

Bewerbungstraining für Jugendliche und Azubis

Wie überzeuge ich ein Unternehmen mit meinem Anschreiben? Welche Informationen möchten Unternehmen in meinem Lebenslauf sehen? Brauche ich ein Bewerbungsfoto und wie erkläre ich Lücken in meinem Lebenslauf? Von der Stellensuche bis zum tatsächlichen Bewerbungsgespräch ergeben sich unzählige Fragen, viele Zweifel und auch die Angst vor Absagen. Anna Rosenthal arbeitet seit über zehn Jahren im Bereich Spezialist Human Resources. In diesem Kurs zeigt Sie Tricks & Tipps zu den Themen Stellensuche, Bewerbungsunterlagen, Bewerbungsgespräche.

Anna Rosenthal

Do, 11:00 - 13:15 Uhr, 07.12.2023
Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 0.3
19,00 € (ohne Ermäßigung)

Kursnummer 90011

Do, 11:00 - 13:15 Uhr, 14.12.2023
Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 0.3
19,00 € (ohne Ermäßigung)

Kursnummer 90012

Hip-Hop für Jugendliche 13-16 Jahre

HipHop ist nicht nur eine Tanzrichtung, sondern eine ganz eigene Kultur. Im Kurs werden die Grundschrirte zu moderner und typischer HipHop Musik erlernt und kleine Kombinationen entwickelt. Mit Hilfe von Gruppenarbeiten und Improvisationen werden mit viel Kreativität und Körperarbeit Choreographien erlernt. Tanz fördert das Selbstbewusstsein und die Freude an der Bewegung und schult gleichzeitig das Rhythmusgefühl, die Koordination und stärkt den Muskelaufbau. Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte in Sportkleidung (Sportschuhe, Jogginghose, T-Shirt) kommen, ein Getränk mitbringen.

Liona Schwedt

Fr, 15:00 - 16:30 Uhr, 01.09. - 19.01.2024
Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 2.4
15 Termine, Kein Unterricht am 27.10.2023.
76,00 €, **Kursnummer 53240**

Lehrgang zum Erwerb des Ersten und Erweiterten Ersten Schulabschlusses

Gamilla El -Jammal

Mo, 08:15 - 14:00 Uhr, 04.09. - 30.08.2024
Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 1.5
Kursnummer 90001

Lehrgang zum Erwerb des Mittleren Schulabschlusses

Gamilla El -Jammal

Mo, 08:15 - 14:00 Uhr, 04.09. - 30.08.2024
Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 0.3
Kursnummer 90002

Volkshochschule Nordkreis Aachen

Tel.: 02404 9063-0
Fax: 02404 9063-20
info@vhs-nordkreis-aachen.de
www.vhs-nordkreis-aachen.de

Angebote für Jugendliche und junge Erwachsene



Offen für alle

Infoveranstaltung: Schulabschluss nachholen

Wer seine Schulzeit ohne Abschluss beendet hat, kann einen staatlichen anerkannten Schulabschluss auch später noch nachholen. Und wer bereits einen hat, kann einen höherwertigen Abschluss erlangen. Hier erhalten Sie alle Informationen zu unseren Lehrgängen und können sich beraten lassen.

Gamilla El -Jammal, Jana Blaney

Mo, 15:00 - 16:30 Uhr, 14.08.2023

Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 0.3

Kursnummer 90000

Blockade im Kopf „Ein Seminar zur Bewältigung von Prüfungsangst & Blackout“

Blockade im Kopf? - ein Seminar zur Bewältigung von Prüfungsangst & Blackout

Du warst gut für Deine Prüfung vorbereitet? Kannst jedoch in der Prüfungssituation nicht auf das Gelernte zurückgreifen? Schnell macht da Lernen keinen Sinn mehr, Frust entsteht und Selbstvertrauen schwindet! Dies muss jedoch nicht sein, da Blackout und Prüfungsangst übersteigerte Stressreaktionen unseres Gehirns sind, können diesen effektiv mit verschiedenen Techniken begegnet werden.

Im Seminar machen wir uns auf die Suche nach den genauen Angstursachen und den damit verbundenen Emotionen um gemeinsame Lösungen zu finden. Ziel des Ganzen ist es dem „Zittern vor der Prüfung“ ein Ende zu setzen und zukünftigen Prüfungen ruhiger, fokussierter und selbstsicherer zu begegnen.

Marina Kuckertz, B.A.

Do, 08:15 - 10:30 Uhr, 16.11.2023

Alsdorf, VHS Übacher Weg 36, Raum 1.5

19,00 € (ohne Ermäßigung)

Kursnummer 90003

Do, 11:00 - 13:15 Uhr, 16.11.2023

Alsdorf, VHS Übacher Weg 36, Raum 1.5

19,00 € (ohne Ermäßigung)

Kursnummer 90004

Workshop: Demokratie verstehen und erleben

Workshop für Schüler*innen und angehende Azubis
In diesem Workshop bekommen Schüler*innen und angehende Azubis ein theoretisches Verständnis von Demokratie und erleben diese anhand von Praxisübungen. Diese Übungen erlauben, eigene Perspektiven und blinde Flecken kritisch zu überprüfen, um eine aktive Rolle bei der Gestaltung von Demokratie im Alltag zu übernehmen. (Methode nach Bezavta)

Gamilla El -Jammal

Do, 11:00 - 13:15 Uhr, 14.09.2023

Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 0.3

Kursnummer 90005

Do, 11:00 - 13:15 Uhr, 21.09.2023

Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 0.3

Kursnummer 90006

Workshop: Hate Speech und Fake News!

Workshop für Schüler*innen und angehende Azubis
Falschmeldungen (Fake News) und Hetze im Netz (Hate Speech) sind allgegenwärtig. Hinterfragen Sie kritisch Meldungen? Welche Inhalte posten oder teilen Sie in den sozialen Medien und wo ziehen Sie eine Grenze? Welche Gefahren sehen Sie, wenn sich verzerrt oder verfälscht dargestellte Fakten ungefiltert, unkommentiert und ohne rechtliche Konsequenzen über das Netz verbreiten? Welche Folgen können Hate Speech und Fake News auf unsere Meinungsbildung, Wahlen, Gesellschaft und Demokratie haben? (Konzept nach dem Volkshochschul Verband)

Gamilla El -Jammal

Do, 11:00 - 13:15 Uhr, 28.09.2023

Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 0.3

Kursnummer 90007

Do, 11:00 - 13:15 Uhr, 05.10.2023

Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 0.3

Kursnummer 90008

Natural high?

in Kooperation Suchthilfe Diakonie - Fachstelle für Suchtprävention in Alsdorf

Viele Menschen haben Erfahrungen mit legalen und illegalen Drogen gemacht. Doch wird gerade jüngeren Menschen vermittelt, dass über Drogen und Konsum nicht gesprochen werden darf. Dabei ist es wichtig, sich darüber zu informieren und auszutauschen. In dieser Veranstaltung geht es nicht darum, Alkohol, Cannabis und andere Substanzen zu verteufeln und von deren Gebrauch abzuhalten. Stattdessen geht es darum, zu informieren. Was weiß ich über Alkohol und Cannabis schon? Welche Auswirkungen hat der Konsum? Wie bekomme ich auf natürliche Weise Glücksgefühle, ohne Drogen? Wer oder was kann mir bei Problemen rund um Drogen helfen?

Julia Jerusalem

Do, 11:00 - 13:15 Uhr, 26.10. - 02.11.2023

Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 0.3

2 Termine

19,00 € (ohne Ermäßigung)

Kursnummer 90009

Do, 11:00 - 13:15 Uhr, 23.11. - 30.11.2023

Alsdorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 1.5

2 Termine

19,00 € (ohne Ermäßigung)

Kursnummer 90010

