

Monatsspaziergang

jeden ersten Sonntag im Monat
Treffpunkt: 14.30 Uhr, Wiesentalschule Rohrbach
Leitung: Hedwig Kessler, Tel. 06894/956236

Monatskegel

Dienstag, einmal im Monat, von 18.00 – 20.00 Uhr, Rohrbachhalle
Infos: 06894/580888

Zusatzprogramm

Vortragsabend für Eltern:

„So können sich Kinder besser konzentrieren“

– Übungen und Hilfen für Schulkinder –

Leitung: Kornelia Sinner

Herbst 2009 – Frühjahr 2010

Vortragsbeginn wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Ort: Kneipp-Treff

Schulkinder lernen Autogenes Training

Leitung: Kornelia Sinner

Wegen begrenzter Teilnehmerzahl wird um
Vorankündigung gebeten.

Beginn: Herbst 2009, montags 17.00 bis 18.00 Uhr

Frühjahr 2010 montags 17.00 bis 18.00 Uhr

6 Veranstaltungen, siehe Presse

Ort: Kneipp-Treff

Ermutigungstraining für Schulkinder

Leitung: Christiane Krass

Wegen begrenzter Teilnehmerzahl wird um
Vorankündigung gebeten.

Beginn: Herbst 2009, freitags 16.15 Uhr

Frühjahr 2010, freitags 16.15 Uhr

5 Veranstaltungen, siehe Presse

Ort: Kneipp-Treff

Erlebnis und Erholung im Thermalbad

Leitung: Christel Michély-Fickinginger

Abwechselnd geht jeden 1. Dienstag im Monat eine Fahrt in die
Therme Bad Bergzabern oder in die Therme Bad Kreuznach. Mit
allem Komfort eines modernen Wellness-Zentrums können die
Teilnehmer Erholung oder Therapie genießen oder auch nur
einen Stadtbummel machen.

Nachmittag der Begegnung im Kneipp-Treff

Leitung: Christel Michély-Fickinginger

Der Kneippverein Rohrbach bietet jeden Mittwoch ab 15.00 Uhr
einen „Nachmittag der Begegnung“ an mit Vorträgen oder inter-
essanten und spannenden alten und neuen Karten- und Brett-
spielen oder Videos zu Fragen der Gesundheit.

„Ganzheitliches Gedächtnistraining“ – für Damen und Herren –

Leitung: Christel Michély-Fickinginger

Beginn: Montag, 21.09.2009, 9.00 und 10.30 Uhr

11.01.2010, 9.00 und 10.30 Uhr

19.04.2010, 9.00 und 10.30 Uhr

10 Veranstaltungen

Ort: Kneipp-Treff

Progressive Muskelentspannung nach Jakobson

Leitung: Bärbel Michaeli

Beginn: Dienstag, 08.09.2009, 9.30 – 11.30 Uhr

13.04.2010, 9.30 – 11.30 Uhr

10 Veranstaltungen

Ort: Kneipp-Treff

Qi Gong

Leitung:

Beginn: Herbst 2009, siehe Presse

Frühjahr 2010, siehe Presse

10 Veranstaltungen

Ort: Kneipp-Treff

Veranstaltungen in Zusammen- arbeit mit dem Kneipp-Verein e. V. Rohrbach

Zusatzprogramm

Seminar: „Erziehung leicht gemacht“

Leitung: Christiane Krass

Beginn: Herbst 2009, montags, 19.30 bis 22.00 Uhr

Frühjahr 2010, montags, 19.30 bis 22.00 Uhr

8 Veranstaltungen, siehe Presse

Ort: Kneipp-Treff

Autogenes Training für Erwachsene

Leitung: Kornelia Sinner

Beginn: Herbst 2009, dienstags, 20.00 Uhr

Frühjahr 2010, dienstags, 20.00 Uhr

6 Veranstaltungen, siehe Presse

Ort: Kneipp-Treff

Ermutigungstraining – Erwachsene

Leitung: Christiane Krass

Beginn: Herbst 2009, donnerstags 20.30 bis 22.00 Uhr

Frühjahr 2010, donnerstags 20.30 bis 22.00 Uhr

10 Veranstaltungen, siehe Presse

Ort: Kneipp-Treff

Seminar: „Optimistisch den Stress meistern“

Leitung: Kornelia Sinner

Beginn: Herbst 2009, dienstags, 20.00 Uhr

Frühjahr 2010, dienstags, 20.00 Uhr

3 Veranstaltungen, siehe Presse

Ort: Kneipp-Treff

Seminar: „Essen als Ersatz“ für Kinder

Leitung: Christiane Krass

Beginn: Herbst 2009, freitags, 17.45 Uhr

Frühjahr 2010, freitags, 17.45 Uhr

10 Veranstaltungen, siehe Presse

Ort: Kneipp-Treff

Seminar: „Essen als Ersatz“ für Erwachsene

Leitung: Christiane Krass

Beginn: Herbst 2009, freitags, 19.30 Uhr

Frühjahr 2010, freitags, 19.30 Uhr

10 Veranstaltungen, siehe Presse

Ort: Kneipp-Treff

„Fasten für Gesunde“

Referentin: Dr. Doris Schneider (Dipl. Chemikerin, Fastenleiterin
deutsche Fastenakademie)

Infoabend zur Fastenwoche: Dienstag, 06.10.09,

19 Uhr – Dienstag, 23.02.10, 19 Uhr

Ort: Kneipp-Treff



**Nebenstelle der VHS
St. Ingbert-Hassel**

Jakob Schwarz
Schillerstraße 48
66386 St. Ingbert
06894/53640

**Geschäftsstelle
VHS**

Kaiserstr.71
66386 St. Ingbert
06894/91460



Gesellschaft

In Kooperation mit der Polizeiinspektion St. Ingbert

1.5

Betrüger und ihre Tricks

Jörg Steinbach, Kriminalhauptkommissar und Leiter des Kriminaldienstes der Polizeiinspektion St. Ingbert

Polizei und Bürger im Gespräch bei ausgesuchten spannenden Fällen:

- Trickdiebe und Trickbetrüger immer wieder unterwegs
- Der falsche Enkel
- Die Maschen der Überweisungs betrüger
- Wer steckt hinter der Nigeria-Connection?
- Abzocker im Internet
- Was heißt eBay-Betrug?
- Die windigen Teppich-, Topf- und Lederjackenverkäufer

Termin: *Mittwoch, 16.09.2009, 18:30 Uhr*
Ort: *Gasthaus Waldfriede, Hassel,
Rohrbacher Str. 78*
Eintritt frei

In Zusammenarbeit mit dem Heimat- und Verkehrsverein Hassel und Heimatverein Oberwürzbach e.V.

1.12

Vierter Kreuzzug gegen Konstantinopel

Geschichtlicher Vortrag Gerd Arnold

In meiner Vortragsreihe über die Kreuzzüge im Kampf um das heilige Grab ist es mir ein Anliegen, den 4. Zug ins Heilige Land näher zu betrachten. Hier geht es im Besonderen um die Rolle des Dogen von Venedig und die Verwüstung Konstantinopels in diesem 4. Kreuzzug, der von 1202 bis 1204 dauerte.

Termin: *Dienstag, 09.03.2010, 19:00 Uhr*
Ort: *Rathaus Hassel, Sitzungssaal*
Gebühr: *2,50 € (1,00 €)*

Natur



1.1506

Pilzexkursion im Biosphärenreservat Bliesgau

Elisabeth Hoffmann

Pilze, lange Zeit als die „Vergessenen der Natur“ bezeichnet – nicht Tier, nicht Pflanze – beinahe unheimlich, auch heute noch „rätselhaft“ sind die größten Lebewesen unseres Planeten und neben Algen und Bakterien auch die ältesten! Das Sammeln von Pilzen, Beeren, Kräutern, Früchten und Wurzeln war stets Grundlage zum Überleben seit der Steinzeit. Der Artenrückgang auch bei den Pilzen (ob essbar, ungenießbar oder giftig) ist gravierend. Die enorme ökologische Bedeutung (erst stirbt der Pilz, dann der Wald) wurde lange verkannt bzw. gelehnet. Ohne „ihre“ Pilze würden Eiche, Birke, Kiefer und Fichte verkümmern. Auch die „abbauenden“ Funktionen der Pilze (sie sind nicht selten regelrechte Abfallverwerter, die sich buchstäblich um jeden „Dreck“ kümmern) sind außerordentlich wichtig.

Pilze, in Maßen und mit Bedacht gesammelt, bieten auch heute noch eine willkommene Bereicherung unseres Speisezettels!

Anschließend wird ein kleiner Snack gereicht (kostenlos).

Biosphärenreservat
Bliesgau



Termin: *Samstag, 12.09.2009, 14:00 – ca. 17:00 Uhr*
Treffpunkt: *Parkplatz Fröschenpuhl
Hassel*
Gebühr: *5,00 € (3,00 €)*

1.1508

Kräuterwanderung im Biosphärenreservat Bliesgau

Elisabeth Hoffmann

Überall in unserer näheren Umgebung gedeihen noch Wildpflanzen, die sowohl in der Küche unseren Speisezettel bereichern als auch in der Medizin unserer Gesundheit förderlich sein können. Die Vernichtung von Lebensräumen und die Anwendung moderner Pestizide in großem Stil lassen Pflanzen aussterben, darunter viele Heil- und Nahrungspflanzen.

Natürlich werden wir nur häufig vorkommende Arten verwenden und damit die schwindende Vielfalt unserer heimischen Wildflora schonen – um ihrer selbst willen, der unglaublichen Schönheit auch der kleinsten Blüte wegen und nicht zuletzt als Ressource für das Überleben auf dieser Erde.

Da anschließend ein kleines Kräutereszen (kostenpflichtig) in einem örtlichen Lokal geplant ist, ist eine Voranmeldung dringend erforderlich (Ortsverwaltungsstelle Hassel 06894/51041).

Biosphärenreservat
Bliesgau



Voranmeldung erforderlich!

Termin: *Samstag, 29.05.2010, 14:00 Uhr*
Treffpunkt: *Parkplatz Rittershof Hassel*
Gebühr: *5,00 € (3,00 €)*

1.1507

Mit dem Pferdegespann durch das Biosphärenreservat Bliesgau

„Von Steinen und den Geschichten, die sie erzählen“
Rudolf Hertel



Das Biosphärenreservat Bliesgau – eine Landschaft wie geschaffen, um in gemütlicher Fahrt mit dem Pferdegespann „erfahren“ und „erlebt“ zu werden. Wir fahren mit dem

eleganten, 8-sitzigen Jagdwagen der „Fuhrhaltere Myndenbach“.

Abfahrt: Webenheimer Höhe (Wandererparkplatz), Neukahlenberger Hof, auf die Böckweiler Höhe, Panoramablick zum Schaumberg, Ruine des Alexandersturmes, Ausblicke auf Walsheim, Panoramaweg Duser Straße mit Vogesenblick, Abstieg zur 1000-jährigen Stephanskirche, entlang der saarländisch-pfälzischen Grenze zurück zum Ausgangspunkt



Voranmeldung erforderlich!

Termin:	Samstag, 08.05.2010 , 14:00 – 18:00 Uhr
Treffpunkt:	Wandererparkplatz Webenheimer Höhe
Gebühr:	25,00 €
	Mindestteilnehmerzahl: 8

In Zusammenarbeit mit dem Naturschutzbund Deutschland e. V., NABU-Ortsgruppe St. Ingbert

1.1502

Zur Waldkauzbalz ins Fronsachtal

Erwin Andres

Termin:	Samstag, 06.02.2010 , 18:00 Uhr
Treffpunkt:	Parkplatz am Ende der Neuhäuseler Straße in Hassel
Gebühr:	2,50 € (1,00 €)



Gesundheit

1.340

Entstehung und Therapie der Arthrose und Osteoporose

Vortrag Dr. H.H. Krehbiel

Der Vortrag befasst sich mit dem Thema „Osteoporose – Arthrose – Ursachen und Therapiemöglichkeiten“.

Termin:	Dienstag, 10.11.2009 , 19:00 Uhr
Treffpunkt:	Rathaus Hassel, Sitzungssaal
Gebühr:	2,50 € (1,00 €)

1.341

Gefahr für Herz und Hirn: verkalkte Gefäße – Ursachen und Behandlung

Vortrag Dr. Bernd Hammer



Dr. Bernd Hammer

Immer noch sterben in Deutschland jährlich über 177.000 Menschen an den Folgen eines Herzinfarkts. Das liegt in erster Linie daran, dass die Betroffenen zu spät den Rettungswagen rufen.

Über 80.000 Menschen sterben an den Folgen eines akuten Schlaganfalles als weitere katastrophale Folge der Arterienverkalkung.

Das muss nicht sein. Die Medizin hat eindrucksvolle Fortschritte in der Behandlung des Herzinfarkts gemacht,

aber sie nutzen dem Patienten nur, wenn die Behandlung schnell genug einsetzt.

Zur Vorbeugung beider Erkrankungen ist es wichtig die Gefäßrisikofaktoren zu kennen, zu optimieren bzw. vorbeugende Maßnahmen zu ergreifen.

Die Zeichen eines Schlaganfalles und eines Herzinfarktes müssen erkannt werden. Diese werden ausführlich besprochen.

Zeit ist Leben. Bei Anzeichen eines Schlaganfalles oder Herzinfarktes muss unverzüglich der Notarzt unter 19222 alarmiert werden.

Der Referent ist Chefarzt der Medizinischen Klinik des Kreiskrankenhauses St. Ingbert. Dr. Bernd Hammer – Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie – wird ausführlich auf die möglichen neuen Behandlungsverfahren eingehen.

Termin:	Dienstag, 12.01.2010 , 19:00 Uhr
Treffpunkt:	Rathaus Hassel, Sitzungssaal
Gebühr:	2,50 € (1,00 €)

1.342

Männertypische Erkrankungen

Vortrag Prof. Dr. med. Harry Derouet

Der Vortrag beschäftigt sich insbesondere mit männertypischen Erkrankungen wie gut- und bösartige Veränderungen der Prostata, Hormonstörungen sowie Erektionsproblemen.

Da die Erkrankungen ein partnerschaftliches Problem darstellen, sind Frauen bzw. Partnerinnen ausdrücklich mit eingeladen.

Termin:	Mittwoch, 17.03.2010 , 19:00 Uhr
Ort:	Ev. Begegnungsstätte Hassel Eisenbahnstraße 34
Gebühr:	2,50 € (1,00 €)

Kultur



2.6001

Keramik

Adelheid Müller

Mit Ton zu arbeiten, macht Spaß und weckt die Kreativität. Beim Arbeiten mit Ton gibt es außer einigen unerlässlichen Regeln keine Vorschriften. Jeder entdeckt und entwickelt mit der Zeit seinen eigenen Stil und seine eigenen, persönlichen Techniken. Dieser Kurs vermittelt die Grundkenntnisse im Handaufbau, Modellieren, Dekorieren, Glasieren und Brennen. Er wendet sich an Anfänger/innen wie Fortgeschrittene gleichermaßen.

Voranmeldung erforderlich!

<i>Termin:</i>	<i>Freitag, 09.10.2009</i> <i>06.11.2009</i> <i>27.11.2009</i> <i>18:00–21:00 Uhr</i>
	<i>Samstag, 10.10.2009</i> <i>07.11.2009</i> <i>28.11.2009</i> <i>13:30–18:30 Uhr</i>
<i>Ort:</i>	<i>Schule Am Eisenberg</i>
<i>Gebühr:</i>	<i>61,50 € (39,60 €)</i> <i>Höchstteilnehmerzahl: 10</i>

2.6001

Keramik

Adelheid Müller

Voranmeldung erforderlich!

<i>Termin:</i>	<i>Freitag, 15.01.2010</i> <i>05.02.2010</i> <i>12.03.2010</i> <i>16.04.2010</i> <i>18:00 – 21:00 Uhr</i>
	<i>Samstag, 16.01.2009</i> <i>06.02.2010</i> <i>13.03.2010</i> <i>17.04.2010</i> <i>13:30 – 18:30 Uhr</i>
<i>Ort:</i>	<i>Schule Am Eisenberg</i>
<i>Gebühr:</i>	<i>61,50 € (39,60 €)</i> <i>Höchstteilnehmerzahl: 10</i>

2.6002

Holzschnitzen für Anfänger und Fortgeschrittene

Günter Oberndorfer

Thema: Betende Hände

Bitte mitbringen: Schnitzwerkzeuge

Voranmeldung erforderlich!

<i>Beginn:</i>	<i>Montag, 28.09.2009</i> <i>Vorbesprechung 17:00 Uhr</i> <i>6 Veranstaltungen</i> <i>17:00-20:00 Uhr</i>
<i>Ort:</i>	<i>Schule Am Eisenberg</i>
<i>Gebühr:</i>	<i>58,00 € (38,00 €)</i>

2.6002

Holzschnitzen für Anfänger und Fortgeschrittene

Günter Oberndorfer

Thema: Schnitzrohlinge

Bitte mitbringen: Schnitzwerkzeuge

Voranmeldung erforderlich!

<i>Beginn:</i>	<i>Montag, 08.02.2010</i> <i>Vorbesprechung 17:00 Uhr</i> <i>6 Veranstaltungen</i> <i>17:00-20:00 Uhr</i>
<i>Ort:</i>	<i>Schule Am Eisenberg</i>
<i>Gebühr:</i>	<i>58,00 € (38,00 €)</i>



Junge vhs

3.001

„Starke Kinder schützen sich“ Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Schulkinder

Michael Maldener

Wie behaupte ich mich in Konfliktsituationen? Praktische Umgangsweisen, Tipps und Techniken zur Selbstverteidigung und Abwehr, aber auch theoretische Schwerpunkte zum Thema Selbstbehauptung werden vermittelt und geübt.

Voranmeldung erforderlich!

<i>Termin:</i>	<i>Samstag, 28.11.2009, 10:00–15:30 Uhr</i>
<i>Ort:</i>	<i>Schule Am Eisenberg, Schulstr. 14b</i>
<i>Gebühr:</i>	<i>25,00 €</i>

3.001

„Starke Kinder schützen sich“ Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Schulkinder

Michael Maldener

Voranmeldung erforderlich!

<i>Termin:</i>	<i>Samstag, 20.03.2010, 10:00-15:30 Uhr</i>
<i>Ort:</i>	<i>Schule Am Eisenberg, Schulstr. 14b</i>
<i>Gebühr:</i>	<i>25,00 €</i>

Wissen und mehr