine Aufgaben bei uns?

Ich gestalte Angebote für den MINT-Bereich, also in Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft, Technik. Im Programm der vhs werden die Angebote hauptsächlich unter "Natur und Umwelt" und "Digital und IT" zu finden sein.

Mach bitte mal ein Beispiel, damit ich mir das besser vorstellen kann.

Da gibt es derzeit schon einige Ideen. Bevor ich im Juni anfang, habe ich eine Stoff-

sammlung angelegt, bspw. zu Nachhaltiger Mobilität. Dazu plane ich Exkursionen, bei denen wir mit den Teilnehmenden die Umgebung von Karlsruhe erkunden. Dann beschäftige ich mich damit, wie sich Solarenergie einfach und von allen nutzen lässt, ein Stichwort lautet Balkonkraftwerk. Auch dazu soll es Angebote an der vhs geben.

Für wen planst Du die Angebote?

Die eignen sich vor allem für Erwachsene, aber es wird auch Angebote für Kinder geben.

Wie kommst du zur Arbeit?

Mit dem Rad, damit kaufe ich auch ein, dann nehme ich den Anhänger.

Eine letzte Frage noch, Uli. Was machst Du denn so außerhalb der vhs?

Da gärtner ich und das im Naturgarten und ich unternehme Ausflüge zu Fuß oder per Rad z.B. in den Schwarzwald, die Pfalz oder den Kraichgau.

Na, wenn das nicht zur Aufgabe an der vhs passt.

Das vollständige Interview finden Sie auf dem Blog



NACHHALTIG UNTERWEGS MIT DER VHS

Für den Herbst haben wir einige Ideen, wie Sie die Natur wieder outdoor erleben können. Wir haben eine Reihe von Ausflügen und Exkursionen in die Umgebung im Programm:

Herbstzauber im Schlossgarten – naturkundlicher Spaziergang

16.10. | Kurs 212-27004P

Nachtextkursion durch die Hohlwege im Kraichgau

14.11. | Kurs 212-27316P

Eulenexkursion bei Vollmond in der Ungeheuerklamm

19.11. | Kurs 212-27116P

Über den Luchspfad zu den Geroldsauer Wasserfällen

10.10. | Kurs 212-27304P

Höhlen und Dolinen – Karstwanderung im nördlichen Erzkreis

23.10. | Kurs 212-27306P

Wildwasserschlucht und Falkenfelsen im Schwarzwald

30.10. | Kurs 212-27312P

**Kurs-
ideen**



ANREISE

Wir fahren alle Ziele mit dem ÖPNV an – ganz bewusst!

WIR PLANEN WEITER FÜR SIE

Mit dem Nationalparkticket zur „Grünen Wildnis vor der Haustür“ und zum neu eröffneten Nationalparkzentrum am Ruhestein finden Sie demnächst bei uns.

Alle Angebote unter www.vhs-karlsruhe.de/natur



Tipp:
Öfter mal
reinschauen

„
Ein Blick
hinter die
Kulissen

RAUMPLANUNG MIT

Zu jedem Kurs gehört ein Raum. Das gilt für Präsenzkurse ebenso wie für Onlineangebote. Für die Raumplanung seid Ihr beide an der vhs zuständig. Bitte erklärt doch mal, was genau Ihr macht.

Diana

Zunächst planen die Kolleg*innen in den Fachbereichen. Die Räume für Präsenzkurse sind bestimmten Kursbereichen zugeordnet und die Kolleg*innen ordnen dann ihre Kurse den jeweiligen Räumen zu. Dabei werden mehr Kurse geplant als Räume vorhanden sind, weil ja erfahrungsgemäß nicht alle Kurse stattfinden. Wenn die Kursplanung abgeschlossen ist, kümmern wir von der Raumplanung uns um die „übrig gebliebenen“ Kurse und suchen für die noch freie Räume. Das ist oft eine knifflige Angelegenheit. Natürlich gibt es auch nach Planungsschluss laufend neue Kurse, die wir dann ebenfalls mit Räumen versorgen.

Für die Onlinekurse arbeitet die vhs mit zoom, alfaview und der vhs.cloud. Wie plant ihr einen virtuellen Raum?

Katharina

Onlinekurse müssen zusätzlich auf einer externen Plattform mit Bezeichnung, Datum und Uhrzeit angelegt werden. Das machen Diana und ich. Für diese Räume haben wir teilweise noch einen Schlüsseldienst, das sind Kolleg*innen, die den virtuellen Raum



Diana Schuster



Katharina Popanda

zu Kursbeginn öffnen und Dozenten und Teilnehmer einlassen. Den Schlüsseldienst kann man sich vorstellen wie unsere Hausmeister in den Gebäuden. Die Infos, die der Schlüsseldienst für seine Arbeit braucht, stellen wir tagesaktuell zusammen.

Wie viele Räume verwaltet Ihr?

Diana

47 Räume in der vhs, 28 zoom-Räume, 30 alfaview-Räume sowie diverse Räume in Schulen und sonstigen Gebäuden (z.B. FächerResidenz und Karlsburg) und auf der vhs.cloud

Wie kommt Ihr zur Arbeit?

Katharina

Ich genieße die gute Infrastruktur der Stadt Karlsruhe und nutze die Straßenbahn.

Diana

Die 14 km fahre ich ausnahmslos jeden Tag bei Wind und Wetter mit dem Fahrrad.

*Das vollständige Interview
finden Sie auf unserem Blog*



STREITET EUCH!

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

Von Beatrice Winkler, Marketing vhs Karlsruhe

Kürzlich habe ich einen Artikel über das Streiten gelesen.

Tenor: Streitet Euch, aber mit Regeln. Das klingt erstmal gut, dachte ich. Streit lauert ja eben an vielen Stellen. Masken oder keine Masken, Abstand oder nicht, Impfen oder nicht, Auto, Fleisch, Plastik die Liste lässt sich fortsetzen. Die Auseinandersetzung dazu ist wichtig, ohne das funktioniert kein friedliches Miteinander in unserer Gesellschaft. Wie schnell eine Diskussion zu einem der Themen auch aus dem Ruder laufen kann, kenne sicher nicht nur ich aus eigener Erfahrung.

Aber wie besser machen?

In Hamburg probiert eine Frau das ganz direkt, auf der Straße. Sie ist mit dem Streitmobil unterwegs. Mit zwei Stühlen wartet sie dann auf einem Platz auf Menschen, die sich ärgern oder einen Streit mit anderen haben. Ihr Angebot: Ich helfe Euch, Eure Konflikte mit der richtigen Kommunikationsstrategie zu lösen. So, dass beide Seiten gehört werden. So, dass Hass gar nicht erst aufkommt, weil man auch die Position des anderen versteht. Auf der Website streitmobil.de formuliert sie es so: "Wir treffen uns in einem Raum, jenseits von richtig oder falsch und lernen gewaltfreie Kommunikation kennen." Das Modell der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg entstand in den 1960er-Jahren. Der Psychologe Rosenberg hat es überall auf der Welt in den verschiedensten Konfliktsituationen

„Willst du Recht haben oder glücklich sein? Beides gleichzeitig geht nicht.“

Marshall B. Rosenberg

erprobt, in Familien, Organisation, Firmen oder Volksgruppen (z.B. Israel und Palästina). Heute gilt es als anerkannte Methode zur Streitschlichtung.

Zu der Frau mit dem Streitmobil-Bus kommen wohl auch ganz verschiedene Menschen, Frauen, Männer, junge, alte, Paare. Klar, nicht jedem wird sie helfen können, aber das ist vielleicht auch gar nicht das Ziel. Zumindest bekommen alle, die zu ihr kommen, die Chance darauf.



Was ist so besonders an der Methode? Ich habe einen gefragt, der das wissen muss: Udo Brunner ist Mediator und Trainer für Gewaltfreie Kommunikation bei der vhs Karlsruhe.

Nächste
Seite
lesen...

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

UDO BRUNNER



Herr Brunner, was zeichnet die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) aus?

Die GFK unterstützt uns Menschen dabei, das Leben an den wichtigen Werten und Bedürfnissen zu orientieren. Werte bzw. Bedürfnisse sind für mich gleichbedeutend und die Grundlage des Lebens. Alles was wir tun oder sagen, bzw. vielleicht auch nicht tun und nicht sagen, ist darin begründet sich Bedürfnisse zu erfüllen. Alles!

Es gefiele mir besser, wenn man die Gewaltfreie Kommunikation als „Wert-schätzende Kommunikation“ bezeichnen würde. Denn letztendlich geht es in der GFK darum, meine eigenen Werte und Bedürfnisse, wie auch die meines Gegenübers zu schätzen, also auf Basis der Bedürfnisse zu handeln und zu kommunizieren. Im Bewusstsein der Bedürfnisse, können Konflikte gelöst werden, kann eine tiefgehende Verbindung entstehen, ist für ein gelingenderes Miteinander gesorgt.

Sie arbeiten unter anderem als GFK Trainer. Mit welchen Fragen kommen die Menschen auf Sie zu?

Das kann der Wunsch nach persönlicher Weiterentwicklung sein, weil ich z.B. merke, dass mich etwas bremst oder

dass im Umgang mit anderen Menschen immer wieder Hindernisse oder Blockaden auftauchen. Es kommen auch Familien oder Paare, die den Umgang miteinander verändern möchten. Und es sind natürlich auch Menschen darunter, die in inneren oder äußeren Konflikten stecken.

Wie kann ich GFK kennenlernen?

Es gibt immer mal wieder Angebote, die sich zum Kennenlernen der GFK eignen. An der vhs Karlsruhe ist das das sogenannte Basis-Seminar. Wer dann mehr möchte, kann auch eine Ausbildung zum GFK-Trainer machen. Das gibt es auch als Bildungszeit-Angebot.

Kursangebote zu GFK unter www.vhs-karlsruhe.de/gfk

Das vollständige Interview mit Udo Brunner finden Sie auf unserem Blog



Weitere Kursangebote:

Wir können alles, sogar hochdeutsch
30.9. | Kurs 212-60010P

Kommunikations-Kompetenz für Frauen
ab 14.10. | Kurs 212-60047P

Bewerbungsgespräch

10.11. | Kurs 212-65005P

Kommunikationstraining – Gespräche erfolgreich führen
ab 12.11. | Kurs 212-60040Y

KURSANGEBOTE – EINE AUSWAHL

SPRACHENVIELFALT

Bulgarisch A1 – eine sprachliche und kulturelle Schnupperreise

ab 8.9. | 18:00-19:30 Uhr | 61 EUR

● *Kurs 212-79135Y*

Italienisch A1

ab 4.10. | 9:00-10:30 Uhr | 111 EUR

● *Kurs 212-77113P*

Sanskrit for Beginners

ab 5.10. | 18:30-20:00 Uhr | 111 EUR

● *Kurs 212-79790Y*

Latein A1

ab 6.10. | 18:15-19:45 Uhr | 157 EUR

● *Kurs 212-79400M*

Norwegisch A1

ab 6.10. | 18:30-20:00 Uhr | 89 EUR

● *Kurs 212-79500Y*

Französische Grammatik A2/B1 – verständlich erklärt, praktisch angewendet

ab 7.10. | 14:30-16:00 Uhr | 69 EUR

● *Kurs 212-76280Y*

Spanisch A1/A2 für Genießer und zum Genießen. Recetas con gusto

ab 8.10. | 17:30-19:00 Uhr | 113 EUR

● *Kurs 212-78192Y*

FIT UND ENTSPANNT

Yoga-Wandern für die Sinne

25.9. | 14:00-17:00 Uhr | 21 EUR

● *Kurs 211-46742P*

Körper in Balance – der Ausgleich zum Bürojob

ab 5.10. | 12:00-12:45 Uhr | 45 EUR

● *Kurs 212-41310Y*

Rückenfit – Rückengymnastik

ab 5.10. | 19:00-20:00 Uhr | 48 EUR

● *Kurs 212-41727P*

Qigong + Taijiquan

ab 5.10. | 20:15-21:30 Uhr | 83 EUR

● *Kurs 212-45011*

RUND UMS GELD

Grundlagenwissen Börse

ab 21.9. | 18:00-19:00 Uhr | 15 EUR

● *Kurs 212-53312Y*

ETF's – Geldanlage für Einsteiger

ab 28.9. | 18:00-19:00 Uhr | 15 EUR

● *Kurs 212-53315Y*

Nachhaltiges Investieren

12.10. | 18:00-19:00 Uhr | 9 EUR

● *Kurs 212-53319Y*

DRAN BLEIBEN

Berufssprachkurs Deutsch B2

ab 20.9. | 125x | 8:45-12:00 Uhr | 1.160 EUR

● *Kurs 212-73301M*

ab 20.9.21 | 80x | 12:30-16:30 Uhr | 928 EUR

● *Kurs 212-73302P*

Berufssprachkurs Deutsch C1

ab 20.9. | 133x | 15:30-18:00 Uhr | 928 EUR

● *Kurs 212-73400P*

Word und Excel geschickt anwenden

ab 4.10. | 9:30-16:00 Uhr | 223 EUR

● *Kurs 212-68410P*

Handy-Smartphone Grundfunktionen

ab 9.10. | 13:45-15:45 Uhr | 43 EUR

● *Kurs 212-53002P*

Von der Kunst des Wahrnehmens

10.10. | 10:00-17:00 Uhr | 49 EUR

● *Kurs 212-55411P*

KUNST UND KULTUR PUR

Das Kunst-Café – zu Hause im Web

21.9. | 12:30-13:00 Uhr | 5 EUR

● *Kurs 212-3002Y*

Kunsttrip in der Mittagspause

7.10. | 12:30-13:00 Uhr | 2 EUR

● *Kurs 212-30102P*

vhs-Kolleg: Jugendstil

ab 18.11. | 18:00-19:30 Uhr | 35 EUR

● *Kurs 212-34002P*

Rabeninsel: eine deutsch-deutsche Familiengeschichte

Autorenlesung

19.11. | 19:30-21:00 Uhr | 10 EUR

● *Kurs 212-31004P*

SELBER MACHEN

workshop Korbflechten

ab 8.10. | 10:00-17:00 Uhr | 126 EUR

● *Kurs 212-38210P*

Fahrrad-Reparaturkurs

9.10. | 10:30-16:30 Uhr | 56 EUR

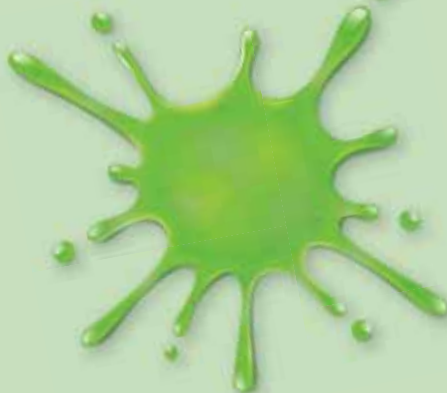
● *Kurs 212-53013P*

Traumfänger-Wandbehang: Lichtermond

4.11. | 10:00-12:00 Uhr | 28 EUR

● *Kurs 212-38080P*

Wir drucken in allen Farben und das grün.



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

medialogik ● ● ●

mediengestaltung & druckerei

Im Husarenlager 8 · 76187 Karlsruhe

Telefon 0721 266768-0

www.medialogik.de

WAS VHS- MENSCHEN BEWEGT

In Wien kostet eine Jahreskarte 365 Euro. Es wäre toll, wenn der KVV das Modell übernehmen könnte. Dann würden einige Menschen das Auto öfter stehen lassen oder komplett auf die Bahn umsteigen.

Olivia Bittner

„Bei den Radwegen tut sich in Karlsruhe so einiges. Das wird immer besser. Was mir fehlt, sind mehr Fahrradstellplätze.“

Diana Schuster

Alles hat seine zwei Seiten: Die Firmenabokarte des KVV ist leider nicht mehr übertragbar und so fahren weniger Kollegen mit der Bahn (schlecht für die Umwelt), allerdings fahre ich seither fast nur noch mit dem Rad (was gut für mich ist).

Axel Gutmann

IMPRESSUM

Herausgeber
vhs Karlsruhe, Erol Weiß

Redaktion, Grafik & Druck
Beatrice Winkler & Franziska Schreiber, Marketing vhs
Gustafsson Kommunikationsdesign
medialogik mediengestaltung & druckerei

August 2021, Auflage 16.000

vhs Karlsruhe e.V.
Kaiserallee 12e
76133 Karlsruhe
Tel. 0721/98 575-0
info@vhs-karlsruhe.de
vhs-karlsruhe.de

vhs 
Gemeinsam
für mehr Bildung

vhs 
KARLSRUHE