

*Wenn das kein Grund
zum Feiern ist!
Freuen Sie sich auf
viele tolle Angebote.*

Die vhs
Ravensberg
wird **50**

PROGRAMM
Frühjahr | Sommer 2026



Alles erledigt.

Ein gutes Gefühl, zu wissen: Die Dinge sind geregelt.

Wir unterstützen Sie bei Ihrem Vermögensaufbau. Und bei den Themen Schenken und Vererben. Informieren Sie sich darüber, wie Sie alles für Ihre Zukunft in Ihrem Sinn regeln können: im Krankheitsfall, bei der Pflege und im Erbfall.

Weil's um mehr als Geld geht.

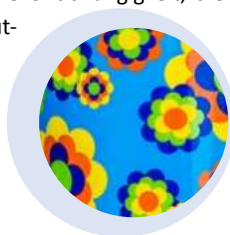


Sparkasse

Vorwort

*Liebe Leser*innen,*

1976 war ein Jahr voller Meilensteine: Die Gurtpflicht auf den Vordersitzen von PKW wurde in Deutschland eingeführt, die USA feierten 200 Jahre Unabhängigkeit, die Zeichentrickserie Biene Maja eroberte im Fernsehen die deutschen Wohnzimmer, mit Viking 1 gelang der NASA die erste erfolgreiche Landung einer Sonde auf dem Mars, die Prillblume wurde zur „bekanntesten Blume“ in deutschen Küchen, Erich Honecker wurde Staatsratsvorsitzender der DDR und in Kalifornien gründete sich die Firma Apple.



In diesem bewegten Jahr wurde auch der Zweckverband vhs Ravensberg gegründet und unsere Volkshochschule nahm ihre Arbeit auf – ein Jubiläum, das wir heute mit Freude und Dankbarkeit begehen.

Ein halbes Jahrhundert Bildung im Verbandsgebiet: Die vhs begleitet Menschen auf ihren Lern- und Lebenswegen, ist Ort der Begegnung und des gemeinsamen Entdeckens. Vieles hat sich gewandelt, neue Formate und Themen sind hinzugekommen. Doch im Kern blieb die vhs sich treu: ein Ort für Menschen, die sich weiterentwickeln und Neues erlernen möchten.


Dieses Jubiläum verdanken wir dem Engagement vieler Menschen, die die vhs getragen und geprägt haben: Dozent*innen, Teilnehmer*innen, Mitarbeiter*innen, politischen Entscheidungsträger*innen und allen, die der vhs seit Jahrzehnten verbunden sind.

Mit Begeisterung und Offenheit für Veränderung gehen wir die nächsten Jahre an. Der Mensch bleibt dabei unser Mittelpunkt – denn Bildung lebt vom Miteinander. Lassen Sie uns gemeinsam weiterlernen, weiterwachsen und den Bildungsgedanken in die Zukunft tragen!

Im Namen des Teams grüßt Sie herzlich

Stefan Kuntze

Leiter der Volkshochschule

A woman in a grey sweater and blue jeans is holding a baby in a light blue bathtub. The baby is laughing and has their arms raised. In the background, there are two white washing machines. The floor has a patterned rug.

TWO.de
Haller Energie

Wir bringen

Energie nach Hause.

T.W.O. Technische Werke Osning GmbH | Tel.: 05201 858-0 | E-Mail: info@two.de

A woman wearing a blue swim cap and goggles is smiling and waving her hand while swimming in a pool. She is surrounded by red lane lines. Another person's head and arm are visible in the foreground.

lindenbad.de

Eintauchen. Abschalten.

Zusammen genießen.

Lindenbad | Tel.: 05201 971410 | E-Mail: info@lindenbad.de

Inhalt

	MENSCH KULTUR LÄNDER	30
	GESTALTEN KREATIVITÄT MUSIK	70
	GESUNDHEIT BEWEGUNG ERNÄHRUNG	110
	DEUTSCH GRUNDBILDUNG FREMDSPRACHEN	168
	BERUF DIGITALES UMWELT	190
	JUNGE VHS	216
<hr/>		
	Team	6
	Grußworte	8
	Save the date	14
	Zeitreise	15
	Retro-Kurse	24
	Kurse in den Sommerferien	25
	Anmeldung & Terminübersicht	26
	vhs vor Ort Qualität	28
	AGB	233
	Datenschutz Impressum	235
	Anmeldeformular	237
	Bildnachweise	239



Stefan Kuntze | vhs-Leitung
Fachbereichsleitung
MENSCHEN | KULTUR | LÄNDER
Tel. 05201 8109-31
stefan.kuntze@vhs-ravensberg.de



Daina Lechthoff | stellv. vhs-Leitung
Fachbereichsleitung GESTALTEN | KREATIVITÄT | MUSIK
GESUNDHEIT | BEWEGUNG | ERNÄHRUNG
Tel. 05201 8109-15
daina.lechthoff@vhs-ravensberg.de



Svitlana Witt | Fachbereichsleitung
DEUTSCH | INTEGRATION
Tel. 05201 8109-44
svitlana.witt@vhs-ravensberg.de



Britta Lechte | Fachbereichsleitung
JUNGE VHS | GRUNDBILDUNG | FREMDSPRACHEN
Tel. 05201 8109-47
britta.lechte@vhs-ravensberg.de



Jan Rakelmann | Fachbereichsleitung
BERUF | DIGITALES | UMWELT
Tel. 05201 8109-30
jan.rakelmann@vhs-ravensberg.de



Ludmilla van Zwoll | Verwaltungsleitung
Buchhaltung
Tel. 05201 8109-11
ludmilla.vanzwoll@vhs-ravensberg.de



Daniela Malcherek | Buchhaltung
Tel. 05201 8109-12
daniela.malcherek@vhs-ravensberg.de



Christiana Stumpp | Buchhaltung
Tel. 05201 8109-27
christiana.stumpp@vhs-ravensberg.de



Ines Lüchtefeld | Sachbearbeitung
MENSCHEN | KULTUR | LÄNDER
Tel. 05201 8109-22
ines.luechtefeld@vhs-ravensberg.de



Annika Kröger | Sachbearbeitung
GESTALTEN | KREATIVITÄT | MUSIK
Tel. 05201 8109-28
annika.kroeger@vhs-ravensberg.de



Simone Diaz-Ledwinka | Sachbearbeitung
GESUNDHEIT | BEWEGUNG | ERNÄHRUNG
ENGLISCH
Tel. 05201 8109-18
simone.diaz-ledwinka@vhs-ravensberg.de



Sandra Ulrichs | Sachbearbeitung
BERUF | DIGITALES | UMWELT | JUNGE VHS
Tel. 05201 8109-24
sandra.ulrichs@vhs-ravensberg.de



Silke Kinserowski | Sachbearbeitung
DEUTSCH | INTEGRATION
Tel. 05201 8109-45
silke.kinserowski@vhs-ravensberg.de



Dorothea Denninghaus | Sachbearbeitung
DEUTSCH | GRUNDBILDUNG | FREMDSPRACHEN
Tel. 05201 8109-25
dorothea.denninghaus@vhs-ravensberg.de

Grüßworte



Grüßwort des ersten Leiters der vhs Ravensberg

Seit vielen Monaten schon freue ich mich auf den Juni 2026, wenn die vhs Ravensberg ihr 50. Jubiläum feiert!

Werden wir noch jemanden treffen, der damals bei der Gründung dabei war? Ich selbst war nicht dabei, aber ein Jahr später wurde ich als Leiter für die vhs eingestellt, um beim Aufbau zu helfen. Was ist in dem halben Jahrhundert inzwischen alles passiert! Die Werbung für die Kurse sah noch völlig anders aus, an Internet war noch nicht zu denken, Fax-Geräte wurden von der Bundespost erst eingeführt, als ich Halle schon wieder verließ. Vorträge wurden allenfalls durch Dias untermalt, nicht durch eine PowerPoint-Präsentation. Aber was heute noch genauso ist wie damals, das ist die Vielfältigkeit in den Programmen der Volkshochschule. Vielseitigkeit und Abwechslung sind etwas, das mir auch im persönlichen Leben wichtig erscheint.

Auch wenn man sich einzelne Informationen jetzt schneller über das Internet besorgen kann, so ist ein Kurs an der Volkshochschule auch heute noch genauso wie damals viel „nachhaltiger“. Abgesehen davon, dass man Bogenschießen oder Wasser-Gymnastik nicht am PC lernen kann, bringt ein gemeinsamer Kurs ein ganz anderes Erlebnis. Dieser emotionale Mehrwert ist es, den kein Lehrbuch und kein online-Kurs bieten kann: zu der nachweisbar höheren Erfolgsquote kommt ja noch der Erlebniswert in der Begegnung mit anderen Menschen.

Es würde mich freuen, wenn ich bei der Jubiläums-Feier noch einige bekannte Gesichter treffen würde!

Ihr

Dr. Hans-Dieter Handrack
Erster Leiter der vhs Ravensberg

Foto: Westfalenblatt, 1979





Grüßwort des Bürgermeisters der Stadt Borgholzhausen

Seit 50 Jahren kooperieren die 5 Kommunen des früheren Kreises Halle (Westf.) mit ihrem Zweckverband vhs Ravensberg sehr erfolgreich in der Erwachsenenbildung. Er ist neben dem Haller Kreisblatt das Einzige und zugleich umso wichtigere verbliebene Bindeglied der 5 Kommunen und der in ihnen lebenden Menschen.

Das stets vielfältige vhs-Kursprogramm in den verschiedenen Bereichen sorgt seit 50 Jahren für gute Anmeldezahlen. Besondere Aufmerksamkeit finden die bekannten Referenten der Jahresauftaktveranstaltungen und die Reisevorträge Länder und Menschen, doch der Kern ist das Kursprogramm. In den letzten Jahren wurde als weiterer Schwerpunkt der Bereich Integration entwickelt, hier übernimmt die vhs noch einmal besondere gesellschaftliche Verantwortung.

Es erfüllt mich mit Dankbarkeit und Stolz, das tolle vhs-Team nun schon einige Jahre lang als Verbandsvorsteher begleiten und unterstützen zu dürfen. Macht weiter so!

Ihr

Dirk Speckmann
Bürgermeister der Stadt Borgholzhausen
Verbandsvorsteher des Zweckverbandes
vhs Ravensberg



Grußworte



Grußwort des Bürgermeisters der Stadt Halle (Westf.)

Zu meiner großen Freude kann die Volkshochschule Ravensberg im Jahr 2026 auf ihr 50-jähriges Bestehen zurückblicken!

Seit der Gründung im Jahr 1976 durch die Kommunen Borgholzhausen, Steinhagen, Vermold, Werther (Westf.) und Halle (Westf.) erfüllt die Volkshochschule ihren Auftrag, Bildung für alle nicht nur zugänglich, sondern erlebbar zu machen, durch ein breites und dem ständigen gesellschaftlichen Wandel angepasstes Kursprogramm.

In Vergangenheit und Gegenwart kommt dabei der Leitung, den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie den Dozentinnen und Dozenten eine besondere Rolle zu. Mit ihrer Kompetenz, ihrem Engagement und ihrer Kreativität bilden sie das erforderliche Rückgrat für die Planung und Umsetzung der Kurse sowie die Erreichung der ambitionierten Lernziele. Zudem sorgen sie bei unserer kleinen, aber feinen Volkshochschule für die charakterisierende, liebenswerte und persönliche Lernumgebung. Ihnen gilt daher mein besonderer Dank für ihre wertvolle Arbeit und ihren unersetzlichen Beitrag zum jahrzehntelangen Erfolg!

Ich gratuliere im Namen der Versammlung und der Stadt Halle (Westf.) herzlich zum 50-jährigen Jubiläum und blicke mit großer Zuversicht auf die folgenden Jahre barrierefreier, facettenreicher und lebendiger Bildungsarbeit im Verbandsgebiet!

Es grüßt Sie herzlich

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Thomas Tappe'.

Thomas Tappe

Vorsitzender der Versammlung
und Bürgermeister der Stadt Halle (Westf.)





Grußwort der Bürgermeisterin der Gemeinde Steinhagen

50 Jahre vhs Ravensberg – dazu gratuliere ich von Herzen! Der Zweckverband, getragen von den Kommunen Halle, Versmold, Borgholzhausen, Werther und Steinhagen, steht seit einem halben Jahrhundert für Bildung, Begegnung und persönliche Weiterentwicklung.

Mein erster Kurs bei der vhs Ravensberg war vor einigen Jahren ein Nähkurs – nach der Anschaffung einer Nähmaschine wollte ich dieses Handwerk erlernen. Das neue Hobby ist nur kurze Zeit später der Kommunalpolitik zum Opfer gefallen – geblieben ist jedoch die Erfahrung, wie wertvoll es ist, Neues auszuprobieren und gemeinsam zu lernen.

Besonders eindrücklich erlebe ich bis heute die Verteilaktionen des Programmheftes zum Semesterbeginn. Sie machen sichtbar, wie groß das Interesse in unserer ganzen Gesellschaft ist und wie breit die Angebote der vhs aufgestellt sind – von Sprachen über Kultur bis hin zu Gesundheit – hier ist für jeden und jede etwas dabei.

Die vhs Ravensberg ist ein unverzichtbarer Teil unserer Region. Für die Zukunft wünsche ich ihr weiterhin viel Erfolg und gutes Gelingen. Möge die vhs stets eine Institution der Neugier, des Lernens und der Begegnung sein.

Sarah Süß

Sarah Süß
Stellv. Vorsitzende der
Verbandsversammlung
Bürgermeisterin der
Gemeinde Steinhagen



Grüßworte



Grüßwort des Bürgermeisters der Stadt Vermold

50 Jahre Volkshochschule Ravensberg – dazu gratuliere ich sehr herzlich! Seit einem halben Jahrhundert bietet die vhs auch hier bei uns in Vermold Menschen aller Generationen die Möglichkeit, Neues zu entdecken, Talente auszuprobieren und den eigenen Horizont zu erweitern.

Meine ganz persönliche vhs-Anekdote liegt rund zehn Jahre zurück: Damals habe ich beim „Bürgermeister-Kurs“ in der Küche der Kulturbühne selbst den Kochlöffel geschwungen – und gezeigt, wie man einen Burger fachgerecht brät. Ein köstliches Beispiel dafür, wie abwechslungsreich und lebensnah die Angebote sind.

Besonders in Erinnerung bleiben aber auch die „Reisewelten“. Dank der vhs konnten die Vermolderinnen und Vermolder – ganz ohne Kofferpacken – zahlreiche Länder „bereisen“ und faszinierende Einblicke in ferne Kulturen gewinnen.

Ich danke allen, die unsere vhs über fünf Jahrzehnte geführt, gestaltet und begleitet haben und wünsche der Volkshochschule Ravensberg eine erfolgreiche Zukunft voller neuer Ideen!

Ihr

Michael Meyer-Hermann
Bürgermeister der Stadt Vermold





Grußwort des Bürgermeisters der Stadt Werther

Als meine Mutter vor rund 42 Jahren bei der vhs ihren Babyvorbereitungskurs startete, war ihr sicher nicht bewusst, dass sie dort Freundinnen fürs Leben finden würde. Ebenso wenig dürfte sie geahnt haben, dass ihr Sprössling irgendwann einmal in den Gremien der vhs Ravensberg sitzen und die Ehre haben wird, ein Grußwort zu schreiben. Aber all das zeigt: Volkshochschulen sind ein Erfolgsprojekt überall im Land. Und unverzichtbar für die Bildung.

Eine für uns besonders wichtige Volkshochschule feiert ihr 50-jähriges Jubiläum. Ganz herzlichen Glückwunsch im Namen der Stadt Werther (Westf.)! Danke für jahrelange gute Zusammenarbeit und tolle, bunte Kursangebote für die Menschen der Böckstiegelstadt. Danke an alle Kursleitungen und Kolleginnen und Kollegen der vhs Ravensberg und weiter so!

Beste Grüße

Veith Lemmen
Bürgermeister der Stadt Werther



Save the date

Die vhs Ravensberg wird 50!

Jubiläumsfest am Freitag, 12. Juni 2026

Wie Sie unserem Titelblatt entnommen haben, feiern wir im Jahr 2026 ein ganz besonderes Jubiläum: Vor genau 50 Jahren wurde unser Zweckverband, die Volkshochschule Ravensberg gegründet.

Seit einem halben Jahrhundert steht die vhs den Menschen im Altkreis Halle als Ort der Weiterbildung, Begegnung und kulturellen Vielfalt zur Seite und bietet vielfältige Angebote für die unterschiedlichsten Lebensbereiche. Manche dieser „Retro“-Kurse sind heute wieder aktuell und finden sich auch im aktuellen Programm wiedererkennbar an der „Pril“-Blume!

Unser Jubiläum möchten wir gerne im Sommer mit Ihnen allen feiern und laden Sie herzlich am 12. Juni von 14 bis 17:30 Uhr ein. Rund um das Bürgerzentrum Remise in Halle wird es spannende Angebote für Groß und Klein geben, interessante Schnupperkurse, Mitmachangebote sowie kulinarische Köstlichkeiten. Für besondere Unterhaltung sorgen der musikalische Auftritt einer Zweimann-Kapelle sowie Ausstellungen von Kunstobjekten unserer Dozentinnen.

Genauso bunt wie unser vhs-Programm soll auch dieser Tag werden, und wir freuen uns schon jetzt darauf, Sie bei uns begrüßen zu dürfen! Das detaillierte Festprogramm erscheint Anfang des Jahres.



VHS beginnt die Arbeit pünktlich

Gestern Sitzung der Verbandsversammlung in Halle

Attikreis Halle (t. A.). Die Volkshochschule Ravensberg beginnt programmgemäß Anfang September mit ihrer Arbeit. In der zweiten Verbandsversammlung wurde gestern in Halle festgelegt, daß pro Doppelstunde von den Hörern zwei Mark für die handwerklichen und 2,50 Mark für die Allgemeinbildenden Kurse gezahlt werden müssen. Damit wurde ein Wert gefunden, der sich den bisherigen Gebühren in Vermold und Steinhagen anpaßt.

Für die VHS-Hörer in Halle wird künftig die Teilnahme leuzer, hier wurden nur 1,80 Mark je Doppelstunde gezahlt. Die Mitglieder der Verbandsversammlung wehrten sich erfolgreich gegen den Wunsch von Verbands-Vorsitz Dr. Häbig, die Gebühren soweit anzuhoben, daß im nächsten Jahr keine Anhebung notwendig ist. Dazu erklärte Häber-Henn (Halle): „Wir müssen unsere Volkshochschule Ravensberg attraktiv machen und das geht auch über die Hörgelbst.“ Henn wies sich dagegen, daß die Hörer zur Deckung möglichen Defizites herangezogen werden sollen. Die Volkshochschule hat immer ein Defizit gehabt, das aber künftig vom Land getragen wird.

Die Verbandsversammlungsmitglieder wollten bei dem Punkt „Festsetzung der Hörgelbst“ vor allem Dingen erfahren, welche Größenordnung der Haushalt erhalten wird. Dazu erklärte Dr. Häbig, er wisse nicht, daß es viele Unbekannte im Spiel seien, um hier konkrete Zahlen nennen zu können. Nach einer Diskussion von fast 90 Minuten legte er dann ein Konzept vor, das aus den Angaben der bisherigen Gemeinderäte und geschätzten künftigen Kosten sich zusammensetzte.

Danach wird die Volkshochschule Ravensberg voraussichtlich ein Defizit

von 70 000 Mark erwirtschaften, da den Ausgaben in Höhe von 840 000 Mark Einnahmen von 470 000 Mark gegenüberstehen. Die Personalkosten sind bei den Ausgaben mit 223 000 Mark angesetzt, an Honoraren sollen 182 000 Mark gezahlt werden, das bedeutet 43 Mark pro Stunde. (Über die Höhe des Honorars für die Dozenten wurde in nichtöffentlicher Sitzung beraten.) Auf der Einnahmenseite sind 150 000 und 370 000 Mark als Zuschuß des Landes für Verwaltung (23 Mark pro Doppelstunde) und Honorare (10 Mark pro Doppelstunde) sowie 90 000 Mark an Hörgelbst einkalkuliert.

Dieser Rechnung hielt Friedrich-Wilhelm entgegen, daß im Jahre 1975 ein Hörgelbst von 50 000 Mark eingenommen wurden. Ihm erwiderte Häber-Henn, daß die Zahlen seien keine Begründung für eine geplante Erhöhung der Hörgelbst.

Bevor Dr. Häbig seine Zahlen veröffentlichte, hatten Günter Hoffmann und Günter Thümann Beiträge aus Vermold private Beziehungen aus Vermold gemacht und waren zu dem Ergebnis gekommen, daß keine Erhöhung der Hörgelbst notwendig seien. Auf den Gehörern wurde dann ein Betrag von 2,30 Mark beschlo-

Westfalen Blatt, 27.05.1976

Die VHS beginnt die Arbeit pünktlich: Nach ihrer Gründung beginnt die Volkshochschule Ravensberg programmgemäß im September 1976 mit Ihrer Arbeit. „In der zweiten Verbandsversammlung wurde festgelegt, dass pro Doppelstunde von den Hörern 2,- Mark für die handwerklichen und 2,50 Mark für die allgemeinbildenden Kurse gezahlt werden müssen.“

Konstituierende Sitzung der VV vom 25.05.1976

Sodann weist KD Schulze-Wossek darauf hin, daß die bisherigen Volkshochschulen in Halle, Steinhagen und Vermold bereits ein beachtliches Angebot gehabt haben. Hierauf könne aufgebaut werden. Belebt werde die VHS-Arbeit künftig durch den zwingend vorgeschriebenen hauptamtlichen Leiter.

Ausschnitt aus der Niederschrift über die erste und konstituierende Sitzung der Verbandsversammlung der VHS Ravensberg vom 25.05.1976 (Stadtarchiv Halle (Westf.))

Bei der Programmplanung könne man auf „ein beachtliches Angebot der bisherigen Volkshochschulen Halle, Steinhagen und Vermold zurückgreifen.“ Ein Zitat aus der konstituierenden Sitzung der Verbandsversammlung vom 25.05.1976



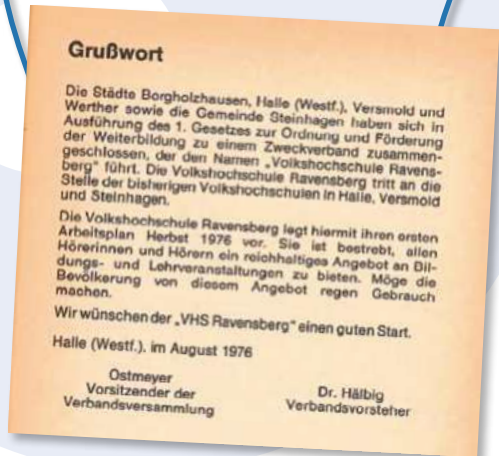
Erstes Programmheft der VHS Ravensberg von 1976

Man einigte sich darauf, alle fünf Kommunen alphabetisch in dem neuen Heft aufzuführen. „Ein Grafiker soll für die Gestaltung der ersten Seite herangezogen werden“ – so hat es damals die Verbandsversammlung beschlossen.

Im Herbstsemester 1976 waren neben den klassischen Kursen Veranstaltungen im Angebot wie z. B. „Amateurfunk für Anfänger“, „Eilschrift“, „Ismakogie für Frauen“, „Schmal-Film: Gestaltung eines Spiel-, Dokumentations- oder Werbefilm“ oder „Dampfdrucktopf und Grillgerät“.

Grußwort im ersten Programmheft von 1976

„Möge die Bevölkerung von diesem Angebot regen Gebrauch machen.“ Das Grußwort auf der dritten Seite im Heft zum „Start“ der VHS kommt von dem damaligen Verbandsvorsteher Dr. Elmar Hälbig und von Fritz Ostmeier, dem Vorsitzenden der Verbandsversammlung der Volkshochschule Ravensberg.



Westfalen Blatt, 27.05.1976

25.000 Exemplare werde vom ersten 53-seitigen Programmheft an alle Haushalte der Verbandskommunen verteilt.



Programmheft mit Logo von 1978

1978 erhielt das VHS-Programm erstmals ein eigenes Logo: ein dynamischer Pfeilkreis, der für die Vielfalt der Bildungswege und die Offenheit für unterschiedliche Perspektiven stand.



Programmheft von 1986

1986 war das VHS-Heft bereits auf rund 200 Seiten angewachsen und zeigte ein breites Angebot – von gesellschaftlich aktuellen Themen und ersten Computerkursen über Angebote zur Gleichstellung und Umweltfragen bis hin zu traditionellem Handwerk und kulinarischen Kursen.



Programmheft von 1996

1996 spiegelte das VHS-Programm den medialen Umbruch wider: Erste MS-DOS- und Windows-Kurse sowie „Who is calling? Telephoning in English“ bereiteten auf die digitaler werdende Arbeitswelt vor. Daneben standen Informationsabende zu Scientology, praxisnahe Angebote wie Altbausanierung und Bewerbungstraining mit Assessmentcenter. Zugleich bot die VHS zeitlose Kurse – von Klöppeln über Kochthemen bis zu Tai Ji Quan, Skat und Doppelkopf.



vhs Zeitreise

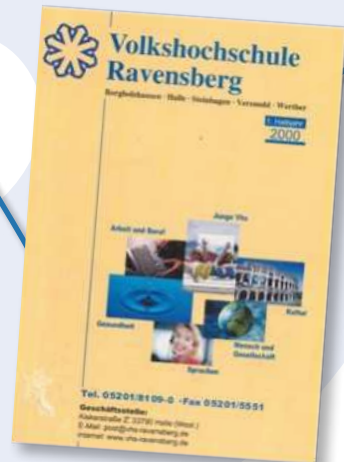


Programmheft von 1998 – die VHS ging online

Einen Wendepunkt markierte das Jahr 1998: Die VHS ging online und war – zunächst über die Universität Bielefeld – im World Wide Web zu finden. Damit machte sie ihre Angebote erstmals digital zugänglich und legte den Grundstein für eine neue Form der Erreichbarkeit und Kommunikation. Was heute selbstverständlich erscheint, war damals ein bedeutender Meilenstein: eine Ära, in der Wissen und Weiterbildung nur noch einen Mausklick entfernt waren. Der Weg von den gedruckten Programmheften in die virtuelle Welt hatte begonnen.

Programmheft von 2000

Im Jahr 2000 begann für die VHS Ravensberg gleich doppelt ein neues Kapitel: Neben dem Millenniumswechsel erhielt auch das Programmheft ein neues Design. Bei inzwischen über 280 Kursen war das alte Format zu klein geworden. Im handlichen DIN-A5 präsentierte sich das Heft nun übersichtlicher, bot mehr Gestaltungsspielraum und zeigte die gewachsene Vielfalt des Angebots zeitgemäß und sichtbar.





Programmheft von 2006

2006, im 30. Jahr ihres Bestehens, präsentierte sich die VHS Ravensberg selbstbewusst als „Die Nr. 1 für Ihre Bildung“. Das Programm reichte von zeitgeistigen Kursen wie „Glück ist keine einfache Sache“ bis zu Aquarellmalerei, Autogenem Training, Stepp-Aerobic und Sprachkursen. Als Beratungsstelle für den neuen Bildungsscheck war die VHS früh beteiligt und bot zudem Angebote wie „Kinesiologie für Erzieher*innen“ und „Internet für 55 plus“ – ein Zeichen für ihre breite, generationenübergreifende Bildungsarbeit.

Programmheft von 2008 mit neuem Logo

2008 startete die VHS mit einem neuen, farbigen Logo, das für Lebendigkeit und Begegnung steht. Im Vorwort erklärte Leiter Kurt Ulrich Schäfer, dass das bisherige Logo die VHS über 20 Jahre begleitet habe und nun ein frischer Auftritt nötig sei – ein Zeichen für Schwung, Leichtigkeit und neue Impulse.



vhs Zeitreise



Programmheft von 2016

2016 blickte die VHS auf 40 Jahre Bildungsarbeit zurück und präsentierte ein Programm, das gesellschaftliche Entwicklungen ebenso wie individuelle Bedürfnisse aufgriff. Entspannungsangebote, kreative Kurse wie Afrikanisches Trommeln und die Schreibwerkstatt zeigten die Vielfalt, ergänzt durch Themen wie Hochsensibilität, nachhaltigen Konsum und regionale Identität („Wui küert Platt“). Der Bereich digitaler Kompetenzen wuchs deutlich – von App-Nutzung bis zu Internetrecherche und Skype. Zudem prägten zahlreiche Deutsch- und Integrationskurse das Programm und unterstrichen die gesellschaftliche Verantwortung der VHS in bewegten Zeiten.



Programmheft von 2021 mit neuem Logo

Gut zu wissen... Die „vhs Ravensberg“ bekommt ein neues Corporate Design. Der Grund für ein neues Erscheinungsbild ist, dass der Deutsche Volkshochschul-Verband (DVV) mit einer eigenen Dachmarke allen Volkshochschulen bundesweit erstmalig einen gemeinsamen Markenauftritt zur Verfügung stellt. Die positive Marke schafft Verbundenheit und hilft, sich in der öffentlichen Wahrnehmung von vergleichbaren Weiterbildungsanbietern abzusetzen und schafft es gleichwohl, den regionalen Bezug zu unterstreichen. Das neue Logo visualisiert programmatisch, wofür die vhs Ravensberg seit 50 Jahren steht: für Begegnungen der Menschen vor Ort und online, Lebendigkeit, Vielfalt und lebenslanges Lernen. Ein Zeichen für regionale Verankerung und die gemeinsame Bildungsarbeit, die alle Kommunen verbindet.



Volkshochschule Ravensberg
Borgholzhausen | Halle (Westf.)
Steinhagen | Versmold | Werther

Gut zu wissen... seit 1976



Besuchte 2014 den Sprachkurs
„Französisch A1 Stufe 3“

Die Volkshochschule

Vielleicht der Beginn von etwas ganz Großem.

Lass dir die Worte auf der Zunge zergehen.
Fremdsprachen sind das beste Rezept für inter-
nationale Karrieren. Wähle aus unserem Menü.



Volkshochschule Ravensberg
Borgholzhausen | Halle (Westf.)
Steinhagen | Versmold | Werther

Gut zu wissen...



vhs goes green 2
Klimaschutzwissen
für alle!

*Entdecken Sie
unsere Kurse im
Umweltbereich!*

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Wirtschaft
und Klimaschutz



NATIONALE
KLIMASCHUTZ
INITIATIVE

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Energie für kluge Köpfe

Gemeinde
WERKE Steinhausen
www.gs-werke.de





RETRO-KURSE

Feiern Sie mit uns die gute alte Zeit und 50 Jahre vhs Ravensberg!

In unserer Jubiläums-Rubrik Retro-Kurse bringen wir die 70er-, 80er- und 90er-Jahre zurück ins Programm. Tauchen Sie ein in die Welt des **Ikebana** und lassen Sie Ihre Blumen sprechen – ganz im Sinne der Achtsamkeit aus den 70er Jahren. Oder werden Sie kreativ mit **Batik** und zeigen Sie, dass Sie der wahre Hippie Ihrer Nachbarschaft sind! **Hula-Hoop** ist nicht nur etwas für Kinder – in den 80ern wussten wir das schon! Bringen Sie die Hüfte zurück ins Spiel und drehen Sie mit uns die Reifen.

Und für die strategischen Köpfe unter Ihnen: Unsere **Boule-Kurse** sind der perfekte Einstieg in das französische Flair, das seit den 90ern unsere Freizeit erobert hat. Abgerundet wird das Programm durch gemütliche **Spieleabende auf Spanisch**, bei denen Nostalgie, Spaß und Gemeinschaft im Mittelpunkt stehen.

31445	Qigong	Mo, 02.02.26	S. 132
32340	Zumba – Ein Tanz- und Bewegungskurs für Frauen aller Kulturen	Mo, 02.02.26	S. 132
31460	Tai Chi – für Anfänger*innen und Fortgeschrittene	Do, 05.02.26	S. 133
32140	Haltungs- und Wirbelsäulengymnastik	Do, 05.02.26	S. 137
31035	Hatha-Yoga mit Anusaraelementen	Fr, 06.02.26	S. 124
31026	ZEN-Meditation, ein Weg zu sich selbst	Sa, 07.02.26	S. 121
31022	Autogenes Training – Grundstufe	Mi, 11.02.26	S. 120
31000	Progressive Muskelentspannung für Einsteiger*innen	Mi, 18.02.26	S. 119
25000	Batiken & Shibori	Sa, 21.02.26	S. 92
32580	Hula-Hoop – Schnupperworkshop – für Anfänger*innen	Sa, 21.02.26	S. 146
27150	Blockflöten-Kurs	Mo, 02.03.26	S. 101
32590	Hula-Hoop – Schnupperworkshop – für Anfänger*innen	Sa, 14.03.26	S. 146
23000	Frühling und Ostern mit Origami	So, 15.03.26	S. 85
61000	Osterwerkstatt „Die Häschenschule“	Di, 17.03.26	S. 220
37300	Fermentieren: Sauerteig, Käse und Co.	Di, 17.03.26	S. 160
62010	Treffpunkt Küche: Pfannkuchen-Allerlei	Do, 19.03.26	S. 221
24515	Ikebana – die Kunst des japanischen Blumenstellens	Sa, 21.03.26	S. 91
45150	Spieleabend auf Spanisch (ab A2) – in den Osterferien	Di, 07.04.26	S. 182
31446	Qigong	Mo, 13.04.26	S. 132
32620	Boule, spannend, kommunikativ und gesellig	Mo, 13.04.26	S. 146
32345	Zumba – Ein Tanz- und Bewegungskurs für Frauen aller Kulturen	Mo, 13.04.26	S. 142
52120	Fit am PC – für Anfänger*innen	Di, 14.04.26	S. 199
52125	Fit am PC – für Anfänger*innen	Di, 14.04.26	S. 199
32630	Boule, spannend, kommunikativ und gesellig	Di, 14.04.26	S. 147
42400	The Soundtrack of a Generation: Rock Music in the 60s & 70s	Di, 14.04.26	S. 178
32640	Boule, spannend, kommunikativ und gesellig	Mi, 15.04.26	S. 147
32595	Hula-Hoop – für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen	Mo, 27.04.26	S. 146

24510	Ikebana – die Kunst des japanischen Blumenstellens	Sa, 09.05.26	S. 161
37500	Surprise! Jubiläumskurs 50 Jahre vhs Ravensberg	Do, 21.05.26	S. 161
10555	75 Jahre Bundesrepublik Deutschland: Eine einzigartige	Fr, 29.05.26	S. 45
37510	„Männer an die Töpfe“ - Surprise! Jubiläumskurs 50 Jahre vhs	Do, 11.06.26	S. 161
52360	Tastschreiben in 6 Stunden	Fr, 12.06.26	S. 201
37690	Was Großmutter noch wusste – Einkochen und Einmachen	Di, 16.06.26	S. 166
25005	Batiken & Shibori	Sa, 20.06.26	S. 92



Kurse in den Sommerferien

Keine Zeit für Langeweile!

21010	Digitale Spiegelreflexfotografie	Sa, 18.07.26	S. 73
27120	Ukulele spielen leicht gemacht	Sa, 18.07.26	S. 100
27130	Ukulele fresh-up	Sa, 18.07.26	S. 101
22130	Acrylmalerei, Strukturtechniken	Mo, 20.07.26	S. 81
32680	Wandern und Yoga im Teutoburger Wald	Mo, 20.07.26	S. 148
43005	Bonnes vacances! (A1.2) – Französisch nicht nur für den Urlaub	Mo, 20.07.26	S. 180
46005	Niederländisch für den Urlaub (A1)	Mo, 20.07.26	S. 184
22170	Acrylmalerei	Mo, 20.07.26	S. 83
32267	Fit-Mix Sommer-Special	Mo, 20.07.26	S. 141
52400	Sommerzeit – Reisezeit: Unterwegs im Internet – Digital-Bonbons	Di, 21.07.26	S. 202
16072	Musik, Wissenschaft und Technik	Di, 21.07.26	S. 57
31234	Yin Yoga im Sommer	Mi, 22.07.26	S. 128
32262	Faszientraining für mehr Beweglichkeit – Sommer-Special	Mi, 22.07.26	S. 140
31235	Yin & Yang Yoga im Sommer	Mi, 22.07.26	S. 129
14010	Das Wasser des Sommers	Mi, 22.07.26	S. 48
52405	Einkauf online und vor Ort – Digital-Bonbons – Sommermischung	Do, 23.07.26	S. 202
31287	Sommerflow – Yoga im Park	Do, 23.07.26	S. 130
48500	Chinesisch für den Urlaub (A1)	Mo, 27.07.26	S. 188
52410	Mediatheken, Audiotheken, Podcast – Digital-Bonbons	Di, 28.07.26	S. 202
64500	Familien entdecken die Dr. Oetker Welt	Mi, 29.07.26	S. 228
52415	Passwörter – immer noch am Start! – Sommermischung	Do, 30.07.26	S. 225
22210	Böckstiegels Landschaften neu entdecken	Do, 20.08.26	S. 84
64000	Fledermäuse – heimliche Nachtschwärmer auf der Burg Ravensberg	Di, 25.08.26	S. 225
32263	Faszientraining für mehr Beweglichkeit – Sommer-Special	Mi, 26.08.26	S. 140
64005	Fledermäuse – heimliche Nachtschwärmer auf der Burg Ravensberg	Mi, 26.08.26	S. 225
64010	Fledermäuse – heimliche Nachtschwärmer auf der Burg Ravensberg	Do, 27.08.26	S. 225
56220	Lautlose Jäger der Nacht – Fledermauswanderung im Stadtpark	Fr, 28.08.26	S. 212
64015	Fledermäuse – heimliche Nachtschwärmer auf der Burg Ravensberg	Fr, 28.08.26	S. 225

vhs Termine

ANMELDUNG | Terminübersicht Frühjahr/Sommer 2026

Volkshochschule Ravensberg
Kiskerstraße 2 | 33790 Halle (Westf.)
Tel. 05201 8109-0
E-Mail: post@vhs-ravensberg.de
www.vhs-ravensberg.de

Öffnungszeiten

Mo. - Fr.: 09:00 - 12:30 Uhr
Mo., Di. + Do.: 14:00 - 16:00 Uhr

WICHTIG für Anmeldungen:

Sie haben die Möglichkeit, sich persönlich, online über Ihren persönlichen Login, telefonisch, schriftlich oder per E-Mail anzumelden.

Für die Teilnahme an kostenpflichtigen Veranstaltungen benötigen wir ein SEPA-Lastschriftmandat. Eine Zahlung per Überweisung ist nicht möglich.

vhs

Volkshochschule Ravensberg
Borgholzhausen | Halle (Westf.)
Steinhagen | Versmold | Werther

Gut zu wissen... seit 1976

50

Verschenken Sie Bildung!

Gutscheine können über einen Wunschbetrag oder für einen bestimmten Kurs erstellt werden.

Wir beraten Sie gern!

Kiskerstr. 2 | 33790 Halle (Westf.) | Tel. 05201 8109-0
www.vhs-ravensberg.de




Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			01.01.	02.01.	03.01.	04.01.
05.01.	06.01.	07.01.	08.01.	09.01.	10.01.	11.01.
12.01.	13.01.	14.01.	15.01.	16.01.	17.01.	18.01.
19.01.	20.01.	21.01.	22.01.	23.01.	24.01.	25.01.
26.01.	27.01.	28.01.	29.01.	30.01.	31.01.	01.02.
02.02.	03.02.	04.02.	05.02.	06.02.	07.02.	08.02.
09.02.	10.02.	11.02.	12.02.	13.02.	14.02.	15.02.
16.02.	17.02.	18.02.	19.02.	20.02.	21.02.	22.02.
23.02.	24.02.	25.02.	26.02.	27.02.	28.02.	01.03.
02.03.	03.03.	04.03.	05.03.	06.03.	07.03.	08.03.
09.03.	10.03.	11.03.	12.03.	13.03.	14.03.	15.03.
16.03.	17.03.	18.03.	19.03.	20.03.	21.03.	22.03.
23.03.	24.03.	25.03.	26.03.	27.03.	28.03.	29.03.
30.03.	31.03.	01.04.	02.04.	03.04.	04.04.	05.04.
06.04.	07.04.	08.04.	09.04.	10.04.	11.04.	12.04.
13.04.	14.04.	15.04.	16.04.	17.04.	18.04.	19.04.
20.04.	21.04.	22.04.	23.04.	24.04.	25.04.	26.04.
27.04.	28.04.	29.04.	30.04.	01.05.	02.05.	03.05.
04.05.	05.05.	06.05.	07.05.	08.05.	09.05.	10.05.
11.05.	12.05.	13.05.	14.05.	15.05.	16.05.	17.05.
18.05.	19.05.	20.05.	21.05.	22.05.	23.05.	24.05.
25.05.	26.05.	27.05.	28.05.	29.05.	30.05.	31.05.
01.06.	02.06.	03.06.	04.06.	05.06.	06.06.	07.06.
08.06.	09.06.	10.06.	11.06.	12.06.	13.06.	14.06.
15.06.	16.06.	17.06.	18.06.	19.06.	20.06.	21.06.
22.06.	23.06.	24.06.	25.06.	26.06.	27.06.	28.06.
29.06.	30.06.	01.07.	02.07.	03.07.	04.07.	05.07.
06.07.	07.07.	08.07.	09.07.	10.07.	11.07.	12.07.
13.07.	14.07.	15.07.	16.07.	17.07.	18.07.	19.07.
20.07.	21.07.	22.07.	23.07.	24.07.	25.07.	26.07.
27.07.	28.07.	29.07.	30.07.	31.07.	01.08.	02.08.
03.08.	04.08.	05.08.	06.08.	07.08.	08.08.	09.08.
10.08.	11.08.	12.08.	13.08.	14.08.	15.08.	16.08.
17.08.	18.08.	19.08.	20.08.	21.08.	22.08.	23.08.
24.08.	25.08.	26.08.	27.08.	28.08.	29.08.	30.08.
31.08.	01.09	02.09	03.09	04.09	05.09	06.09

Feiertage 2026

- 01.01. Neujahr
- 03.04. Karfreitag
- 05.-06.04. Ostern
- 01.05. Tag der Arbeit
- 14.05. Christi Himmelfahrt
- 24.-26.05. Pfingstferien
- 04.06. Fronleichnam

Die Geschäftsstelle ist in den Sommerferien vom 03.08. bis 21.08. geschlossen.

 = Semesterbeginn

 = Unterrichtsfreie Tage

vhs vor Ort

vhs vor Ort

Wir kommen wieder zu Ihnen nach Borgholzhausen, Halle, Steinhagen, Versmold und Werther!

Bei der Verteilung der druckfrischen Programme werden wir in diesem Semester wieder tatkräftig von der Bürgermeisterin oder dem Bürgermeister Ihres Heimatortes unterstützt.

Verteilung der Programmhefte

Borgholzhausen:

Fr, 23.01.26 | 15:00-17:00 Uhr
EDEKA Niehoff, Jammerpatt 2

Halle:

Fr, 16.01.26 | 10:00-12:00 Uhr
Marktkauf Speicher, Gartenstr. 3

Steinhagen:

Fr, 16.01.26 | 10:00-12:00 Uhr
Combi, Woerdener Str. 10

Versmold:

Fr, 09.01.26 | 16:00-18:00 Uhr
Combi, Kämpenstr. 9

Werther:

Di, 13.01.26 | 14:30-16:00 Uhr
Rewe/Aldi, Engerstr. 65



Die Volkshochschule steht für Qualität

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015

Das Qualitätsmanagement (QM) der Volkshochschule Ravensberg ist bereits seit vielen Jahren fester Bestandteil unserer Arbeit. Wir sind ein nach DIN EN ISO 9001:2015 zertifizierter und zugelassener Weiterbildungsträger. Von der Kursplanung über die Organisation bis zur Durchführung der Kurse ist unsere Arbeit an den Bedürfnissen unserer Teilnehmenden ausgerichtet. Ziel ist die systematische und kontinuierliche Verbesserung des Angebots und der Organisation.

Als weltweit anerkannter Qualitätsstandard gewährleistet die Zertifizierung nach DIN EN ISO 9001:2015, dass die Volkshochschule bei der Entwicklung und Durchführung von Veranstaltungsangeboten stets sehr hohe Qualität bietet, optimale Arbeitsprozesse ausführt und bewährte Managementmethoden einsetzt.

Im Jahr 2025 wurde unser Qualitätsmanagementsystem erfolgreich rezertifiziert. Um kontinuierliche Qualität zu gewährleisten, erfolgt einmal jährlich eine Begutachtung durch eine externe Auditorin der CERTQUA (Gesellschaft der Deutschen Wirtschaft zur Förderung und Zertifizierung von Qualitätssicherungssystemen in der Beruflichen Bildung mbH).

Ansprechpartner*innen:

Britta Lechte
(QM-Beauftragte)

Stefan Kuntze (Leiter der
Volkshochschule)





Mensch Kultur Länder



Die Volkshochschulen
verstehen sich als
demokratische Orte
des sozialen und
politischen Lernens.

INHALT	Verbandskommunen	32
	Stadtführungen	33
	Jahresauftakt	36
	Bibliotheken	37
	Infos für Dozent*innen	39
	Zeitgeschehen, Politik, Gesellschaft	39
	Literatur, Lesung, Vorträge, Film	43
	Persönlichkeitsentwicklung	46
	Ratgeber	47
	Schreiben, Lesen	48
	Fotografie	49
	vhs.wissen live	50
	Vortragsreihe Länder und Menschen	58
	Länder, Vorträge	63
	Lust auf Heimat	65



Verbandsgemeinden

Neubürgerempfang

Eine Informationsveranstaltung für Bürgerinnen und Bürger in ihrer neuen Heimat

Traditionell werden in allen fünf Verbandsstädten und Gemeinden die Neubürgerinnen und Neubürger im Rahmen eines Neubürgerempfangs regelmäßig willkommen geheißen. Dazu lädt in jeder Stadt und Gemeinde die Bürgermeisterin oder der Bürgermeister zu unterschiedlichsten Veranstaltungen mit Rahmenprogramm ein. Ein neuer Wohnort ist also auch immer ein spannender Anfang in einer neuen Stadt mit ihrer unbekannteren Umgebung. Entdecken Sie Ihre neue Heimat beim Neubürgerempfang. Bitte erfragen Sie Thema und Termin Ihres Neubürgerempfangs im Rathaus Ihrer Kommune.

Empfang für Neubürger*innen in Borgholzhausen

Informationsveranstaltung

Dirk Speckmann, Svitlana Witt

Weitere Informationen, Treffpunkt, Termine und Anmeldung zum Neubürgerempfang im Rathaus Ihrer Stadt Borgholzhausen:

Bürgermeisterbüro

Ansprechpartnerin: Frau Peters

Telefon: 05425 / 807-0

Mail: kontakt@borgholzhausen.de

Webseite: www.borgholzhausen.de



Empfang für Neubürger*innen in Halle Informationsveranstaltung

Thomas Tappe, Stefan Kuntze

Weitere Informationen, Treffpunkt, Termine und Anmeldung zum Neubürgerempfang im Rathaus Ihrer Stadt Halle (Westf.):

Kulturbüro

Ansprechpartnerin: Frau Krause

Telefon: 05201 / 183-171

Mail: kulturbuero@hallewestfalen.de

Webseite: www.hallewestfalen.de



Empfang für Neubürger*innen in Steinhagen

Informationsveranstaltung

Sarah Süß, Daina Lechthoff

Sa., 09.05.26, 10:00 Uhr

Weitere Informationen, Treffpunkt, Termine und Anmeldung zum Neubürgerempfang im Rathaus Ihrer Gemeinde Steinhagen:

Bürgermeisterbüro

Ansprechpartnerin: Frau Mazurkewitz

Telefon: 05204 / 997-0

Mail: info@steinhagen.de

Webseite: www.steihagen.de





Empfang für Neubürger*innen in Werther

Informationsveranstaltung

Veith Lemmen, Jan Rakelmann

Weitere Informationen, Treffpunkt, Termine und Anmeldung zum Neubürgerempfang im Rathaus Ihrer Stadt Werther:

Bürgermeisterbüro

Ansprechpartnerin: Frau Wursthorn

Telefon: 05203 / 705-0

Mail: info@stadt-werther.de

Webseite: www.stadt-werther.de



... zum Leben und Genießen

Empfang für Neubürger*innen in Vermold

Informationsveranstaltung

Michael Meyer-Hermann, Britta Lechte

Weitere Informationen, Treffpunkt, Termine und Anmeldung zum Neubürgerempfang im Rathaus Ihrer Stadt Vermold:

Bürgermeisterbüro

Ansprechpartnerinnen: Frau Brunswicker,

Frau Thiehoff

Telefon: 05423 / 954-0

Mail: mail@vermold.de

Webseite: www.vermold.de



**Stadt
Vermold**

... wacht Appetit!

Stadtführungen

Stadtführungen in Borgholzhausen

Wie? Sie kennen Borgholzhausen noch nicht? Oh je! Da haben Sie wirklich etwas verpasst. Denn Borgholzhausen gilt zu Recht als „Das Herz des Teutoburger Waldes“. Gründe dafür gibt es viele. Zunächst einmal liegt die Stadt einfach herrlich mitten im Teutoburger Wald. Und wer sich dem alten „Pium“, wie das Städtchen von seinen Bürger*innen liebevoll genannt wird, nähert, spürt sofort, dass das Herz des Teutos genau hier schlägt. Übrigens: Die Borgholzhauser Stadtführer*innen sind sehr flexibel – wenn Sie es wünschen, entwickeln sie auch eine Tour, passgenau auf Sie zugeschnitten.

Information & Buchung:

Stadt Borgholzhausen

Ansprechpartnerin: Anne Waldow

Telefon: 05425 / 807468

Mail: anne.waldow@borgholzhausen.de

Webseite: www.borgholzhausen.de

Stadtführungen in Halle

Entdecken Sie Halle (Westf.) aus völlig neuen Blickwinkeln! Unsere Stadtführer*innen zeigen Ihnen mit viel Engagement und Herzblut historische Schätze, versteckte Ecken und teilen mit Ihnen spannende Geschichten und amüsante Anekdoten. Ob Einzelpersonen oder Gruppen, von nah oder fern, mit dem Rad oder zu Fuß, erleben Sie Halle neu und lassen sich von der charmanten Vielfalt verzaubern.

Information & Buchung:

Stadt Halle (Westf.)

Ansprechpartnerin: Beate Gunia

Telefon: 05201 / 183-157

Mail: Beate.Gunia@hallewestfalen.de

Webseite: www.haller-leben.de



Stadtführungen in Steinhagen

Die über 750-jährige Geschichte Steinhagens hält so manche Anekdote bereit. Ob auf den Spuren der Mönche oder der alten Brennereien, auf dem Leberblümchenweg oder auf einer individuell ausgearbeiteten „Wunschführung“ – es gibt viel zu entdecken. Das aktuelle Jahresprogramm finden Sie im Rathaus oder auf der Homepage der Gemeinde Steinhagen.

Die Anmeldung zu den offenen Führungen erfolgt über die jeweiligen Stadtführer*innen.

Information & Buchung:

Gemeinde Steinhagen

Ansprechpartnerin: Jacqueline Lewald

Telefon: 05204 / 997184

Mail: jacqueline.lewald@steinhagen.de

Webseite: www.steihagen.de

Stadtführungen in Versmold

Was macht Versmold so besonders? Versmold hat viele unbekannte und überraschende Seiten, die entdeckt werden wollen. Solche, die im Stadtbild nicht mehr präsent sind, wohl aber erzählt werden können. Geschichten von der Seefahrt, für die das Segeltuch in Versmold hergestellt wurde. Oder vom Salzschnuggel, der mit Versmolds ausgeprägter Grenzlage zu tun hatte. Geschichten, die erstaunen und überraschen. Stadtführungen bringen Licht ins Dunkel. Sie öffnen die Augen für Verborgenes, sie richten den Blick in eine unbekanntere Vergangenheit. Sie erzählen vom Leben der Menschen in unterschiedlichen Zeiten. Sie machen mit Versmold vertraut und erwecken die Stadtgeschichte zum Leben. Alle Stadtführungen finden Sie auf der Homepage der Stadt Versmold. Die Anmeldung zu den Führungen erfolgt über die jeweiligen Stadtführer*innen.

Information & Buchung:

Ansprechpartnerin: Stefanie Krumkühler

Telefon: 0171 / 4442505

Mail: s.krumkuehler@gmx.net

Webseite: www.versmold.de

Stadtführungen in Werther

Werther in Westfalen hat viel zu bieten. Zusammen mit unseren Stadtführer*innen entdecken und erleben Sie interessante Geschichten und die historische Vielfalt in unserer Stadt. Elf ausgebildete Stadtführer*innen haben sich intensiv mit der Geschichte der Stadt beschäftigt und stehen Ihnen mit umfassendem Hintergrundwissen und zahlreichen Informationen zur Seite. Auch spezielle Fragen und Wünsche Ihrer Gruppe werden selbstverständlich bei jeder Führung berücksichtigt. Die Stadtführungen können Sie direkt bei den einzelnen Stadtführer*innen buchen. Termine und Details sprechen Sie direkt mit Ihnen ab. Kontaktdaten und weitere Informationen finden Sie auf der Webseite der Stadt Werther.

Information & Buchung:

Stadt Werther

Ansprechpartner: Stefan Meier

Telefon: 05203 / 705-22

Mail: stefan.meier@stadt-werther.de

Webseite: www.stadt-werther.de

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:





*Eine Stadt zeigt ihr
wahres Gesicht nur
dem, der sie zu Fuß
erkundet.*





Jahresauftakt

**Lösungsorientiert –
Konfrontation des Unmöglichen
Multivision**

Jahresauftakt 2026 mit Jost Kobusch

Jost Kobusch spricht über seine Erfahrungen aus der extremen Bergwelt und teilt seine Strategien für Resilienz und Durchhaltevermögen. Er vermittelt, wie man das Unmögliche in bewältigbare Schritte zerlegt und trotz widriger Umstände fokussiert bleibt. In diesem packenden Vortrag zeigt Jost Kobusch anhand spektakulärer Bilder aus einer atemberaubenden Bergwelt, wie mentale Stärke, maximale Motivation und rasiermesserscharfer Fokus den Weg zum Ziel ebnen – Erkenntnisse die inspirieren und Denkanstöße für eigene Wege im Privaten wie im Beruflichen bieten.

Jost Kobusch ist ein außergewöhnlicher Extrembergsteiger und Alpinist, der für seine Solo-Besteigungen in großen Höhen bekannt ist. Mit seinem minimalistischen Ansatz und der Fokussierung auf Winterbegehungen, neue Routen und unbestiegene Gipfel hat er sich in der internationalen Bergsteigerszene einen Namen gemacht. Seine bemerkenswerten Leistungen führten 2018

zu seiner Nominierung für den Piolet d'Or, die höchste Auszeichnung im Alpinismus.

Der ca. 60-minütige Vortrag inkl. Fragerunde findet ohne Pause statt. Danach signiert Jost Kobusch im Foyer Bücher und Autogrammkarten und steht gerne für weitere Gespräche zur Verfügung.

Am Veranstaltungsabend gibt es keinen Getränkeverkauf. Es gilt freie Platzwahl. Einlass ist ab 18:30 Uhr.

Die Veranstaltung wird durch die Kulturförderung der Kreissparkasse Halle-Wiedenbrück unterstützt.

10015 Fr., 06.02.26, 19:30-21:00 Uhr
Steinhagen, Realschule, Aula,
Laukshof 10
15,00 (10,00) €

Voranmeldung empfohlen.
Abendkasse bei nicht ausverkaufter
Veranstaltung.

 Kreissparkasse
Halle-Wiedenbrück



Bibliotheken

Spielerabend in der Stadtbücherei Halle (Westf.)

in Kooperation mit den Bibliotheken im Altkreis Halle

Die Stadtbücherei Halle (Westf.) lädt herzlich zu ihrem Spielerabend ein – offen und kostenfrei für alle Interessierten. Eigene Spiele können gerne mitgebracht werden, zusätzlich steht das umfangreiche Spielesortiment der Bücherei zur Verfügung. Die dort gespielten Spiele können im Anschluss auch ausgeliehen werden. Mit diesem regelmäßigen Angebot möchten wir die Bücherei zu einem lebendigen Treffpunkt machen und einen Ort der Gemeinschaft und Begegnung schaffen. Der Spielerabend findet jeden zweiten Dienstag im Monat von 19:00 bis 21:00 Uhr statt. Eine Anmeldung ist in der Stadtbücherei Halle, telefonisch unter 05201.183-252 oder per E-Mail an stadtbuecherei@hallewestfalen.de möglich.



(Deine) Bibliothek in der Hosentasche

Ihre Bibliothek bietet Ihnen nicht nur viele Medien vor Ort, sondern auch zahlreiche digitale Angebote. Manchmal tauchen beim Ausprobieren Fragen auf:

Was bietet die OnleiheOWL? Welche Streamingportale bietet meine Bibliothek an und wie funktionieren sie? Welche Geräte sind für was geeignet und wie meldet man sich an?

Unter dem Motto „Deine Bibliothek in der Hosentasche“ bieten die Bibliotheken Informationsabende an, an denen die verschiedenen Angebote vorgestellt werden. Gerne werden auch Fragen beantwortet und Hilfestellung zu den ersten Schritten auf dem eigenen Gerät gegeben. Die Stadtbücherei Halle, die Gemeindebibliothek Steinhagen, die Stadtbibliothek Versmold und die Stadtbibliothek Werther bieten im Wechsel diese Informationsveranstaltungen an. Die Teilnahme ist kostenlos und unabhängig von einer Mitgliedschaft in der jeweiligen Bibliothek. Mehr Informationen und aktuelle Termine über die Webseiten der Bibliotheken.

Termine:

18.06.2026, 19:00 Uhr Gemeindebibliothek Steinhagen

24.06.2026, 19:00 Uhr Stadtbibliothek Werther

08.07.2026, 19:00 Uhr Stadtbücherei Halle

16.07.2026, 19:00 Uhr Stadtbibliothek Versmold

Anmeldung für die Veranstaltung und weitere Infos direkt in Ihrer Bibliothek vor Ort. Mindestteilnehmendenzahl liegt bei 3 Personen.



Lesung mit Alexa Hennig von Lange

Alexa Hennig von Lange

Die vielfach ausgezeichnete Autorin Alexa Hennig von Lange stellt an diesem Abend ihre bewegende ›Heimkehr‹-Trilogie vor – ein großes Erzählprojekt über Herkunft, Erinnerung und den Einfluss der Vergangenheit auf die Gegenwart. Inspiriert von der Lebensgeschichte ihrer eigenen Großmutter, die diese im hohen Alter auf mehr als einhundertdreißig Tonbandkassetten aufgenommen hat, verwebt sie Familiengeschichte und NS-Zeit zu einer packenden Erzählung. Es geht um die Leiterin eines nationalsozialistischen Frauenbildungsheims, die Ende der 1920er Jahre ein jüdisches Mädchen bei sich aufnimmt und wie ihr eigenes Kind aufzieht. Jahrzehnte später setzt sich ihre Enkelin Isabell mit dieser komplexen und widersprüchlichen Geschichte auseinander. Alexa Hennig von Lange, geboren 1973, wurde mit ihrem Debütroman ›Relax‹ (1997) zu einer der erfolgreichsten Autorinnen ihrer Generation. Seitdem hat sie mehr als 25 Romane veröffentlicht, die in mehrere Sprachen übersetzt wurden.



Bei DuMont erschien zuletzt die ›Heimkehr‹-Trilogie: ›Die karierten Mädchen‹ (2022), ›Zwischen den Sommern‹ (2023) und ›Vielleicht können wir glücklich sein‹ (2024). Die Schriftstellerin lebt mit ihrem Mann und ihren fünf Kindern in Berlin.

Weitere Infos unter: <https://steinhagen.bibliotheca-open.de/Veranstaltungen/Lesungen>
Anmeldung über Bibliothek Steinhagen:
Telefon 05204 997160 oder im Internet auf steinhagen.bibliotheca-open.de

10030 Do., 12.03.26, 19:30-21:00 Uhr
Steinhagen, Gemeindebibliothek,
Kirchplatz 26 a

Bücherfrühling – Lust auf neue Bücher?

Annemarie Stoltenberg

Die bekannte Literaturkritikerin Annemarie Stoltenberg stellt auch in diesem Frühling ihre persönliche Auswahl der Neuerscheinungen 2026 vor. Im charmanten Plauderton präsentiert sie die Titel, die man nicht verpassen sollte und gibt Empfehlungen für alle, die gern lesen und Bücher verschenken. Literarische Entdeckungen, Schmöcker, spannende Krimis, Sachbücher – für jeden ist etwas dabei. Alle empfohlenen Titel können vor Ort entliehen oder am Büchertisch der Buchhandlung am Schlichte-Carree käuflich erworben werden. Weitere Infos unter: <https://steinhagen.bibliotheca-open.de/Veranstaltungen/Lesungen>
Anmeldung über Bibliothek Steinhagen: Telefon 05204 997160 oder im Internet auf steinhagen.bibliotheca-open.de

10035 Di., 17.03.26, 19:30-21:00 Uhr
Steinhagen, Gemeindebibliothek,
Kirchplatz 26 a



Infos für Dozent*innen

Werden Sie Dozent*in bei der
vhs Ravensberg!

Info-Abend für Interessierte

Stefan Kuntze

Haben Sie Interesse daran, einen Kurs an unserer VHS zu leiten, sind aber nicht sicher, wie das genau abläuft? Ganz gleich, ob Sie ein Talent für Sprachen haben, sich gut mit Computern und digitalen Themen auskennen, ein besonderes Interesse an Politik oder Geschichte haben, sportlich aktiv sind und eine Vorliebe für Gesundheitsthemen haben oder kreativ sind: Bei uns haben Sie die Möglichkeit, Ihr Wissen und Ihre Begeisterung mit anderen zu teilen. Heute geben Ihnen unsere Mitarbeiter*innen der vhs Ravensberg einen umfassenden Einblick in die Tätigkeit als Dozent*in und erläutern den Weg dorthin. Wir besprechen, was es zu beachten gibt, und klären die organisatorischen Rahmenbedingungen an unserer Volkshochschule. Außerdem bleibt viel Raum für Ihre Fragen und einen offenen Austausch. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

10045 Mi., 22.04.26, 18:00-19:30 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum, Kiskerstr. 2
gebührenfrei

Zeitgeschehen · Politik · Gesellschaft

Demokratie MITgestalten –

Wie wird man sachkundige*r Bürger*in?

Dr. Heinz-Ulrich Kammeier, Stefan Kuntze

Warum liegt im Park eigentlich so viel Müll herum? Wieso gibt es in meinem Viertel kaum Sitzmöglichkeiten zum Treffen? Und weshalb funktionieren die Straßenlampen seit Wochen nicht richtig? Viele Menschen stellen sich solche Fragen – Tag für Tag. Doch was kann ich eigentlich selbst tun, damit sich etwas ändert? Sich zu ärgern oder die Schuld weiterzugeben bringt selten Lösungen. In dieser Veranstaltung geht es deshalb um ganz konkrete Wege, wie Menschen das Leben in ihrer Heimatstadt oder -gemeinde aktiv mitgestalten können. Sachkundige Bürger*innen berichten von ihrem persönlichen Einstieg in die Lokalpolitik, beantworten Fragen und zeigen auf, welche Möglichkeiten es gibt, sich einzubringen und das Zusammenleben vor Ort positiv zu beeinflussen. Um eine Anmeldung wird gebeten.

10500 Mi., 18.02.26, 18:00-21:00 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr
Amshausen, Saal,
Tiergarten 44
gebührenfrei



Volksentscheid – wahre Demokratie oder Instrument emotionaler Fehlentscheidungen?

Vortrag und Diskussion

Dr. Heinz-Ulrich Kammeier


Soll „Stuttgart 21“ gebaut werden? Soll Großbritannien aus der Europäischen Union ausscheiden? Sollen 2026 Mittelstreckenraketen in Deutschland stationiert werden? Solche und ähnliche Fragen werden in der Regel von einem Ein- oder Zweikammer-Parlament entschieden und nicht von den Bürger*innen eines Staates. Aber ist das gerecht? Die Bürger*innen Baden-Württembergs entschieden, den umstrittenen Bahnhof in Stuttgart weiterzubauen – die Kosten sind explodiert. Die Mehrheit der Briten stimmte für den EU-Austritt – mit massiven Folgen. Und über die Stationierung von US-Mittelstreckenraketen entscheidet das Parlament, nicht das Volk. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Schweiz, wo Referenden selbstverständlich sind. Wäre dieses Modell nicht auch etwas für die Bundesrepublik Deutschland? Bei dieser Veranstaltung werden die Vor- und Nachteile einer direkten Demokratie erörtert, wobei Informationen, aber auch ein Meinungsaustausch im Vordergrund stehen. Sie richtet sich an politisch interessierte Menschen. Um eine Anmeldung wird gebeten.

10505 Fr., 27.02.26, 18:00-20:15 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Dachgeschoss, Alte Kirchstr. 4
gebührenfrei

Kinderverschickungen: Geschichte – Auswirkungen – Erinnerungen **Online-Vortrag inkl. Begleitmaterial**

Detlef Lichtrauter

Zwischen 1950 und 1990 wurden mehr als zehn Millionen Kinder in der Bundesrepublik Deutschland auf sogenannte Erholungskuren verschickt. Statt gesund, kehrten viele traumatisiert zurück. Esszwang und Toilettenverbot gehörten zum Alltag vieler Kinder, aber auch körperliche Strafen, Demütigungen, Erniedrigungen, Medikamentenmissbrauch und sexualisierte Gewalt – sogar Todesfälle sind dokumentiert. Viele leiden noch heute unter den Folgen der erlittenen Traumata. Detlef Lichtrauter, 1. Vorsitzender des Vereins „Aufarbeitung Kinderverschickungen NRW e.V.“ referiert über die Geschichte der Kinderverschickungen und den aktuellen Stand der Aufarbeitung im Bund und in NRW. Der Referent nimmt sich im Anschluss Zeit für Ihre Fragen. Ausführliches Begleitmaterial wird nach der Anmeldung per E-Mail verschickt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

10510  Online-Kurs
Mi., 04.03.26, 18:00-19:30 Uhr
gebührenfrei


Subtile Feindbilder – aktuelle Erscheinungsformen des Antisemitismus (online)

Prof. Christoph Wolf

Nahezu täglich wird in den Medien über Antisemitismus berichtet. Selten wird hierbei jedoch ersichtlich, was genau darunter zu verstehen ist. Häufig scheint es so, als trete Antisemitismus nur in bestimmten Kreisen auf - beispielsweise bei Neonazis. Jedoch geraten dabei gerade subtilere Erscheinungsformen schnell aus dem Blick. Konsens besteht in Gesellschaft und Politik darüber, dass nationalistischer oder biologisch begründeter Antisemitismus geächtet werden muss. Wie steht



es jedoch um subtilere Erscheinungsformen? (Alltags-) Antisemitismus wie zweideutige sog. Judenwitze, antisemitische Stereotype oder Klischees oder gegen das Existenzrecht Israels gerichteter Antisemitismus werden oft nicht erkannt, sind gesamtgesellschaftlich aber auch jenseits rechtsextremer oder islamistischer Milieus weit verbreitet. Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDienstag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

10515  Online-Kurs
Di., 10.03.26, 18:00-19:30 Uhr
gebührenfrei

US-Präsident Donald Trump – Was nun, Europa?

Vortrag und Diskussion

Dr. Heinz-Ulrich Kammeier

Viele Menschen hierzulande haben befürchtet, was im November 2024 eingetreten ist: Donald Trump ist erneut zum US-Präsidenten gewählt worden. Ein Mann, der im Wahlkampf Migranten vorwarf, Hunde und Katzen zu essen, ein verurteilter Straftäter, der Pornostars mit Geld zum Schweigen bringen wollte, der nach seiner Wahlniederlage 2021 einen Sturm auf das Kapitol befeuerte, bei dem es Tote gab. Wie konnte es sein, dass eine deutliche Mehrheit der Amerikaner und Amerikanerinnen so jemanden erneut zum Präsidenten wählte? Und welche Folgen hat das für Europa und die Welt? Diese und ähnliche Fragen sollen bei der Veranstaltung im Vordergrund stehen, die sich an politisch interessierte Menschen richtet. Neben Informationen aus den USA besteht die Möglichkeit zu einem Gedankenaustausch. Um eine Anmeldung wird gebeten.

10520 Fr., 13.03.26, 18:00-20:15 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Dachgeschoss, Alte Kirchstr. 4
gebührenfrei

„Erzähl mir von früher...!“

Wie man ein Gespräch mit Zeitzeug*innen führt und als Audio oder Video bewahrt

Dr. Katja Kosubek

Jede Lebensgeschichte ist eingebettet in die Zeitgeschichte. Was Menschen in „ihrer Zeit“ erlebt und gefühlt haben, ist in keinem Buch und keiner Zeitung nachzulesen – erzählte Erinnerungen sind daher ein kostbarer Schatz! Sie machen Geschichte lebendig. Dieser Kurs ermuntert Sie, Zeitzeugeninterviews zu führen - vor allem mit älteren (oder auch jüngeren) Menschen in Ihrem Bekanntenkreis. Das Ziel ist eine Tonaufnahme oder ein Video. Im Kurs bekommen Sie Tipps zur Vorbereitung und Gesprächsführung: Soll es im Interview um ein bestimmtes Thema gehen? Wie gestaltet man die Gesprächssituation? Worauf muss man achten? Ihnen wird ein Interview-Leitfaden zur Verfügung gestellt, den Sie selbst weiterentwickeln können. Außerdem erfahren Sie, wie man mit einfachen Mitteln ein Interview schneidet. Nicht zuletzt wird die Möglichkeit besprochen, das Interview - mit entsprechendem Einverständnis – zu veröffentlichen oder in einem Archiv zu hinterlegen.

10525 Mo., 23.03.26, 18:30-20:00 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise, Destille,
Kiskerstr. 2
gebührenfrei



Grundlagen des Islam

Seminar

Dr. Cemil Sahinöz

Der Begriff „Islam“ ist jedem aus den Nachrichten hinreichend bekannt, der persönliche Umgang mit Musliminnen und Muslimen ist alltäglich. Dennoch fehlt es häufig an elementaren Kenntnissen über die Religion des Islam. Das tatsächliche Wissen über den Islam ist eher rudimentär. Meinungen, Wissen und Vermutungen mischen sich. Oftmals fehlen eingehende Kenntnisse über das Verbreitungsgebiet des Islam oder Muhammads Biographie. Stattdessen verbindet man mit dem Islam in erster Linie die Türkei oder arabische Staaten. Um an einem Dialog mit dem Islam teilnehmen zu können, müssen jedoch Kenntnisse über den Islam vorhanden sein. Für die verantwortliche Teilnahme an Diskussionen sind außerdem Kenntnisse über die Moschee, den Koran und die fünf Säulen des Islam wichtig. An diesem einen Abend sollen wichtige Grundlagen vermittelt werden.

10530 Mi., 25.03.26, 18:00-19:30 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum, Kiskerstr. 2
7,50 (4,00) €

Wem kann man noch trauen? – Wie wir der Manipulation durch Fake News und Verschwörungserzählungen begegnen (online)

Alexander Fetting

Fake News und Verschwörungserzählungen verbreiten sich heute rasant über soziale Medien. Algorithmen verstärken emotional aufgeladene Inhalte wie Angst oder Empörung und erschweren die kritische Bewertung von Quellen. So können Falschinformationen Vertrauen in demokratische Institutionen untergraben. Der Vortrag zeigt Unterschiede zwischen beiden Phänomenen, erklärt fördernde gesellschaftliche Bedingungen und vermittelt Strategien zum Umgang damit. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

10535



Online-Kurs

Di., 26.05.26, 18:00-19:30 Uhr
gebührenfrei

Frauen über Frauen – eine Stadtführung In Zusammenarbeit mit den Stadtführerinnen aus Werther (Westf.) in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Werther (Westf.)

Wer war die erste Bäckermeisterin in Nordrhein-Westfalen? Wer hat die Landfrauen bundesweit vertreten? Wer war die erste Zigarrenfabrikantin in der Region? Die Gruppe der Stadtführerinnen aus Werther bietet im Rahmen des Weltfrauentages einen Spaziergang durch die Stadt Werther (Westf.) an. An verschiedenen Standorten wollen wir an Frauen erinnern, die durch ihre Aktivitäten und ihr Engagement Vorbildliches und Wichtiges für die Stadt, die Region und das Land geleistet haben. Sie waren Bäuerinnen, Handwerkerinnen oder Unternehmerinnen, häufig zu einer Zeit, als solche Tätigkeiten für Frauen noch gänzlich unüblich waren.



Literatur · Lesung · Vorträge · Film

Coco Chanel –

Der Beginn einer Leidenschaft

Filmabend zum Internationalen Frauentag in Zusammenarbeit mit den Gleichstellungsstellen der Städte Halle (Westf.) und Werther (Westf.) in Kooperation mit dem Haller Arbeitskreis für Frauenfragen, Frauenarbeit im ev. Kirchenkreis Halle (Westf.), LandFrauen vom Ortsverband Halle (Westf.), IMPULS

Sandra Werner

Die Frauen haben Verantwortung in schwierigen Zeiten übernommen und sich für die Belange der Menschen in ihrem Umkreis in vielfältiger Weise eingesetzt. Für ihr Engagement wurden manche öffentlich geehrt und sind im Ort bekannt, einige andere bisher unbekannte Frauen können bei diesem Gang durch den Ort ganz neu kennengelernt werden. An den verschiedenen Stationen des Rundgangs durch unsere Stadt wollen wir an diese Frauen erinnern und mit Zeitzeuginnen sprechen. Wir werden auch auf die Rolle der Frauen in den vergangenen Jahrhunderten eingehen. Am Ende laden wir zu einem Gedankenaustausch bei Kaffee und Tee in den Hof der Bürgerbegegnungsstätte „Haus Werther“ ein. Anmeldung über die Gleichstellungsstelle Werther.

10539 Sa., 07.03.26, 14:00-16:30 Uhr
Werther, Mobilstation (ZOB),
Alte Bielefelder Str. 28
5,00 €

Frankreich, Anfang des 20. Jahrhunderts: Eine junge Frau kämpft sich aus einfachsten Verhältnissen an die Spitze einer Welt, die von Männern dominiert wird – und verändert dabei die Modewelt für immer. Der Film erzählt die eindrucksvolle Lebensgeschichte von Gabrielle „Coco“ Chanel – von ihren Anfängen als Sängerin in Pariser Cafés bis hin zur Erschaffung eines revolutionären Modeimperiums. Mit Mut, Stilgefühl und einem unerschütterlichen Willen befreit sie Frauen von Korsett und Konventionen. Sie denkt anders, lebt frei und kleidet sich selbstbewusst – und wird zur Ikone einer neuen Weiblichkeit. „Coco Chanel“ ist mehr als ein Biopic: Passend zum Weltfrauentag ist der Film eine Einladung an alle Frauen, für die eigenen Träume zu kämpfen und sich von gesellschaftlichen Erwartungen nicht einschränken zu lassen. Es geht um Mut, Emanzipation, Kreativität und die Kraft, sich selbst neu zu erfinden.
FSK: ab 6 Jahre

10540 So., 08.03.26, 18:30-20:30 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise, Saal,
Kiskerstr. 2
gebührenfrei



Die Familien der anderen – Mein Leben in Büchern

In Zusammenarbeit mit den Gleichstellungsstellen der Städte Halle (Westf.) und Werther (Westf.), dem Kulturbüro der Stadt Halle (Westf.) und den LandFrauen vom Ortsverband Halle (Westf.)

Bücher sind aus Christine Westermanns Leben nicht mehr wegzudenken, obwohl ihr Weg zu ihnen eher einem Hindernislauf glich. Mit wunderbarer Selbstironie, elegant und ehrlich erzählt sie, wie sie zu den Büchern (und Thomas Mann) fand – und begibt sich dabei auf eine fesselnde Zeitreise in ihre eigene Familiengeschichte. An den »Zauberberg« von Thomas Mann hat sich Christine Westermann lange nicht herangewagt, obwohl er oben im Regal ihrer Eltern stand. Mit welchen Büchern ist sie aufgewachsen, welche sind bis heute mit ihrem Leben verknüpft? Warum hat das Lesen lange Zeit nur eine kleine Rolle in ihrem Leben gespielt? Wie kam sie dazu, Buchempfehlungen fürs Radio zu machen? Mit großer Verve schreibt Christine Westermann über die Lust zu lesen und die damit eng verbundene Neugier auf das Leben der anderen. Mit diesem Buch taucht sie ein in die wechselvolle Geschichte ihrer Familie – und in die vielen Bücher, die sie geprägt haben.

Einlass: 18:30 Uhr

Ticket für die Lesung von Christine Westermann erhalten Sie ausschließlich über Tel. 05201/183338 und

<https://tickettune.com/hallewestfalen/veranstaltungen/frauenkulturwochen/>

10545 Di., 24.03.26, 19:00-20:30 Uhr
Halle, Kreisgymnasium, Aula,
Neustädter Str. 2
20,00 (10,00) €

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:





Zu Besuch am rechten Rand Warum wählen Menschen AfD?

Lesung und Gespräch mit Sally Lisa Starken

Warum wählen Menschen AfD? Was lässt sie glauben, das Programm der AfD führe sie in eine bessere Zukunft? Und vor allem: Wie können die Menschen, die sich von ihr angesprochen fühlen, wieder erreicht werden? Auf der Suche nach Antworten macht Sally Lisa Starken das, was oft zu kurz kommt. Sie spricht mit AfD-Wähler*innen in ganz Deutschland und nicht nur über sie. Sie hört zu, erfährt die Lebensgeschichte dieser Menschen und fragt, wo genau die demokratischen Kräfte den Anschluss verloren haben.

Sally Lisa Starken ist freie Journalistin, Autorin, Podcasterin und Content Creatorin. Mit Leidenschaft für politische Bildung macht sie komplexe Themen verständlich – ob vor der Kamera, auf Bühnen oder in sozialen Medien. Ihr Ziel: Politik neu erzählen und zugänglicher machen, damit jede*r sie besser verstehen kann.

10550 Di., 12.05.26, 18:00-20:00 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise, Saal,
Kiskerstr. 2
10,00 (8,00) €

75 Jahre Bundesrepublik Deutschland: Eine einzigartige autographische Zeitreise

**Die Fußball-Weltmeisterschaft steht vor der Tür!
Buchvorstellung**

Dr. Heinz-Ulrich Kammeier

54, 74, 90, 2010... So sangen die „Sportfreunde Stiller“ 2010 aus Anlass der Fußball-Weltmeisterschaft in Südafrika. 16 Jahre später schickt sich die deutsche Nationalmannschaft erneut an, Großes zu erreichen. Oder scheidet sie wie 2018 und 2022 nach der Vorrunde aus? Wie das Turnier ausgeht, kann heute niemand sagen. Aber wir können Rückschau halten und uns an Legenden wie Helmut Rahn, Franz Beckenbauer, Lothar Matthäus, Gerd Müller oder Miroslav Klose anhand von Bildern, Anekdoten und Autogrammen erinnern und uns so auf das Turnier einstellen. Und da sind ja auch noch die Frauen, die mehrfach Weltmeisterinnen wurden. Auch an Sportlerinnen wie Birgit Prinz, Silvia Neid, Nadine Ange-
rer und Ariane Hingst soll erinnert werden. Eine Anmeldung ist erforderlich.

10555 Fr., 29.05.26, 18:00-20:15 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr
Amshausen, Saal,
Tiergarten 44
5,00 €





Persönlichkeits- entwicklung

STUDIERN AB 50 an der Universität Bielefeld (online)

Informationsveranstaltung

Wanja Hemprich

Das Weiterbildungsprogramm STUDIERN AB 50 bietet Ihnen die Möglichkeit, sich intensiv mit wissenschaftlichen Fragestellungen und Themen auseinanderzusetzen. Es ermöglicht selbstbestimmtes und weitgehend selbstgesteuertes Lernen, frei von Prüfungsvorgaben und ist auch ohne Vorqualifikationen, wie dem Abitur, möglich. Jedes Semester werden für das wissenschaftliche Weiterbildungsprogramm STUDIERN AB 50 mehr als 500 Veranstaltungen aus 12 Fakultäten geöffnet. Im Rahmen der Informationsveranstaltung stellt das Team von STUDIERN AB 50 die aktuellen Angebote vor und beantwortet gerne Ihre Fragen zum Programm. Wir freuen uns auf Sie! Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

11000



Online-Kurs

Do., 19.03.26, 17:00-18:00 Uhr
gebührenfrei

Quasseln mit Spaß – wie Gespräche und freie Rede Freude machen

Alexander Dietzel, Gabriele Franta

Sie haben etwas zu sagen und möchten, dass man Ihnen gerne zuhört? Sie möchten mit Worten gestalten und Menschen begeistern? Dann bieten wir Ihnen an vier Tagen Gelegenheit, sich auszuprobieren. Entdecken Sie, was Sie mit Sprache erreichen können. Das Gespräch über den Gartenzaun, die Diskussion am Arbeitsplatz, der Small-Talk auf der Party, die Unterhaltung mit Menschen, die besonderer Ansprache bedürfen, oder vielleicht haben Sie einen eigenen, ganz besonderen Anlass, auf den Sie sich vorbereiten wollen. Erleben Sie, wie man mit Sprache auf sich aufmerksam macht und auch in schwierigen Situationen souverän wirkt.

11005

Mi., 11.02.26, 18:00-21:00 Uhr
Mi., 25.02.26, 18:00-21:00 Uhr
Mi., 11.03.26, 18:00-21:00 Uhr
Mi., 25.03.26, 18:00-21:00 Uhr
Werther, Haus Werther, Herrenhaus,
Raum 2, Schloßstr. 36

45,00 €



Ratgeber

Mein letzter Wille – Vortrag

Testament, Erbrecht, Patientenverfügung

Peter Wolke

Nach vielen Jahren wirtschaftlichen Wachstums verfügen die privaten Haushalte über große Vermögenswerte. Gleichwohl beschäftigen sich nur wenige Bürger*innen mit dem Erbrecht. Wenn überhaupt, werden privatschriftliche Testamente hinterlassen, die oft fehlerhaft sind. Der Vortrag erläutert die gesetzliche Erbfolge, die Testamentarten und die Grundregeln bei ihrer Errichtung. Auch wird auf das Erbschaftssteuerrecht und die Möglichkeiten der Vorsorgevollmacht oder Patientenverfügung eingegangen. Ein großer Teil des Lebens findet in unserer Gesellschaft online statt und hinterlässt über den Tod hinaus Spuren im Internet. So wird auch der Umgang mit dem digitalen Nachlass des Verstorbenen kurz thematisiert. Der Referent ist ehemaliger Rechtspfleger beim Amtsgericht Rheda-Wiedenbrück.

12040 Mi., 25.02.26, 19:00-20:30 Uhr
Steinhagen, Rathaus,
Am Pulverbach 25
10,00 (7,50) €

12045 Mi., 25.03.26, 19:00-20:30 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
10,00 (7,50) €


Patenschaften mit Herz – Ehrenamtliches Engagement entdecken (online)

Karen Leonhardt

Ehrenamtliches Engagement bereichert das Leben und macht nachweislich glücklicher. Besonders wertvoll ist eine Patenschaft für Kinder, Jugendliche, Senior*innen, Menschen mit Behinderung oder mit Fluchterfahrung.

In Halle (Saale) gibt es über 20 verschiedene Patenschaftsprojekte – wir geben Ihnen einen Überblick und stellen drei konkrete Bereiche näher vor: Patenschaften für Kinder, für Senior*innen sowie für Menschen mit Behinderung. Sie erfahren, welche Rahmenbedingungen gelten, wie der Einstieg gelingt und wie der Versicherungsschutz im Ehrenamt aussieht. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Freiwilligen-Agentur Halle-Saalekreis e.V. statt und richtet sich an alle, die Lust haben, Verantwortung zu übernehmen und Teil einer lebendigen Gemeinschaft zu werden. Werden Sie aktiv und entdecken Sie, wie bereichernd Patenschaften sein können!

Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDiens-tag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

12050  Online-Kurs
Di., 21.04.26, 17:00-18:00 Uhr
gebührenfrei



Schreiben · Lesen

Verpackung

Die Schreibwerkstatt der vhs Ravensberg

Ulrike Ksol

Wir alle kennen Verpackungen und haben damit zu tun. Umhüllungen aus verschiedenen Materialien, die unter anderem dazu dienen aufzunehmen, zu schützen und zu handhaben. Wir können uns an ihnen erfreuen, oft packen wir Geschenke gerne ein und aus. Im Kurs werden wir das auch kreativ mit unserem Geschriebenen machen. Hüllen, Bedeutungen ... Wir werden versuchen sie „auszupacken“. Machen Sie mit! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Papier und Stift

14000 Mi., 11.02.26, 19:30-21:45 Uhr
Mi., 25.02.26, 19:30-21:45 Uhr
Mi., 11.03.26, 19:30-21:45 Uhr
Mi., 25.03.26, 19:30-21:45 Uhr
Mi., 22.04.26, 19:30-21:45 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise,
Raum 3, Kiskerstr. 2
56,00 €

Reklame

Die Schreibwerkstatt der vhs Ravensberg

Ulrike Ksol

In diesem Kurs wollen wir uns unter anderem mit Reklame befassen, vielleicht inspiriert von Bachmann und Ringelnatz „werben“ und Interesse wecken. Oft macht Reklame einfach „nur“ Spaß. Wir werden versuchen, unsere eigenen Werke zu schaffen und aufzuschreiben. Machen wir Reklame! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Papier und Stift

14005 Mi., 06.05.26, 19:30-21:45 Uhr
Mi., 20.05.26, 19:30-21:45 Uhr
Mi., 03.06.26, 19:30-21:45 Uhr
Mi., 17.06.26, 19:30-21:45 Uhr
Mi., 01.07.26, 19:30-21:45 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise,
Café, Kiskerstr. 2
56,00 €

Das Wasser des Sommers

Die Schreibwerkstatt der vhs Ravensberg

Ulrike Ksol

Wasser brauchen wir. Meistens lieben wir es. Wasser beschäftigt uns. Mit Wasser kühl halten, ausreichend trinken, ins Wasser eintauchen, mit seiner Knappheit leben, oder Überfluss ertragen, überleben. Wir werden es beschreiben. Tauchen Sie mit ein! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Papier und Stift

14010 Mi., 22.07.26, 19:30-21:45 Uhr
Mi., 26.08.26, 19:30-21:45 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise,
Café, Kiskerstr. 2
28,00 €





Und weiter lesen ... Bücher, Bücher, Bücher

Ulrike Ksol

Ein Kurs für lesebegeisterte Menschen, die sich gern über Bücher austauschen möchten. Fünf Termine, zu denen die Teilnehmenden jeweils ein vorab bekannt gegebenes Buch gelesen haben. Gestartet wird mit dem Buch „Die Akte Schneeweiß“ von Felicitas Fuchs. Damit genügend Zeit zum Lesen bleibt, finden die fünf Termine im Abstand von einigen Wochen statt. Bei Interesse können weitere Treffen geplant werden. Die jeweiligen Bücher werden von den Teilnehmenden selbst besorgt.

- 14050** Do., 05.02.26, 19:30-21:00 Uhr
 Do., 05.03.26, 19:30-21:00 Uhr
 Do., 16.04.26, 19:30-21:00 Uhr
 Do., 07.05.26, 19:30-21:00 Uhr
 Do., 11.06.26, 19:30-21:00 Uhr
 Werther, Haus Werther, Konferenz-
 raum (Raum 1), Schloßstr. 36
 41,00 €

Fotografie

Fotogruppe -augenblick- der vhs Ravensberg

14-täglich

Dr. Hans-Christian Rath

Die Fotogruppe -augenblick- ist ein ständiges, nicht an Kurse gebundenes Angebot der Volkshochschule Ravensberg und wendet sich an alle Fotografiebegeisterten jeden Alters. Voraussetzung ist lediglich die Beherrschung der eigenen Kameraausrüstung, da es sich nicht um einen Einsteigerkurs handelt. Im Mittelpunkt unserer Treffen steht die Diskussion über die mitgebrachten Bilder – egal ob digital, analog, auf Papier oder als Datei auf USB-Stick. Wir sprechen vor allem über die Ideen hinter den Bildern, die Gestaltung und manchmal auch über Technik. Neben längerfristigen, gemeinsamen Themen, die wir uns stellen, arbeiten die Mitglieder an ihren eigenen Projekten. Von den klassischen Themen wie Porträt oder Landschaft bis hin zur experimentellen, abstrakten Fotografie ist dabei alles möglich. Idealerweise entwickelt jede*r Fotograf*in im Lauf der Zeit ihren/seinen individuellen, unverwechselbaren Stil. Über die Gruppenabende hinaus finden Workshops (auch Studiofotografie), Exkursionen und eigene Fotoausstellungen statt. Vor der Anmeldung ist eine telefonische Kontaktaufnahme unter 05203/2961640 erwünscht.

- 15001** Mi., 14.01.26 - Mi., 15.07.26,
 14 Termine, 20:00-22:00 Uhr
 Halle, Bürgerzentrum Remise,
 Raum 5, Kiskerstr. 2
 gebührenfrei



- augenblick -
fotogruppe vhs ravensberg





vhs.wissen live – hochkarätige Livestreams von Expert*innen aus Wissenschaft, Politik und Gesellschaft

Herausgeber und Betreiber der Veranstaltungsreihe vhs.wissen live sind die Volkshochschule Esslingen und die Volkshochschule SüdOst im Landkreis München.

Sofern die Referent*innen die Zusage zur Veröffentlichung geben, wird der aufgenommene Vortrag ca. 2 Wochen später in der Mediathek unter www.vhs-wissen-live.de/mediathek.html zur Verfügung gestellt. Falls es Probleme beim Einloggen zum Vortrag gibt, bitte ausschließlich eine E-Mail an kontakt@vhs-wissen-live.de (nur hier kann kurzfristig vor Beginn reagiert werden).

Die Wiederkehr der Imperien (online)

Prof. Dr. Herfried Münkler

In den 1990er Jahren war man allgemein der Auffassung, die Ära der großen Imperien sei zu Ende. Die Europäischen Kolonialimperien waren nach dem Zweiten Weltkrieg zerfallen, und nun war mit der Sowjetunion auch das letzte Imperium verschwunden. Aber im 21. Jahrhundert ist es zu einer Wiederkehr der Imperien gekommen. China organisiert Einflussgebiete im Rahmen seiner Neue-Seidenstraßenstrategie, Russland stützt sich bei der Rekonstruktion des alten Zarenreichs wesentlich auf militärische Macht, und US-Präsident Trump nutzt in aller Offenheit die Methoden der Erpressung und des Drohens, um Geldflüsse in die USA in Gang zu setzen. Wie können sich die Europäer, zumal die EU, die kein Imperium ist und auch nicht werden kann, in einer solchen Welt behaupten?“ Herfried Münkler war Professor für Politikwissenschaft an der Berliner Humboldt-Universität. Viele seiner Bücher gelten als Standardwerke. Er wurde vielfach ausgezeichnet, unter anderem mit dem Wissenschaftspreis der Aby-Warburg-Stiftung, dem Carl Friedrich von Siemens Fellowship und dem Preis der Leipziger Buchmesse. Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail. Der Termin stand bei Drucklegung noch nicht fest.

16050  Online-Kurs

Termin auf der Homepage
gebührenfrei

Bilderkult und Bildkritik (online)

PD Dr. Johann Hinrich Claussen

Die Gegenwart erlebt eine menscheitsgeschichtlich einmalige Massenproduktion und grenzenlose Verbreitung von Bildern. Aber was ist ein gutes oder schlechtes, wahrhaftiges oder trügerisches Bild? Diese Frage ist keineswegs neu. So war die Geschichte der christlichen Kunst bestimmt von der Spannung zwischen einem hochkreativen Bilderkult und einer scharfen Bildkritik. Daraus lässt sich für die Gegenwart lernen.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16051  Online-Kurs

Do., 15.01.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei


Demographische Transformation und Pflege (online)

Prof. Dr. Thomas Klie

Die Pflege krankt und mangelt. Finanziell, personell, strukturell. Wer, wie, wo künftig in Deutschland die Alten und Kranken pflegt, ist gänzlich offen. Sicher ist: Ohne »gemeinsames Engagement aller« wird in der Pflege nichts mehr gehen. Thomas Klie analysiert in diesem Vortrag die Dilemmata der Pflegeindustrie und präsentiert Ideen und Perspektiven für die Zukunft.



Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.


16052  Online-Kurs
Mi., 21.01.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Aramäisch: Weltsprache des Altertums und Gegenwart (online)

Prof. Dr. Holger Gzella

In Zeiten der Globalisierung sind Weltsprachen wie Englisch oder Chinesisch ein gängiges Thema, aber die erste eigentliche Weltsprache ist heute, wenn überhaupt, nur noch ein exotischer Name, obwohl sie immer noch gesprochen wird: Aramäisch. Unter den Weltsprachen ist Aramäisch ein Sonderfall, weil mit ihm das persische Großreich um die Mitte des ersten Jahrtausends v. Chr. Sprache und Schrift eines politisch wenig bedeutenden Gebietes gleichsam adoptiert und durch die imperiale Verwaltung zu einem maßgeblichen Kulturträger von Ägypten bis Indien erhoben hat. In mächtigen Netzen von Beamten und Schreibern prägte es sodann Politik, Recht, Literatur und Religion der Alten Welt. In Weltreligionen wie dem Judentum, dem Christentum und dem Islam lebt dieses „Weltreich der Schreiber“ bis in die Gegenwart weiter. Der Vortrag führt durch die dreitausendjährige Geschichte des Aramäischen und nennt die wesentlichen Gründe für seinen Erfolg.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.


16053  Online-Kurs
Mo., 26.01.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Zwischen Zöllen und Zeitenwende – Wohin steuert Deutschlands Wirtschaft?

(online)
Moritz Schularick

Protektionismus, Zölle, Sanktionen und Industriepolitik erleben ein Comeback. Gleichzeitig bedroht der Krieg in der Ukraine die europäische Sicherheitsordnung, und macht neue Investitionen in Sicherheit unabdingbar. Was bedeuten diese geopolitischen und ökonomischen Umbrüche für Deutschland und das deutsche Wirtschaftsmodell?

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16054  Online-Kurs
Do., 29.01.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Zwischen Superorganismus und Polizeistaat: Konflikte und Konfliktlösung in den Staaten sozialer Insekten


(online)
Prof. Dr. Jürgen Heinze

Auf einen flüchtigen Blick hin wirkt ein Bienen-, Wespen- oder Ameisennest wie ein perfekt organisiertes System, in dem alle Gruppenmitglieder harmonisch kooperieren, um den Fortpflanzungserfolg des gesamten Staates zu erhöhen. Hamiltons Theorie der Verwandtenselektion zeigt, dass sich sogar der „altruistische“ Verzicht der Arbeiterinnen auf eigene Nachkommen in der Evolution lohnen kann, wenn dadurch der Fortpflanzungserfolg der verwandten Königin gesteigert wird. Dies erklärt zwar die Entstehung der Kooperation im Insektenstaat, sagt aber auch Konflikte voraus. Tatsächlich gibt es Reibereien in den Nestern sozialer Insekten: Einzelne Individuen versuchen, ihre Interessen auf Kosten anderer durchzusetzen. Die daraus resultierenden aggressiven Interaktionen können das Miteinander im Staat empfindlich stö-



ren. Im Vortrag wird geschildert, welche Konflikte auftreten und wie sie gelöst werden.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16055  Online-Kurs
Mo., 02.02.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei


Im Wettlauf mit dem Gehirn: Ist künstliche Intelligenz schon intelligent?

(online)

Prof. Dr. Moritz Helmstaedter

Was wir heute unter Künstlicher Intelligenz (KI) verstehen ist künstlich, aber noch nicht wirklich intelligent. Trotz wichtiger Fortschritte ist die heutige KI noch äußerst ineffizient: Sie verschwendet Energie und benötigt Unmengen sogenannter „Labels“. Beides ist teuer und nicht nachhaltig. Vor 50 Jahren wurden die heutigen Methoden der KI von der Neurowissenschaft inspiriert – und die Frage ist naheliegend, ob es aus der Hirnforschung erneut Inspirationen für eine nächste Generation der KI geben kann. Unsere Gehirne sind schließlich unübertroffen in ihrer Energieeffizienz und Lernfähigkeit. Mithilfe neuester Methoden der Netzwerkanalyse im Gehirn („Connectomics“) sollen die Besonderheiten des biologischen Computers in unseren Köpfen bestimmt, Lernregeln verstanden und mögliche Veränderungen im Kontext von Erkrankungen beschrieben werden.


Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16056  Online-Kurs
Mo., 23.02.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

„Fehlerhafte Menschen und Maschinenfehler. Warum wir eine Error Literacy brauchen“ (online)

Prof. Dr. Martina Heßler

Schon vor einigen Jahrzehnten wunderte sich ein Softwareentwickler, was den Menschen denn so den Kopf vernebelt, dass sie glaubten, Computer würden keine Fehler machen. Heute sind wir mit den „Halluzinationen“, „Lügen“ - also den Fehlern großer Sprachmodelle wie ChatGPT – konfrontiert. Trotzdem vertrauen viele Menschen den Aussagen der KI und überprüfen die Ergebnisse nicht. Der Vortrag widmet sich der Geschichte maschineller und menschlicher Fehler. Er diskutiert die Hartnäckigkeit des Maschinenglaubens, das Stereotyp vom fehlerhaften Menschen sowie die Zunahme technologischer Fehler in den letzten Dekaden, um schließlich zu thematisieren, warum wir eine „Error Literacy“ brauchen. Martina Heßler ist Professorin für Technikgeschichte an der TU Darmstadt. Sie beschäftigt sich mit der Geschichte von Mensch-Maschinen-Verhältnissen, mit Technikemotionen und technologischen Fehlern. Martina Heßler ist Mitglied von acatech. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech) statt. Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16057  Online-Kurs
Di., 24.02.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei



Jim Knopf, die Halbdrachen und die deutsche Geschichte (online)

Prof. Dr. Julia Voss

„Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer“ erschien 1960 und ist bis heute eines der berühmtesten deutschen Kinderbücher. Nicht bekannt war jedoch die längste Zeit, dass Michael Ende darin zahlreiche historische Motive und Vorlagen verarbeitet. 2009 ging die Kunsthistorikerin Julia Voss in ihrem preisgekrönten Buch „Darwins Jim Knopf“ diesen Spuren nach. In ihrem Vortrag wird sie die überraschenden Hintergründe von Jim Knopf beleuchten und Einblicke in die aktuelle Ausstellung „Natur und deutsche Geschichte. Glaube, Biologie, Macht“ geben, die sie am Deutschen Historischen Museum in Berlin kuratiert hat.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16058  Online-Kurs

So., 01.03.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Die Frau als Mensch.

Am Anfang der Geschichte. (online)

Ulli Lust

Stolze Hüften aus Knochen, Stein, gebranntem Ton. Wir nennen sie Göttinnen, doch wer oder was waren sie wirklich? In Büchern über die Steinzeit sehen wir vorrangig Männer beim Jagen, Feuerstein schlagen oder Höhlen bemalen. Die meisten Menschenbilder aber, die uns von Eiszeitmenschen selbst hinterlassen wurden, zeigen Frauen. Was waren das für Gesellschaften, die sie und ihr Geschlecht so zentral und ohne Scham darstellten? Nach Jahren der Recherche kehrt Ulli Lust zurück mit ihrem groß angelegten Sachcomic über die Anfänge der Kunst und die Bedeutung der Empathie für das Überleben unserer Spezies: Rund um die archaisch-weiblichen Figurinen entfaltet sich eine vergessene Welt, in der die Hel-

denreise Gruppensache war, die nur gemeinsam bestanden werden konnte, von Frauen, Männern, Kindern oder auch nichtbinären Menschen in mitunter reich geschmückter Rolle.

In Kooperation mit dem Börsenverein des Deutschen Buchhandels. Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16059  Online-Kurs

Mi., 04.03.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne (online)

Dr. Andrea Weniger, Jochen Meister, Claudia Böhme

Von München nach Hamburg – vom Museum zu Ihnen! Seien Sie dabei, wenn sich drei Freund*innen der Kunst zusammenfinden und über bedeutende Kunstwerke aus der Neuen Pinakothek in München und aus der Hamburger Kunsthalle austauschen. Bitte legen Sie ein paar Utensilien bereit. Damit laden wir Sie ein, Oberflächen und Materialien zu ertasten und den Geruchssinn zu aktivieren. Hören Sie unserer anregenden Unterhaltung nicht nur zu, sondern schmecken, riechen und spüren Sie mit uns die Kunst. Lassen Sie sich darauf ein, Kunst mit allen Sinnen zu erfahren. In der ersten Folge beschäftigen wir uns mit zwei Spitzenwerken des französischen Malers Édouard Manet (1832 – 1883): Der „Nana“ von 1877 in der Hamburger Kunsthalle und „Le Déjeuner“, einem Highlight der Neuen Pinakothek in München aus dem Jahr 1868. Halten Sie Zitrone und ein wenig frisches Kaffeepulver, einen Lippenstift, Schminkepinsel oder Taschenspiegel bereit.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16060  Online-Kurs


Mi., 11.03.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei



Jenseits der Banken und fern vom Staat. Über Geld und Freiheit im Zeitalter der Kryptowährungen (online)

Dr. Aaron Sahr

Mit Bitcoin brach vor 16 Jahren das Zeitalter der Kryptowährungen an. Das selbsternannte digitale Bargeld versprach eine anonym und unmittelbar verwendbare und von außen nicht zu korrumpierende Weltwährung jenseits der Banken und fern vom Staat. Bitcoin sei deswegen, so hört man aus dem Internet genauso wie aus dem Zeitungsfeuilleton oder aus US-Senatsanhörungen, eine „Währung der Freiheit“. Dieses Versprechen ist besonders für jene attraktiv, die unter der Macht der Zahlungsvermittler und repressiven Finanzbehörden leiden – und das sind nicht wenige. Doch ist das Versprechen auch tragfähig? Der Vortrag erläutert die Grundprinzipien der Funktionsweise von Bitcoin und anderen Kryptowährungen und sondiert ihre freiheitspolitischen Ambitionen im Lichte geldsoziologischer Befunde und aktueller politischer Entwicklungen in der Ära Trump. Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.


16061  Online-Kurs
Mo., 16.03.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Antisemitismus – Was gibt es da zu erklären? (online)

Prof. Dr. Jan Philipp Reemtsma

Wer nach „Erklärungen“ sucht, tappt meistens im Dunklen und findet nichts. Soziale Phänomene haben Geschichten, die sich rekonstruieren lassen und aus diesen Rekonstruktionen ergibt sich ein Verständnis für ihre Dynamik. Diese sollte man kennen, wenn man über solche Phänomene reden will. Jan Philipp Reemtsma ist ein deutscher Literatur- und Sozialwissenschaftler. Seine

Arbeitsschwerpunkte sind die Literatur des 18. und 20. Jahrhunderts, Zivilisationstheorie sowie Geschichte der menschlichen Destruktivität. Für seine Biografie über Christoph Martin Wieland erhielt er 2023 den Bayerischen Buchpreis. Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16062  Online-Kurs
Mi., 25.03.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei


Roma Eterna. Kunst und Kultur im Rom der Nachkriegszeit: Zwischen Trümmern, Widerstand und Erneuerung (online)

Dr. Lisa Hockemeyer

Am 4. Juni 1944 wurde Rom von den alliierten Streitkräften befreit, ein entscheidender Wendepunkt in der Geschichte Italiens. Die Stadt wurde zum Symbol der Befreiung vom faschistischen und nationalsozialistischen Regime und entwickelte sich in kurzer Zeit zu einem Zentrum des kulturellen Neuanfangs. Rom, über Jahrhunderte ein Ort der Mythen, Erinnerung und künstlerischer Sehnsüchte, wurde nun selbst zum Schauplatz künstlerischer Erneuerung. Zwischen den Trümmern des Krieges entstanden neue Ausdrucksformen im Film, in der freien und angewandten Kunst, im Design und im Kunsthandwerk. Künstlerinnen und Künstler gestalteten nicht nur ihre Gegenwart, sondern entwarfen auch ein neues Italien – mit einer Ästhetik, die Widerstand, Hoffnung und die Sehnsucht nach Freiheit mit neu entfesselter Kreativität vereinte und im Mythos von la dolce vita kulminierte. Der Vortrag geht der Frage nach, wie sich in freier Kunst, Film, Kunsthandwerk sowie durch das Inszenieren von Designikonen wie dem Vespa-Motorroller eine Ästhetik von Lebensgefühl und Optimismus formierte, die bis heute nachwirkt und entscheidend unsere Wahrneh-



mung der italienischen Kultur und Identität beeinflusst. Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.


16063  Online-Kurs
Mi., 01.04.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Benvenuto Cellini. Ein Künstlerleben (online)

Prof. em. Dr. Andreas Beyer

Durch Goethes Übersetzung hat die eigene Lebensbeschreibung des italienischen Goldschmieds und Bildhauers Benvenuto Cellini (1500-1571) zu grosser Aufmerksamkeit und weiter Verbreitung gefunden. In ihr schildert dieser sein Leben und Werk als untrennbar miteinander verwoben und wird so zum Zeitzeugen einer der vitalsten Epochen der neuzeitlichen Kunst. Im Zentrum des Vortrags steht Cellinis spektakuläre Lebensgeschichte, die nicht nur Goethe anhaltend fasziniert hat, sondern die bis heute ein exemplarisches Zeugnis autonomer Künstlerexistenz darstellt.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.


16064  Online-Kurs
Do., 02.04.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Die Gletscher:

Von der letzten Eiszeit bis morgen (online)
Dr. Andrea Fischer

Der Rückgang der Gebirgsgletscher zählt zu den sichtbarsten Auswirkungen des globalen Klimawandels. Die Frage, wie lange es die Gletscher der Erde noch gibt und welche Folgen ihr Verschwinden haben wird, betrifft uns alle. Die renommierte Gletscherforscherin Andrea Fischer erklärt anschaulich, wie die Gletscher entstanden sind und wie sie die Landschaft geformt haben. Zudem erzählt sie von der Faszination der Gletscher und der gemeinsamen Geschichte von Menschen und Gletschern. Was aber würde deren Verlust für den Planeten bedeuten? Und können die Gletscher wiederkommen?

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16065  Online-Kurs
Do., 16.04.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei


Warum nicht losen? Über den Sinn von Zufallsentscheidungen

 (online)

Prof. Dr. Barbara Stollberg-Rilinger

Üblicherweise gehen wir davon aus, dass Entscheidungen auf dem Abwägen von Gründen beruhen sollten, während man sich durch Losverfahren dem blinden Zufall ausliefert. Das scheint auf den ersten Blick irrational zu sein. Tatsächlich gab es aber Losentscheidungen in vielen Lebensbereichen und nicht zuletzt in der Politik schon immer. Der Vortrag geht der Frage nach, wie Losverfahren in der Vergangenheit begründet wurden, und zeigt anhand historischer Beispiele, wie sie funktionierten.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16066  Online-Kurs
Mi., 22.04.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei



Die Kelten (online)

Prof. Dr. Bernhard Maier

In der zweiten Hälfte des letzten Jahrtausends v. Chr. prägen Völker die Geschichte Mittel- und Südeuropas, die ihre griechischen und römischen Nachbarn „Kelten“ nannten. Der Vortrag veranschaulicht anhand der Nachrichten antiker Autoren und den Erkenntnissen der modernen Archäologie die wesentlichen Merkmale der keltischen Kultur, gibt einen Überblick über deren Geschichte von den Anfängen bis zur Romanisierung und schließt mit einem Ausblick auf das Weiterleben keltischer Kulturelemente im Mittelalter und in der Neuzeit. Bernhard Maier lehrt Allgemeine Religionswissenschaft und Europäische Religionsgeschichte an der Universität Tübingen. Er ist ausgewiesener Experte für die Kelten und hat u.a. die Publikation „Die Kelten - Geschichte, Sprache und Kultur“ verfasst. Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16067  Online-Kurs

Mi., 29.04.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

In der Nähe: Vom politischen Wert einer ostdeutschen Sehnsucht (online)

Dr. Simon Strauß

Wir leben in Zeiten der Entfernung. Die politischen Lager, die großen Machtblöcke der Welt, die Stadt vom Land – alles entfernt sich voneinander. Umso wichtiger wird der Blick aus der Nähe. Wo ist im Zeichen medial befeuerter Selbstgerechtigkeit noch Gemeinschaft möglich? Der Schriftsteller und Journalist Simon Strauß findet eine überraschende Antwort: in der Kleinstadt. Hier begegnen sich die Menschen als Gegenüber, hier müssen Konflikte ausgetragen und Kompromisse gefunden werden. Hier lernt man die Demokratie noch einmal neu kennen.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16068  Online-Kurs

Mo., 18.05.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Cahokia: Eine präkolumbische indigene Hochkultur in Nordamerika (online)

Prof. Dr. Michael Hochgeschwender

Lange ging die historische Forschung von der These aus, indigene Hochkulturen hätte es vor der Ankunft der Europäer ausschließlich in Süd- und Mittelamerika gegeben. Demgegenüber seien nördlich des Rio Grande nur nomadisierende Sammler- und Jägerkulturen vorzufinden gewesen. Seit den 1990er Jahren hat die archäologische Forschung dieses einseitige und vorurteilsbeladene Bild gründlich revidiert. Nicht nur im Südwesten der heutigen USA fanden sich die Relikte fortgeschrittener Zivilisationen, die mit dem mesoamerikanischen Kulturraum eng verbunden gewesen waren, sondern auch östlich des Mississippi, wo zwischen 1050 und 1250 die Stadt Cahokia eine umfassende politische, militärische und religiöse Hegemonie ausübte. Diese erstreckte sich vom Mississippi bis an die Küste des Atlantiks und von den Großen Seen bis an den Golf von Mexiko. In diesem Vortrag soll die Geschichte von Aufstieg und Fall einer indianischen Großmacht vor Kolumbus nachgezeichnet werden. Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16069  Online-Kurs

Di., 09.06.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei



Bauchentscheidungen: Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition (online)

Prof. Dr. Gerd Gigerenzer

„Das Herz hat seine Gründe, die der Verstand nicht kennt“, schrieb Blaise Pascal bereits im 17. Jahrhundert. Die Wissenschaft scheute lange die „Herzengründe“ oder auch Bauchentscheidungen wie der Teufel das Weihwasser. Aber: Gute Entscheidungen basieren oft auf einer unbewussten Intelligenz, die sehr schnell operiert und gerade in komplexen Situationen faszinierend einfach ist, sicher im Erkennen des Wesentlichen und logischen Abwägungen weit überlegen. Das heutige Wissen über das Bauchgefühl revolutioniert unser Bild vom menschlichen Verstand. In einer komplizierten Welt lehren uns Entscheidungen „aus dem Bauch“ die Lebenskunst, paradox formuliert, intuitiv zu wissen, was sich nicht zu wissen lohnt.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16070  Online-Kurs

Do., 18.06.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

„Zukunft der industriellen Produktion in Deutschland“ (online)

Dr. Björn Sautter

Die industrielle Produktion ist das Rückgrat unseres Wohlstands – doch sie steht massiv unter Druck: Globale Konkurrenz, fragile Lieferketten, geopolitische Krisen und der Klimawandel fordern uns heraus. Die Frage ist nicht, ob wir unsere Produktion neu denken müssen, sondern wie schnell. Eine vernetzte Wertschöpfung im Sinne von Industrie 4.0 ist dabei weit mehr als Effizienzsteigerung: Sie ist der Schlüssel zu einer Produktion, die wettbewerbsfähig, resilient, nachhaltig – und damit zukunftsfähig ist. Björn Sautter wirft einen

Blick in die Zukunft der industriellen Wertschöpfung. Er gibt Einblicke in strategische Überlegungen und Forschungsansätze, die den Weg in eine intelligente und nachhaltige Industrieproduktion in Deutschland weisen und unterfüttert diese mit anschaulichen Beispielen aus der industriellen Praxis.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16071  Online-Kurs

Di., 23.06.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei

Musik, Wissenschaft und Technik – eine harmonische Reise durch zwei Jahrhunderte (online)

Prof. Dr. Myles W. Jackson

Im Vortrag wird die harmonische Beziehung zwischen Naturwissenschaftlern, Ingenieuren und Musikern in den letzten beiden Jahrhunderten behandelt. Wissenschaftler und Ingenieure haben Musikern und Komponisten neue Möglichkeiten der Klangerzeugung und ästhetischen Gestaltung gegeben. Beispiele sind Wilhelm E. Webers Forschungen zu adiabatischen Phänomenen und kompensierten Orgelpfeifen, Hermann von Helmholtz' Beiträge zur akustischen Resonanz und zum Steinway-Resonanzboden, sowie Friedrich Trautweins Arbeiten zur Radio-Klangtreue und seine Erfindung des Trautoniums. Thema wird auch die Zusammenarbeit von Physiologen, Physikern und Klavierpädagogen sein, die die Technik des Klavierspiels verbessern wollten.

Diese Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

16072  Online-Kurs

Di., 21.07.26, 19:30-21:00 Uhr
gebührenfrei





Länder und Menschen



Eine Vortragsreihe in Kooperation mit der Volksbank Halle und in Zusammenarbeit mit Ulrich Fälder

Unsere seit mehr als 40 Jahren bestehende Vortragsreihe „Länder und Menschen“ hat sich inzwischen zu einem außergewöhnlichen Klassiker entwickelt. Man sagt, die Reihe sei sogar zu einer Kultveranstaltung avanciert. Bei über 240 Veranstaltungen war eine große Auswahl der besten Fotograf*innen und interessantesten Abenteurer*innen Deutschlands und des nahen Auslands bei uns zu Gast. Die stets hohen Besucher*innenzahlen bestätigen uns, dass wir mit unserer Reihe richtig liegen. Die Art der Vorträge hat sich im Laufe der Jahre stark verändert.

Waren es zu Anfang noch klassische Dia-Vorträge auf kleineren Leinwänden, sind wir inzwischen bei Multivisionsshows und Live-Reportagen mit faszinierenden Bildern, hochauflösenden Filmaufnahmen und fantastischen 3-D-Shows angekommen. Das Ganze auf einer 6 x 4,5 m großen Leinwand, die den Zuschauer*innen fesselnde Bilderlebnisse vermittelt.

Sie dürfen auch in den kommenden Jahren auf ein eindrucksvolles Programm gespannt sein.



Kanada und Alaska – Into the Wild

Pascal Violo

Kanada und Alaska – Synonym für wilde Natur, Freiheit und Abenteuer, für Begegnungen mit Bären, Elchen, Walen und Nordlichtern, die am Himmel tanzen. Die Sehnsucht nach dem Unberührten inmitten dieser gewaltigen Natur führt den Reisejournalisten Pascal Violo auf eine abenteuerliche Tour in den hohen Norden des amerikanischen Kontinents. Auf der Suche nach der einzigartigen Wildnis macht sich Pascal auf den Weg in die Rocky Mountains und erkundet die unberührte Wildnis des Denali Nationalparks. Mit einem kleinen Propellerflugzeug gelingt es dem Reisejournalisten den Gipfel des „kältesten Berges der Welt“ zu umrunden. Gemeinsam mit seiner Familie durchquert Violo auf einem kleinen Segelboot für mehrere Wochen die Inside Passage, eine menschenleere Inselwelt im Südosten Alaskas. Begleitet von Buckelwalen wird dieses Seeabenteuer zu einem unvergesslichen Erlebnis. Als Flussnomade paddelt Pascal Violo schließlich 800 km durch die ewigen Wälder Kanadas

entlang des Yukon, dem längsten freifließenden Fluss der Welt. Von seinem Kanu aus erlebt er das das herbstliche Farbenspektakel. Der ungebetene Besuch eines Bären am Zelt nehmen dem Abenteurer kurzzeitig den Atem. Trotzdem erreicht er schließlich Dawson City und begibt sich auf die Spuren des berühmten Jack London rund um die bewegende Geschichte der Goldsucher. Pascal Violo erlebt auf einem beeindruckenden Pow Wow die faszinierende Welt indigener Kulturen und taucht in die farbenprächtigen Tänze und traditionellen Rituale ein. Am Ende seiner Expeditionen erwartet Violo eine unvergessliche Begegnung in der Arktis an der Hudson Bay: Aus nächster Nähe beobachtet der Reisefotograf Eisbären und ihre Jungen und begreift in diesen prägenden Momenten die fragile Verbindung zwischen Mensch und Natur.

18003 Mi., 14.01.26, 19:30-22:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14
15,00 (8,00) €





Wildes Europa – Unbekannte Naturschätze Naturschätze vor der Haustür

Simon Straetker, Joshi Nichell, Sarah Ziegler

Wer an Wildnis denkt, hat Bilder naturbelassener Landschaften im Kopf. Artenreiche Wälder, reißende Flüsse, gewaltige Gletscher. Doch gibt es sie noch in Europa, die wirklich unberührte Natur? Simon Straetker, Joshi Nichell und Sarah Ziegler haben sich mit weiteren Weggefährter*innen auf den Weg gemacht zu den Naturschätzen Europas. Mit den beeindruckenden Fotos dieser Natur-Reportage entführen sie in sechs atemberaubende Naturlandschaften wie den spanischen Somiedo Naturpark, auf die Ägadischen Inseln oder in die Urwälder der Karpaten; in Österreichs jüngsten Nationalpark Gesäuse, den Nationalpark Durmitor in Montenegro oder die Hohe Tatra in Polen. Zudem haben sie Menschen getroffen, die sich für die Natur einsetzen und erfahren an-

hand ihrer inspirierenden Geschichten, warum der Schutz der Europäischen Wildnis so wichtig ist – und wie er gelingen kann. Eine eindrucksvolle Reportage über die Schönheit und Bedeutung Europäischer Wildnis und ein Apell, das Bewusstsein für die Bedrohungen der Natur zu schärfen und sich für deren Schutz einzusetzen. Von 2019-2023 waren die drei Referent*innen als Teil eines insgesamt 20-köpfigen Teams des Kollektivs WILD EUROPE unterwegs in die Schutzgebiete Europas. Es entstanden mehr als 40.000 Bilder und rund 70 Stunden Filmmaterial.

18004 Mi., 28.01.26, 19:30-22:15 Uhr
Halle, Berufsskolleg, Aula, Kättkenstr. 14
15,00 (8,00) €



**„Luigi muss nach Hause!“ –
ein Roadtrip durch Italien
Zwei Männer – Ein Auto – Eine Mission**
Gereon Roemer, Martin Buschmann

Was als Schnapsidee begann, wurde ein abenteuerlicher Roadtrip: Die Fotografen Martin Buschmann und Gereon Römer fahren mit „Luigi“, einem Fiat 500 von 1967, von Deutschland nach Sizilien – zurück in Martins Heimat. Die Reise ist geprägt von Pannen, Platzmangel und italienischem Charme. Luigi begeistert die Menschen und öffnet Türen. Erleben Sie in dieser Live-Multivision die kulinarischen, historischen und landschaftlichen Highlights des Sehnsuchtslandes Italien, aber auch Geschichten über die Strapazen und Glücksmomente einer solchen Reise. Aufgeben ist keine Option, denn alle haben ein gemeinsames Ziel: Luigi muss nach Hause!

18005 Mi., 11.02.26, 19:30-22:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14
15,00 (8,00) €

**Vietnam –
Abenteuer im Land des Drachen
Live-Foto- & Filmreportage von Olaf Schubert**
Olaf Schubert

Wer sich auf eine Reise durch Vietnam begibt, ist überwältigt von der Schönheit und dem kulturellen Facettenreichtum des Landes. Pulsierende Metropolen mit dem typisch chaotischen Verkehr, hektisches junges Leben in den Straßen und Gerüche und Geschmäcker, die alle Sinne berühren. Kolonialarchitektur in aller Fülle, duftender leckerer Vietnamkaffee. All das vielleicht Dinge, die Reisende schon immer und immer wieder nach Vietnam ziehen. Vielleicht reizt aber auch das Leben in den kleineren Ortschaften und im Dschungel oder die faszinierende endlos erscheinende Küste mit ihren verträumten Lagunen. Olaf Schubert, der seit über 20 Jahren Asien intensiv bereist, ist immer wieder begeistert über die spannenden, unerwarteten und vielfältigen Eindrücke in Vietnam. Die fotografisch-filmische Reise führt vom Süden des Landes mit der Insel Phu Quoc und dem Con Dao Archipel über das Mekongdelta bis ganz hinauf an die chinesische Grenze in die





schroffe Bergwelt Nordvietnams. Die teils noch mit Sonderpermit zu bereisende nordvietnamesische Provinz Hà Giang wartet auf mit spektakulären Schluchten und monumentalen Karstfelsen. Die Dörfer der zahlreichen Bergvölker scheinen der Zeit zu trotzen. Vietnam, das die Welt einst mit Krieg in Verbindung brachte und aufrüttelte, hat die Reise in die Zukunft längst begonnen und befindet sich in einem rasanten Wandel. Für Olaf Schubert zählt Vietnam indessen zu einem der wahrhaft authentischen asiatischen Länder. Ungezähmter Trubel und meditative Stille, alles auf einer über 3000 km langen Reise.

18006 Mi., 25.02.26, 19:30-22:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14
15,00 (8,00) €

Marokko – farbig, faszinierend, orientalisches

Reiner Harscher

Marokko zeigt sich in faszinierender Vielfalt: Farbenprächtig, ursprünglich und gastfreundlich. Reiner und Karin Harscher reisten viele Jahre durchs Land – per Geländewagen, Wohnmobil und zu Fuß – und hielten seine Schönheit in Bildern und Filmen fest. Marokkos Kontraste beeindruckten: schneebedeckte Berge im Atlas, blühende Täler, goldene Dünen und das Zusammentreffen von Wüste und Atlantik. Besonders Marrakesch mit dem Gauklerplatz Djemaa el Fna wird zum lebendigen Spektakel aus Musik, Gauklern und Düften. Alte Königsstädte wie Fes oder Meknès verzaubern mit ihren Labyrinthen aus Souks. Harschers Werke machen das orientalische Flair spürbar – fast, als wäre man selbst dort. Reiner Harscher moderiert spannend seine vielen Erlebnisse mit den Menschen, er schwelgt in den Farben Marokkos und macht die Leinwandreise zu einem begeisternden Erlebnis.

18007 Mi., 11.03.26, 19:30-22:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14
15,00 (8,00) €




Länder · Vorträge

Japan – Zwischen Tradition und Moderne: Ein Reisebericht (online)

Patrik Pastuschek

Von Tokyo über Kyoto, Fuji und Hiroshima bis Osaka und Kamakura - lassen Sie sich in das faszinierende Land der Gegensätze entführen. Der Dozent verbrachte ein Jahr in Japan im Rahmen eines „Working-Holiday“-Programmes und tauchte dabei intensiv in das Leben vor Ort ein. Mit eindrucksvollen Fotografien und persönlichen Eindrücken nimmt er Sie mit. Von der pulsierenden Energie der Großstädte über Schreine bis hin zu unberührter Natur.

Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDienstag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

19500  Online-Kurs
Di., 13.01.26, 19:00-20:30 Uhr
5,00 €

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:



Patagonien – Unterwegs am südlichen Ende Amerikas

Vortrag

Dr. Wilhelm Döhrmann

Der Süden Südamerikas zeichnet sich durch große landschaftliche Gegensätze und Naturschönheiten aus: Vulkane, Gletscher, Urwälder und Seen. Weite Ebenen mit riesigen Herden von Rindern, Schafen und Pferden wechseln mit einsamen Gebirgslandschaften mit bizarren, über 3000 m hohen Gipfeln und Felsnadeln. Cerro Torre und Fitz Roy zählen zu den markantesten Gipfeln der Anden. Am Perito Moreno - Gletscher erlebt der Zuschauer beeindruckende Naturgewalten hautnah.

19505 Di., 10.03.26, 15:30-17:00 Uhr
Borgholzhausen, DRK Haus
Ravensberg, Am Blömkenberg 1
gebührenfrei





Die deutsche Nordseeküste zwischen Elbe und Dänemark

Vortrag

Dr. Wilhelm Döhrmann

Thema ist der Westen Schleswig-Holsteins mit den Kreisen Dithmarschen und Nordfriesland. Das Gebiet ist durch Meer und Eis geprägt. Sturmfluten haben die Küste dauernd verändert. Föhr und Sylt sind z.B. erst seit 400 Jahren Inseln. Durch Landgewinnungsmaßnahmen hat der Mensch Teile des Festlandes wieder zurückgewonnen und durch Deiche gesichert. Die Reise startet in Dithmarschen, eine der deutschen Produktionsstätten von Kohl. Hier werden jährlich 80 Mill. Kohlköpfe geerntet. Bedeutendes Ferienziel an der Küste ist Büsum, früher Zentrum der Krabbenfischerei, heute beliebter Badeort. Über St. Peter Ording und Friedrichstadt geht es dann nach Husum, Geburtsort von Theodor Storm, und dann weiter in den Norden von Nordfriesland. Dort sind Entstehung, Entwicklung und Wandel der Küste thematischer Schwerpunkt. Dabei stehen neben Wattwanderungen von Hallig zu Hallig, Besuch der Inseln und des Nolde-Museums im Mittelpunkt. Den Abschluss bildet ein Ausflug nach Helgoland.

19510 Di., 17.03.26, 15:30-17:00 Uhr
Steinhagen, Treff-Punkt im
Altenzentrum Matthias-Claudius-Haus,
Nebengebäude, Apfelstr. 36
gebührenfrei

Die Elbe

Auf dem Elberadweg von Dresden zur Nordsee

Vortrag

Dr. Wilhelm Döhrmann

Der Elbe-Radweg ist einer der beliebtesten Radfernwege in Deutschland. Kein Wunder, denn er verläuft meist abseits der Straßen, ist überwiegend asphaltiert und bestens ausgeschildert. Zudem geht es auf weiten Strecken durch eine einzigartige Flusslandschaft. Es werden viele historische und kulturelle Sehenswürdigkeiten, insbesondere die Natur- und Kulturerbestätten der UNESCO, berührt. Start ist in Bad Schandau. Auf der 900 km langen Strecke durch 7 Bundesländer bis Cuxhaven durchfährt man u.a. Städte wie Dresden, Meißen, Torgau, Wittenberg, Magdeburg, Tangermünde und Hamburg. Landschaftliche Höhepunkte auf dieser Tour sind die Sächsische Schweiz, die Flußauenlandschaft der Mittel-elbe mit zahlreichen Störchen und das Alte Land.

19515 Di., 24.03.26, 15:00-17:00 Uhr
Werther, Ev.-Luth. Gemeindehaus,
Alte Bielefelder Str. 21
gebührenfrei





Lust auf Heimat

Unsere Heimat ist so bunt und vielseitig wie die Menschen, die sie prägen! Mit Unterstützung der Volksbank Halle (Westf.) laden wir Sie herzlich dazu ein, den Begriff „Heimat“ neu zu entdecken.

Was bedeutet Heimat für uns heute? Medien setzen sich immer wieder mit dieser Frage auseinander, und auch Radio- und TV-Sender beleuchten das Thema aus unterschiedlichsten Blickwinkeln. Die vhs Ravensberg ist diesem faszinierenden Thema bereits seit Jahren auf der Spur.

In diesem Semester möchten wir Ihnen aufs Neue „Lust auf Heimat“ machen – mit inspirierenden Orten, einer spannenden Mischung aus Tradition und Moderne sowie besonderen Ausflugszielen. Kommen Sie mit uns auf Entdeckungsreisen ganz in Ihre Nähe!

Für alle Veranstaltungen gilt die eigene Anreise. Gerne unterstützt Sie die vhs Ravensberg bei der Vermittlung von Fahrgemeinschaften. Bitte teilen Sie uns rechtzeitig vor der Veranstaltung mit, wenn Sie mit dem eigenen Auto fahren und wie viele Personen Sie mitnehmen möchten. Melden Sie sich bitte auch bei uns, wenn Sie kein Auto haben und bei einer Teilnehmerin oder einem Teilnehmer mitfahren möchten. Wir würden auf Wunsch den Kontakt herstellen.

Besichtigung der MVA Bielefeld

Besichtigung und Führung

Hartmut Heinze



In einer audiovisuellen Präsentation erläutert Ulrike Bollrath (Unternehmenskommunikation), zunächst die einzelnen Verfahrensschritte in der Anlage. Dazu gehört nicht nur die Darstellung des eigentlichen Verbrennungsprozesses, sondern ebenfalls die Erläuterung der komplexen Rauchgasreinigung. In einem anschließenden Rundgang durch die Anlage werden Ihnen die in der Präsentation aufgezeigten Abläufe und Verfahren in chronologischer Reihenfolge veranschaulicht. Zum Abschluss besteht im Präsentationsraum bei einer Diskussionsrunde die Möglichkeit, noch offene Fragen zu klären.

Treffpunkt: Eingangsbereich der Anlage auf dem Gehweg rechts neben den Schranken der Waage. Die Anmeldung im Waagehaus erfolgt dann für die gesamte Gruppe durch Frau Bollrath. Bitte parken Sie ausschließlich auf dem Nordgelände, welches sich an der Wiesenstraße etwa 100 m links von der MVA Einfahrt befindet. Über den Fußweg entlang des Schelpmilser Weg erreichen Sie dann die Einfahrt der MVA Bielefeld.

Bitte mitbringen: Bei der Besichtigung sind Sicherheitsbestimmungen unbedingt zu beachten. Infos hierzu erhalten Sie nach der Anmeldung durch die vhs.

Mindestalter ist 16 Jahre! Ein Ausweisdokument wird für den Zugang benötigt.

19900 Mi., 18.02.26, 14:00-16:30 Uhr
Treffpunkt: Bielefeld, MVA,
Schelpmilser Weg 30, Eingangsbereich
gebührenfrei





Dümmerekskursion

Andreas Bader



Der Dümmere in Niedersachsen, etwa 70 Kilometer von Halle (Westf.) entfernt, ist ein Flachwassersee, der durch die letzten beiden Eiszeiten entstand. Die Dümmerniederung umfasst rund 50 Quadratkilometer und besteht aus dem See, Feuchtgrünland und Resten von Erlenbruchwäldern. Die Eindeichung des Sees im Jahr 1953 veränderte das Ökosystem erheblich und führte zum Verlust vieler Lebensräume. Aufgrund der Bedeutung des Dümmers als Brutstätte für Vögel kaufte das Land Niedersachsen 1980 große Flächen auf. Durch die Renaturierung von Wiesen und Weiden entstanden neue Lebensräume für seltene Vogelarten wie Brachvögel und Uferschnepfen. Die Röhrichte an den Ufern bieten Singvögeln wie

Blaukehlchen und Rohrsängern einen Lebensraum. Seit 2001 ist das Gebiet als EU-Vogelschutzgebiet und seit 2004 als FFH-Gebiet ausgewiesen. Im Frühjahr und Herbst nutzen tausende sibirische Blässgänse die Feuchtwiesen als Rast- und Nahrungsplatz.

Eine Exkursion vermittelt den Teilnehmer*innen einen Eindruck dieser Naturoase mit ihren vielfältigen Lebensräumen und ihrer reichen Vogelwelt.

Bitte mitbringen: Fernglas, festes Schuhwerk

19905 Sa., 18.04.26, 08:00-11:00 Uhr
Treffpunkt: Wanderparkplatz
Südufer Dümmere / Ochsenmoor
10,00 €



Die Senner Pferde

Exkursion mit fachkundiger Führung

Hartmut Heinze



Senner Pferde sind ein altes Kulturgut der Senne. Vom 12. bis zu Beginn des 20. Jahrhunderts lebten sie halbwild auf dem Gebiet des heutigen Truppenübungsplatzes und haben die halboffene Sennelandschaft mitgeprägt. Seit 25 Jahren setzt die Biologische Station Senner Pferde zur Beweidung im Naturschutzgebiet „Moosheide“ ein. Mit seinen Wäldern, Bachtälern, Heideflächen und Sandmagerrasen bietet es einer großen Zahl von seltenen Pflanzen- und Tierarten einen geeigneten Lebensraum. Im Rahmen der Exkursion wird das Beweidungsprojekt „Wildbahn Senner Pferde“ vorgestellt. Die Pferde können beobachtet werden, ebenso die Strukturen, die durch die Beweidung entstehen und von denen zahlreiche Tiere und Pflanzen profitieren. Die Emsquellen und die Heideflächen sind ebenfalls Anziehungspunkte dieses Naturschutzgebietes und werden bei einer kleinen Wanderung über Sandwege besucht. Die Führung wird unter der fachkundigen Leitung von Birte Brever von der Biologischen Station Kreis Paderborn – Senne e.V. angeboten.

In der Kursgebühr sind die Kosten für Eintritt und Führung enthalten.

19910 Mi., 01.07.26, 16:00-18:00 Uhr
Ems - Infozentrum, Emser Kirchweg 84,
33161 Hövelhof
10,00 €

Sennefriedhof Bielefeld

Eine etwas andere Führung

Hartmut Heinze



Erleben Sie den Sennefriedhof, einen der schönsten und größten Friedhöfe Deutschlands, in sommerlicher Stimmung. Bei dieser Führung tauchen wir in die reiche Geschichte und die Entwicklung des Friedhofs ein. Wir zeigen Ihnen die vielfältige Gestaltung der Anlage und stellen Ihnen ausgewählte Grabarten vor. Entdecken Sie die einzigartige Kombination aus Natur, Kultur und Ruhe, die diesen Ort so besonders macht.

19915 Do., 02.07.26, 16:00-18:00 Uhr
Treffpunkt: Bielefeld,
Sennefriedhof–Haupteingang,
Brackweder Str.80
5,00 €





Wasserschloss Haus Brincke

Besichtigung und Führung

Hartmut Heinze



Haus Brincke wurde im 13. Jahrhundert errichtet und 1351 erstmals erwähnt. Erbauer waren die Herren von Brincke. Seit 1439 befand es sich im Besitz der Familie von Kerksenbrock und 1674 bis 1675 erfolgte ein Ausbau. Das Herrenhaus entstand im 17. Jahrhundert und ist von einem doppelten Wassergraben umgeben. Zu den Nebengebäuden zählen die Wirtschaftsgebäude, das Hofhaus und die neoromanische Kapelle. Von 1897 bis 1898 erfolgte ein weiterer Ausbau. Ferdinand von Kerksenbrock wurde 1754 von seinem Vetter Friedrich Ferdinand Freiherr von Korff genannt Schmising beerbt, der den Namen Freiherr von Korff genannt Schmising-Kerksenbrock annahm; sein Nachfahre Clemens August, kurfürstlich kölnischer Rat und fürstbischöflich Münsterscher Obermarschall, wurde 1816 in den preußischen Grafenstand erhoben. Die Grafen von Korff genannt Schmising-Kerksenbrock-Praschma besitzen Haus Brincke bis heute. In der etwa 90-minütigen Führung erfahren Sie Wissenswertes aus Geschichte und Gegenwart dieser besonderen Sehenswürdigkeit im Ravensberger Land. In der Kursgebühr sind die Kosten für Eintritt und Führung enthalten.

19920 Mi., 08.07.26, 18:00-20:00 Uhr
Treffpunkt: Borgholzhausen,
Haus Brincke, Innenhof
10,00 €

Erlebnis Großes Torfmoor

Wanderung und Führung

Hartmut Heinze



Das "Große Torfmoor" ist eines der letzten Hochmoorgebiete in NRW mit typischer Artenausprägung. Das Naturschutzgebiet ist in seiner Größe und Ausprägung einzigartig in NRW und hat europaweite Bedeutung. Das heißt, hier gibt es noch wachsende Torfmoose, Sonnentau und Wollgras, Rosmarinheide und Lungenenzian. Neben diesen Moorpflanzen kann man mit etwas Glück auch viele, zum Teil seltene Tiere entdecken: Mooreidechse und Moorfrosch, Bekassine und Blaukehlchen sowie zahlreiche Libellenarten. Auf unterhaltsame Weise lernen Sie den Naturraum im wahrsten Sinne des Wortes von Grund auf kennen. Jede*r Moorführer*in gibt ihr*sein gesammeltes Wissen gerne an Sie weiter und würzt die Informationen mit Geschichte und Geschichtchen. Die zertifizierten Natur- und Landschaftsführer*innen begleiten Sie zwei Stunden auf einer abwechslungsreichen Wanderung durch das Große Torfmoor. Folgende Themen werden in einer Moorführung angesprochen: Entstehungsgeschichte des Großen Torfmoores, Nutzung des Großen Torfmoores in der Vergangenheit, Flora und Fauna, Moore und Klimaschutz und Renaturierungsmaßnahme. In der Kursgebühr sind die Kosten für Eintritt und Führung enthalten. Treffpunkt: Parkplatz 3 am Ende der Moorbadstraße gegenüber Haus Nr. 2 in 32312 Lübbecke.

Bitte beachten: Da es während des 2-stündigen Rundgangs keine Toiletten gibt, kann vor der Führung im NABU-Haus eine Toilette genutzt werden.

19925 Sa., 11.07.26, 15:00-17:00 Uhr
Treffpunkt: Lübbecke, Moorbadstr.,
Parkplatz 3
10,00 €



Wasserschloss Tatenhausen

Besichtigung und Führung

Hartmut Heinze



Tatenhausen, ein Schloss der Weserrenaissance, war über 470 Jahre lang der Stammsitz der Barone und Grafen von Korff gen. Schmising. Der Bau des Schlosses, das als Dreiflügel-Anlage konzipiert wurde, begann 1540. Nach Ende des 30.-jährigen Krieges wurde 1671 der Turm hinzugefügt. Der mittlere Teil wurde in der Barockzeit ca. ab 1730 umgebaut. 1740 kam der Westflügel dazu. Ebenfalls zu diesem Zeitpunkt entstand das Torhaus, wie auch die Turmuhr. Das Schmuckstückchen im Tatenhausener Park ist zweifelsohne die Orangerie, welche als Gewächshaus für die Wintermonate gebaut wurde. Man erteilte damals den Auftrag dem wohl berühmtesten Barockbaumeister Westfalens Johann Conrad Schlaun. Seit 1995 wird das Schloss von direkten Nachfahr*innen der Grafen von Korff-Schmising bewohnt, Baron und Baronin Teuffel von Birkensee. Die Führung beinhaltet einen Gang über die beiden Schlosshöfe mit einem kurzen Abstecher in den Park und zur Orangerie. Zudem schließt sich eine Besichtigung der Schlosskapelle an. Hierbei wird der geschichtliche Hintergrund, von der Entstehung des Wasserschlosses Tatenhausen, bis zum heutigen Tag beschrieben. Da das Schloss bewohnt wird, sind Besichtigungen der Innenräume nicht möglich. In der Kursgebühr sind die Kosten für Eintritt und Führung enthalten.

19930 Mo., 13.07.26, 16:00-17:30 Uhr
Treffpunkt: 15.45 Uhr am
Eingang, Schlossweg 2,
33790 Halle (Westf.)
10,00 €

Haus Verl Nr. 8 – Knopfmuseum und ehemalige Druckerei Maasjost

Hartmut Heinze



Das „Haus Verl Nr. 8“ – auch als Haus Maasjost bekannt – ist eines der historisch bedeutendsten Gebäude im Ortskern der Stadt Verl. Im Innern verbirgt sich ein wahrer Schatz: eine historische Knopfmanufaktur mit Ausstellung sowie die alte Einrichtung der ehemaligen Druckerei Maasjost. Die mehr als 100 Jahre alte Knopfmanufaktur stammt aus Andeville, einem Ort in der Nähe von Paris. Bis in die 80er Jahre des letzten Jahrhunderts wurden in der Manufaktur von der Familie Gustave Dupuis Knöpfe hergestellt. Die Einrichtung wurde auf Privatinitiative komplett abgebaut und anschließend in Verl originalgetreu aufgebaut und zum Leben erweckt. So können heute in dieser einzigartigen Einrichtung alle Produktionsphasen der Knopfherstellung hautnah bestaunt werden. Neben der historischen Maschinenhalle befindet sich im Haus auch ein Knopfmuseum, in dem viel Sehens- und Wissenswertes über die „Welt der Knöpfe“ zusammengetragen wurde. Mit der Eröffnung des Museums kehrten auch die historischen Maschinen und Setzkästen aus der Gründerzeit der Verler Druckerei Maasjost zurück an ihren Ursprungsort und geben heute Zeugnis von einem alten Handwerk, das im Zeitalter der digitalen Technik ausgedient hat. So können Besucherinnen und Besucher im Haus Verl Nr. 8 gleich zwei historische Manufakturen in Funktion erleben. Ergänzend gibt es auch eine Dokumentation über die Hausgeschichte, die exemplarisch ist für die verschiedenen Epochen der Verler Dorfgeschichte.

In der Kursgebühr sind die Kosten für Eintritt und Führung enthalten.

19935 Do., 16.07.26, 17:00-18:30 Uhr
Treffpunkt: Verl, „Haus Verl Nr. 8“
Knopfmuseum, Sender Str. 1
10,00 €

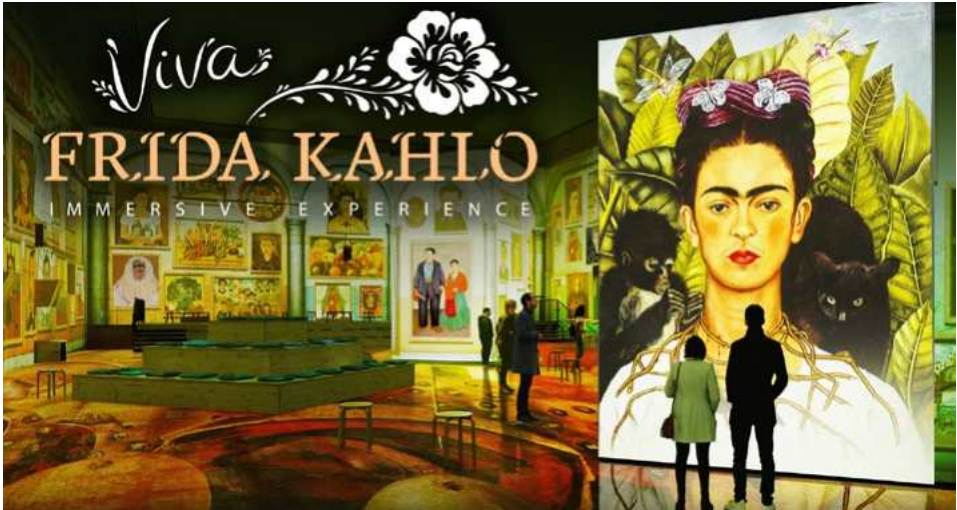




**Kreativität
fördern –
Persönlichkeit
stärken!**

Gestalten Kreativität Musik

INHALT	Ausstellungen	72
	Fotografie	73
	Schriftkunst, Zeichnen, Malen	75
	Plastisches Gestalten	85
	Floristik	90
	Textiles Gestalten	92
	Schmuckgestaltung	95
	Farbgestaltung	96
	Musik	96
	Tanz	103



Ausstellungen

Viva Frida Kahlo – eine immersive Inszenierung Tagesfahrt nach Köln

Erleben Sie die Einzigartigkeit von Viva Frida Kahlo: Eine eindringliche Reise in die Welt der mexikanischen Ikone! Tauchen Sie ein in die lebendige Welt von Frida Kahlo, der legendären mexikanischen Künstlerin. Ein wahrhaft sinnliches Erlebnis, eine Explosion von Farben und Vitalität! Das 360-Grad-Erlebnis entführt die Besucher*innen nach Mexiko in die Casa Azul in Coyoacán, wo die junge Frida Kahlo, nach einem schweren Unfall an ihr Bett gefesselt, zu malen beginnt. Die Ausstellung ist ein Erlebnis für alle und jeden: die Besucher*innen werden in Frida Kahlos Welt förmlich hineingezogen. Dabei bewegen sie sich der Ausstellung frei im Raum, aufwändige Rundumprojektionen erzeugen exotische Farbwelten voller Emotionen und lassen Frida Kahlos Werke auf nie zuvor gesehene Weise erfahren. Mit Hochleistungsprojektoren werden

Kahlos Bilder, die im Original fast winzig erscheinen, zum Leben erweckt und auf bis zu 10 Meter lange und 5,5 Meter hohe Wände sowie auf den Boden der Ausstellungshalle projiziert.

An diesem Tag fahren wir gemeinsam nach Köln, besuchen optional den Dom und haben etwas Zeit zum Bummeln. Anschließend fahren wir weiter zur Ausstellung (das Eintrittsgeld ist in der Gebühr inkludiert).

Zustiege:

08:00 Uhr: Betriebshof Sieckendieck Vermold

08:30 Uhr: ZOB Halle (Westf.)

Ankunft in Köln: ca. 11:30 Uhr

Ausstellungsbesuch: 14:00 Uhr

Rückfahrt: ca. 17:00 Uhr

Ausstiege: Halle (Westf.) ZOB und Betriebshof Sieckendieck Vermold: ca. 20:30 Uhr

20000 So, 15.03.26, 08:00-20:00 Uhr
Alegria Exhibition Hall, Lichtstr. 15,
50825 Köln
68,00 €



Vom Bauernhaus zum Künstlerhaus
Führung durch das Böckstiegel-Haus in
Werther-Arrode
in Zusammenarbeit mit dem Museum Peter
August Böckstiegel

Das kleine rote Bauernhaus, in dem Peter August Böckstiegel 1889 geboren wurde, erzählt die Geschichte eines Lebens voller Kunst. In der einstündigen Führung entdecken Sie bemalte Eichenbalken, Mosaik und Plastiken und erfahren, wie Böckstiegel sein Elternhaus in Werther-Arrode zum Gesamtkunstwerk machte.

20020 So., 14.06.26, 13:00-14:00 Uhr
 Werther, Museum Peter August
 Böckstiegel, Schloßstr. 109/111
 12,00 €

Fotografie

Digitale Spiegelreflexfotografie

Jörg Stanko

Entdecken Sie die Fotografie neu! Mit Automatik ist es einfach, Fotos zu machen, doch viele Einstellungen bleiben ungenutzt. In diesem Kurs werden die Funktionen von Blende, Belichtungszeit und Bedienungselementen der Kamera erklärt. Es wird vermittelt, wie durch bewusste Bildgestaltung bessere Fotos entstehen können. Ziel ist es, die Teilnehmenden dazu zu befähigen, die Hintergründe der Bilder zu verstehen und beeindruckende Fotos zu schaffen!

Bitte mitbringen: eigene Spiegelreflex-, System- oder Bridgekamera und die dazugehörige Bedienungsanleitung

21010 Sa., 18.07.26, 10:00-15:00 Uhr
 So., 19.07.26, 10:00-15:00 Uhr
 Halle, Volkshochschule,
 Dee/le/Konferenzraum,
 Kiskerstr. 2
 55,20 (27,60) €



Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:







Einfach besser fotografieren (online)

Robert Schwabe

Sie wünschen sich schöne Urlaubs-, Familien- und Alltagsbilder: Aber leider sind Ihre Fotos bisher oft unscharf, zu hell oder zu dunkel? In diesem Kurs können Sie die eigene Spiegelreflexkamera besser kennen und verwenden lernen. Wir werden die Grundlagen der Fotografie (Belichtungszeit, Blende, Lichtempfindlichkeit) in den Blick nehmen. Zudem schauen wir uns an, was ein interessantes Portrait und Landschaftsbild ausmacht.

Diese Veranstaltung aus der Reihe Digitaler Dienstag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

21020  Online-Kurs
Di., 03.03.26, 18:00-19:30 Uhr
5,00 €

21030  Online-Kurs
Di., 07.04.26, 18:00-19:30 Uhr
5,00 €

Fotografie für Einsteiger: Kreative Bilder ganz einfach selbst machen

Peter Berger

Lernen Sie die Grundlagen der Fotografie kennen! Ob digitale oder analoge Kamera: Sie erfahren, wie Blende, Belichtungszeit und ISO zusammenwirken, wie Sie Ihre Kamera bedienen und Ihre Bilder kreativ gestalten. Tipps zur Nachbearbeitung und einfache Gestaltungsregeln wie der Goldene Schnitt helfen Ihnen, beeindruckende Fotos zu machen. Ideal für alle, die Freude am Fotografieren haben und den Einstieg in die kreative Fotografie suchen!

Bitte mitbringen: Kamera, mit der Sie fotografieren möchten (Smartphone, Digicam, Spiegelreflex etc.)

21040 Sa., 21.02.26 - 28.03.26,
6 Termine, 10:00-12:15 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 2 (Clubraum), Alte Kirchstr. 4
85,80 (44,40) €

Lost places– Fotografieren am Lotteberg

Marion Richter

Verwunschene Orte von Efeu überzogen: die Waldbegräbnisse in Halle am Lotteberg. Sandstein verwittert mit Ornamenten und Sprüchen der Romantik. Majestätische Aufbauten, die eine längst vergangene Epoche spiegeln. Diese Relikte der Romantik wollen wir stimmungsvoll im Foto im Wandel der Jahreszeiten festhalten. Als Abschluss kann es eine Präsentation der besten Fotos geben.

Bitte mitbringen: eigene Kamera und/oder Smartphone (techn. Kenntnisse vorausgesetzt)

21060 Do., 12.02.26, 15:00-16:30 Uhr
Mi., 04.03.26, 15:00-16:30 Uhr
Mi., 13.05.26, 15:00-16:30 Uhr
Treffpunkt: Halle, Grüner Weg,
Parkplatz Drachenwiese
30,60 (21,40) €

Fotobuchkurs für Anfänger*innen

inkl. CEWE-Gutschein

Gerald Burkat

Gestalten Sie Ihr persönliches Fotobuch und bewahren Sie Ihre schönsten Erinnerungen! In unserem Kurs lernen Sie, wie Sie individuelle Seiten kreativ gestalten und mit der CEWE FOTOBUCH Software professionell umsetzen. Bringen Sie Ihre Fotos, Ihren Laptop und ausreichend Speicherplatz mit - wir zeigen Ihnen einfache Tipps und schöne Design-Ideen. Im Teilnahmebeitrag ist ein Gutschein im Wert von 24,95 € enthalten. Vorkenntnisse in Computerprogrammen sind nicht erforderlich. Machen Sie Ihre Erinnerungen unvergesslich!

Bitte mitbringen: Laptop mit Ladekabel und Foto-Dateien, ggf. externe Tastatur und Maus

21190 Do., 11.06.26, 18:00-20:15 Uhr
Do., 18.06.26, 18:00-20:15 Uhr
Do., 25.06.26, 18:00-20:15 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
44,40 (23,70) €



Schriftkunst · Zeichnen · Malen

Schriftkunst / Handlettering

Irene Blömer

Wir lernen, die karolingische Minuskel mit Feder und Tinte zu schreiben, wobei wir als Großbuchstaben auch die UNZIALE dazunehmen. Wir schreiben kurze Texte, gestalten Grußkarten und fügen farbige Schmuckelemente hinzu. Im modernen Handlettering arbeiten wir mit Finelinern und Pinselstiften und bekommen wieder ein gutes Gefühl für die eigene Handschrift. Die Materialkosten sind in der Gebühr enthalten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

22000 Sa., 20.06.26, 10:00-15:00 Uhr
Werther, Storck-Haus,
Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
30,60 (16,80) €



Handlettering –

Die Kunst der schönen Buchstaben für Anfänger*innen

Stephanie Techtmann

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Handletterings kennen ... die kreative Verbindung von Schrift und Gestaltung. Gemeinsam entdecken wir verschiedene Schreibstile, erproben Materialien wie Brushpens und Fineliner und besprechen, welche Werkzeuge sich besonders für Einsteiger*innen eignen. Schritt für Schritt entstehen erste eigene Letterings und kleine Kunstwerke zum Mitnehmen.

Bitte mitbringen: Für die Grundausrüstung fallen 25 € Materialkosten an, die vor Ort an die Kursleiterin zu zahlen sind.

22005 Sa., 14.03.26, 14:00-17:00 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
18,40 (9,20) €

Handlettering –

Kreative Vertiefung für Fortgeschrittene

Stephanie Techtmann

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse im Handlettering besitzen und ihre Technik weiterentwickeln möchten. Wir verfeinern Schriftstile, kombinieren verschiedene Materialien und gestalten komplexere Layouts. Zusätzlich beschäftigen wir uns mit Farbgestaltung, Schatteneffekten und Komposition, um individuelle Lettering-Projekte professionell umzusetzen und die eigene kreative Handschrift zu stärken.

Bitte mitbringen: Es fallen 25 € Materialkosten an, die vor Ort an die Kursleiterin zu zahlen sind.

22010 Sa., 18.04.26, 14:00-17:00 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
18,40 (9,20) €



Kurrent, Sütterlin & Co.

Die alte deutsche Schrift

Else Leuthardt

Früher wurde die Schrift von Ludwig Sütterlin in der Schule gelehrt, heute kennen einige sie aus Briefen, Poesiealben, Kochbüchern, Feldpost und Urkunden, die sie im Nachlass entdeckt haben. Nur wenige können die alte deutsche Schrift noch lesen. In diesem Kurs lernen Sie an sechs Abenden diese schöne Schrift schreiben und lesen, um somit Wichtiges und Interessantes aus den Dokumenten und Briefen Ihrer Eltern und Großeltern erfahren zu können. Die Materialkosten sind in der Gebühr enthalten.

22015 Mi., 18.02.26 - 25.03.26,
6 Termine, 19:00-20:30 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 2 (Clubraum),
Alte Kirchstr. 4
68,00 (38,00) €

Kurrent, Sütterlin & Co.

für Fortgeschrittene

Else Leuthardt

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die einen Anfängerkurs besucht haben und das deutsche Alphabet (Kurrent oder Sütterlin) kennen sowie einfache Wörter und Sätze lesen und schreiben können. An vier Abenden verbessern Sie Ihre Schreibfähigkeiten, transkribieren Briefe, Rezepte, Tagebücher oder Feldpost und gewinnen so spannende Einblicke in das Leben Ihrer Vorfahren. Die Materialkosten sind in der Gebühr enthalten.

22020 Mi., 15.04.26 - 06.05.26,
4 Termine, 19:00-20:30 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 2 (Clubraum),
Alte Kirchstr. 4
48,00 (28,00) €

Kurrent, Sütterlin & Co.

Die Schreibstube für Fortgeschrittene

Else Leuthardt

Dieses monatliche Treffen für Fortgeschrittene bietet die Möglichkeit, in Ruhe die alte deutsche Schreibschrift (Sütterlin oder Kurrent) zu üben. Sie verfassen Briefe, Gedichte und Geschichten, um Ihre Schreibfähigkeiten zu vertiefen oder aufzufrischen. Der Austausch und die Korrekturen fördern eine schöne, flüssige Handschrift. Es ist eine echte Schreibstube!

Bitte mitbringen: Fineliner, Bleistift und liniertes Übungsheft Lineatur 3 sowie (sofern vorhanden) Füllhalter, Bleistift 2B, Federhalter, Spitzfeder, Tinte, Briefpapier

22025 Do., 26.02.26, 19:00-20:30 Uhr
Do., 26.03.26, 19:00-20:30 Uhr
Do., 23.04.26, 19:00-20:30 Uhr
Do., 21.05.26, 19:00-20:30 Uhr
Do., 18.06.26, 19:00-20:30 Uhr
Do., 09.07.26, 19:00-20:30 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 2 (Clubraum),
Alte Kirchstr. 4
68,00 (38,00) €



Zeichnen

Grundlagen-Workshop

Sebastian Hamann

Anhand von Übungen und einfachen Beispielen werden die wichtigsten Grundlagen des Zeichnens vermittelt. Haben Sie schon Vorkenntnisse oder eigene Ideen für Motive, die Sie gerne zeichnen möchten? Dann bringen Sie diese einfach mit, ob als Foto oder in Form von Gegenständen. Dank einer individuellen Betreuung kann jede*r Teilnehmende entsprechend der eigenen Interessen gefördert werden. Zum Abschluss werden Ihnen Tipps und Übungen an die Hand gegeben, wie Sie sich im Selbststudium weiter verbessern können.

Bitte mitbringen: DIN A3 Zeichenpapier, Bleistifte (2B oder 3B), Radiergummi, je nach Interesse: Buntstifte, Kohle, Rötelkreide, Pastelle

22030 Sa., 07.02.26, 10:00-14:00 Uhr
So., 08.02.26, 10:00-14:00 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr
Amshausen, Saal,
Tiergarten 44
46,00 (23,00) €

Landschaftszeichnung

Grundlagen-Workshop

Sebastian Hamann

Der Kurs richtet sich an Einsteiger*innen mit Interesse an Landschaftszeichnung. Vermittelt werden grundlegende Zeichenkenntnisse mit Schwerpunkt auf Landschaftsdarstellung. Anhand von Beispielen werden verschiedene Themen demonstriert: Motivfindung und Bildplanung, Komposition, Vereinfachung/Abstraktion von Motiven, Perspektive/Tiefe erzeugen. Die Teilnehmer*innen werden individuell angeleitet. Vorlagen werden gestellt und eigene dürfen gerne mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: DIN A3 Zeichenpapier, Bleistifte (2B oder 3B), Radiergummi, je nach Interesse: Buntstifte, Kohle, Rötelkreide, Pastelle

22035 Sa., 14.03.26, 10:00-14:00 Uhr
So., 15.03.26, 10:00-14:00 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 22, Masch 4 c
46,00 (23,00) €





Tiere zeichnen

Grundlagen-Workshop

Sebastian Hamann

In diesem Kurs werden grundlegende Zeichenkenntnisse mit dem Schwerpunkt auf Tierzeichnung vermittelt. Anhand von Beispielen werden verschiedene Themen demonstriert: Ausdruck, Darstellung von Fell und Federn, Hintergrundgestaltung etc. Die Teilnehmer*innen werden individuell angeleitet. Vorlagen werden gestellt, eigene dürfen gerne mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: DIN A3 Zeichenpapier, Bleistifte (2B oder 3B), Radiergummi, je nach Interesse: Buntstifte, Kohle, Rötelkreide, Pastelle

22040 Sa., 13.06.26, 10:00-14:00 Uhr
So., 14.06.26, 10:00-14:00 Uhr
Werther, Storck-Haus,
Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
46,00 (23,00) €

Entspannung durch Malen mit Pastellkreiden

Annette Lechthoff-Fleischhauer

Pastellmalen ist mehr als nur Kunst – es ist eine wohltuende Auszeit für Körper und Geist. In diesem Kurs steht nicht das perfekte Bild im Mittelpunkt, sondern das Erleben von Farbe, Form und Moment. Beim sanften Auftragen, Verwischen und Schichten der weichen Kreiden entsteht ein meditativer Fluss, der zur Ruhe kommen lässt und Raum für Kreativität schafft. Gemeinsam erkunden wir Schritt für Schritt einfache Techniken der Pastellmalerei und entwickeln allmählich eigene Bildideen – ohne Druck, ohne Bewertung. So entsteht ein achtsamer Zugang zum Malen, der Stress abbaut, die Sinne belebt und innere Balance fördert. Der Kurs eignet sich für alle, die Lust haben, kreativ zur Ruhe zu kommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: weiche Pastellkreiden, Zeichenblock (DIN A3 oder größer) und Fixativ

22045 Do., 16.04.26 - 18.06.26,
8 Termine, 10:45-12:15 Uhr
Steinhagen,
Alte Dorfschule Brockhagen,
R 4 (oben kleiner Raum),
Brockhagener Str. 224
66,70 (33,40) €

Meditatives Zeichnen – Ruhe finden im kreativen Fluss

Annette Lechthoff-Fleischhauer

Beim meditativen Zeichnen steht nicht das Ergebnis im Vordergrund, sondern der Weg dorthin. Durch achtsame Linien, wiederkehrende Muster und freies Gestalten entsteht eine wohltuende Verbindung von Konzentration und Entspannung. In einer ruhigen Atmosphäre lernen Sie einfache Techniken kennen, um den Geist zur Ruhe kommen zu lassen und die eigene Kreativität fließen zu lassen. Zeichnerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Freude am Ausprobieren genügt. Der Kurs richtet sich an alle, die Entspannung,



innere Balance und kreative Ausdrucksformen suchen.

Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3, weiche Bleistifte, evtl. Fineliner und Buntstifte

22050 Do., 16.04.26 - 18.06.26,
8 Termine, 09:00-10:30 Uhr
Steinhagen,
Alte Dorfschule Brockhagen,
R 4 (oben kleiner Raum),
Brockhagener Str. 224
66,70 (33,40) €

Freies Zeichnen mit Buntstift Workshop in den Osterferien

Viola Richter-Jürgens

Entdecken Sie in den Osterferien die kreative Welt des Zeichnens. Ob mit oder ohne Erfahrung - mit Buntstift entstehen kleine Skizzen oder große Kunstwerke. Perfekt für spontane Ideen, da keine Trocknungszeit nötig ist. Sie können jederzeit aufhören oder neu anfangen. In unserer Kleingruppe erhalten Sie individuelle Unterstützung. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und erleben Sie inspirierende, entspannte Tage!

Bitte mitbringen: Buntstifte, Zeichenblock A3, Bleistift, Anspitzer, Radiergummi und evtl. einen Lieblingstext zur Inspiration

22080 Di., 07.04.26, 14:00-18:00 Uhr
Mi., 08.04.26, 14:00-18:00 Uhr
Do., 09.04.26, 14:00-18:00 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
78,00 (40,50) €

Freies Zeichnen mit Buntstift

Kreatives Wochenende

Viola Richter-Jürgens

Ob mit oder ohne Erfahrung, mit dem Buntstift zu zeichnen bietet viele Möglichkeiten - von Skizzen bis zum großen Format. Der Buntstift ist ideal für spontanes Arbeiten, da keine Trocknungszeit besteht. Wir können jederzeit aufhören oder beginnen, kurze Ideen festhalten oder größere Flächen bearbeiten. Das Zeichnen mit Buntstift kann auch meditativ sein, uns zum Eintauchen einladen. In der Kleingruppe ist individuelle Unterstützung möglich.

Bitte mitbringen: Buntstifte, Zeichenblock A3, Bleistift, Anspitzer, Radiergummi und evtl. einen Lieblingstext zur Inspiration

22090 Sa., 27.06.26, 14:00-18:00 Uhr
So., 28.06.26, 10:00-13:00 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
48,00 (25,50) €





Brillante Acryl- und Aquarellbilder

**Neue Ideenwelt
für Anfänger*innen und Fortgeschrittene**
Annette Gockel

Dieser Kurs zeigt eine Vielfalt von Möglichkeiten, nach neuen Ideen und spannenden Techniken ein Aquarell- oder Acrylbild zu malen. Die Umsetzung von der Vorlage zum eigenen Werk ist ein vielschichtiger Prozess. Das gemalte Bild kann sich dabei mehr oder weniger von der Vorlage lösen, bis hin zur Abstraktion. Umfangreiche Beispiele zeigen, wie mit den verschiedenen Techniken ein spannungsvolles Bild gemalt werden kann. Das eigene Auge wird geschult und der persönliche Malstil Schritt für Schritt weiterentwickelt.

Bitte mitbringen: Gläser, Pinsel, Aquarell- und Acrylfarben, Malblöcke und Leinwände, eigene Fotografien, alte Zeitungen

22100 Sa., 07.02.26, 09:00-16:15 Uhr
Werther, Haus Werther,
Konferenzraum (Raum 1), Schloßstr. 36
36,80 (18,40) €

Mixed Media

**Acryl- und Aquarellmalerei
für Anfänger*innen und Fortgeschrittene**
Annette Gockel

In der bildenden Kunst steht der Begriff Mixed Media für das Arbeiten mit verschiedenen Medien und einzelnen Elementen, die zu einem Kunstwerk zusammengefügt werden können. Diese spannende Arbeitsweise ermöglicht viele neue Möglichkeiten der künstlerischen Gestaltung. Dabei werden zusätzlich neue Techniken in der Aquarell- und Acrylmalerei geschult. Eigene Fotos, verschiedene Materialien, Papiere oder auch Farbstifte können mit eingebracht werden. Dem kreativen Schaffen sind somit keine Grenzen gesetzt und die eigene Phantasie wird angeregt.

Bitte mitbringen: Leinwände, Malpappen, Aquarellblöcke, Farben, Pinsel, verschiedene Papiere, Fotos, Stifte, Klebstoffe, alte Zeitungen

22110 Mi., 08.04.26, 09:00-12:45 Uhr
Do., 09.04.26, 09:00-12:45 Uhr
Fr., 10.04.26, 09:00-12:45 Uhr
Werther, Haus Werther,
Konferenzraum (Raum 1), Schloßstr. 36
72,00 (37,50) €



„Das spontane Aquarell“

Techniken und Effekte

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
Annette Gockel

Wer Interesse und Spaß am Aquarellieren und an spontanen Techniken hat, ist herzlich willkommen. Nach einer Materialkunde und kurzen Einführung zum Thema Malexperiment werden Sie sämtliche Aquarelltechniken, wie z.B. die Granulations-, Nass-in-Nass- und Salztechnik kennenlernen. Anhand von Lehrbüchern und Fotomaterialien werden die einzelnen Techniken anschaulich erklärt. Wachsen Sie am eigenen künstlerischen Ausdruck und persönlichen Stil. Lassen Sie auch spontanes Arbeiten in die Bilder einfließen. Fortgeschrittenen bietet der Kurs die Chance, Kenntnisse zu vertiefen und Hinweise zur künstlerischen Gestaltung und Komposition ihrer Bildideen zu erhalten.

Bitte mitbringen: Gläser, Pinsel, Aquarellfarben, Aquarellblöcke, Salze, Strukturpasten, alte Zeitungen

22120 Sa., 23.05.26, 09:00-16:15 Uhr
Werther, Haus Werther,
Konferenzraum (Raum 1), Schloßstr. 36
36,80 (18,40) €



Acrylmalerei, Strukturtechniken

Collagen – Spannende neue Techniken

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
Annette Gockel

Das Malen mit der schnell trocknenden Acrylfarbe ist beliebt. In diesem Kurs werden alle grundlegenden und besonderen Techniken dieser Malerei gezeigt. Behandelt werden Schicht-auf-Schicht, Spachtel- und effektvolle Mischtechniken. Mit verschiedenen Collagenmaterialien lassen sich zudem ganz besondere Elemente in die einzelnen Werke einarbeiten. Auch in der Abstraktion liegt die Möglichkeit, die eigene Ideenwelt in die Bildfindung einfließen zu lassen.

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Pinsel, Strukturpasten, Leinwände, alte Zeitungen, Collagenmaterialien

22130 Mo., 20.07.26, 09:00-12:45 Uhr
Di., 21.07.26, 09:00-12:45 Uhr
Mi., 22.07.26, 09:00-12:45 Uhr
Werther, Haus Werther,
Konferenzraum (Raum 1), Schloßstr. 36
72,00 (37,50) €





„Blütenzauber“

Acryl-/Mischtechniken für Anfänger*innen
und Fortgeschrittene

Kreativwoche in den Osterferien

Dorothea Wenzel

Träume, die niemals verduften... Wir fangen sie ein in unterschiedlichen Techniken und auf ungewöhnlichen Malträgern. Vom zerzausten Klatschmohn über quirlige Kornblumen, imposanten Hortensien bis zur edlen Lilie - naturalistisch, expressionistisch, abstrakt... in der Kunst haben wir jede Freiheit zum Erblühen!

Bitte mitbringen: 5 Leinwände oder Malpappen in diversen Größen, Packpapier, Bierdeckel, Acrylfarben, Pastellkreiden, verschiedene Pinsel und Spachtel, Luftballons, Strohhalme, Pappteller, Pinselglas, Putzlappen, Küchenrolle – Staffeleien und außergewöhnliche Materialien können gestellt werden.

22140 Mo., 30.03.26, 10:00-14:30 Uhr
Di., 31.03.26, 10:00-14:30 Uhr
Mi., 01.04.26, 10:00-14:30 Uhr
Do., 02.04.26, 10:00-14:30 Uhr
Werther, Haus Werther,
großer Saal, Schloßstr. 36
100,00 (54,00) €



„Den Gefühlen Farbe geben“

Acryl-Collagen

Kreativwoche im Sommer

Dorothea Wenzel

Auf vielfältige Weise begeben wir uns in das Abenteuer auch unkonventioneller Farb-Mischtechniken. In diesem Sommerkurs können Collagen, Frottagen, Monotypien oder freie Malerei erstellt werden. Wir arbeiten mit den verschiedensten Techniken wie Acryl, Pastellkreide, Folien und Tapetenresten, die mit Spachtel, Pinsel, Pappstreifen, Schwämmen, Tüchern oder bloßen Händen bearbeitet werden. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt! Musik und Gedichte dienen als Inspirationsquellen.

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Dispersionsfarben, Farbstifte, Kreiden, Pinsel, Spachtel, Paletten oder Pappteller, Wassergefäße, alte Lappen, Tapetenreste, Zeitungen, Leinwände, Malpappen und gute Laune! Staffeleien werden auf Wunsch gestellt.

22150 Mo., 13.07.26 - Fr., 17.07.26,
5 Termine, 10:00-14:30 Uhr
Werther, Haus Werther,
großer Saal, Schloßstr. 36
130,70 (69,40) €



Acrylmalerei in den Osterferien

Gitta Lochmüller

Das Arbeiten mit frischen und leuchtenden Farben lässt schon ein wenig den bevorstehenden Frühling erahnen. Ein besonderes Augenmerk liegt auf dem Umgang mit Farben und Formen. Freude am kreativen Schaffen steht wieder im Vordergrund. Dabei werden die individuellen Wünsche der Teilnehmenden berücksichtigt. Für alle, die gerne eine Auszeit nehmen und ihrer Kreativität freien Lauf lassen möchten.

Bitte mitbringen: Acrylfarben (große Tube Weiß), Leinwände, Pinselgläser, verschiedene Pinsel, Schwamm, Spachtel, Paletten für Farben (alte Teller, Plastikdeckel etc.), Putzlappen, alte Kleidung oder Schürze, Zeitungspapier und/oder Folie zum Abdecken der Arbeitsfläche und ggf. eigene Fotos als Malmotive

22160 Mo., 30.03.26, 10:00-14:30 Uhr
 Di., 31.03.26, 10:00-14:30 Uhr
 Mi., 01.04.26, 10:00-14:30 Uhr
 Steinhagen, Realschule,
 alte Mensa, Eingang N12
 (am Ende des Gebäudes),
 Laukshof 10
 Parkplätze am Kreisverkehr
 76,60 (39,80) €

Acrylmalerei

Gitta Lochmüller

Der Kurs richtet sich an alle, die Spaß am Malen haben. Die Natur ist so vielfältig und bietet wunderbare Motive. Beim gemeinsamen Arbeiten und Experimentieren können wir der Kreativität freien Lauf lassen. Im Laufe dieses Workshops entsteht mit dem Spiel von Farben und Formen dein eigenes Bild.

Bitte mitbringen: Acrylfarben (große Tube Weiß), Leinwände, Pinselgläser, verschiedene Pinsel, Schwamm, Spachtel, Paletten für Farben (alte Teller, Plastikdeckel etc.), Putzlappen, alte Kleidung oder Schürze, Zeitungspapier und/oder Folie zum Abdecken der Arbeitsfläche und ggf. eigene Fotos als Malmotive

22170 Mo., 20.07.26, 10:00-14:30 Uhr

Di., 21.07.26, 10:00-14:30 Uhr

Mi., 22.07.26, 10:00-14:30 Uhr

Steinhagen, Realschule,
 alte Mensa, Eingang N12
 (am Ende des Gebäudes), Laukshof 10
 Parkplätze am Kreisverkehr
 76,60 (39,80) €





Aquarellmalen „Schwedenhäuschen“

(online)

Isabella Stollwerk

Schritt für Schritt und auch ohne Vorkenntnisse entsteht hier ein fertiges Aquarellbild, das Lust auf mehr macht. Ganz nebenbei gibt es erste Erfahrungen mit Farben, Pinseln und Papier. So gelingt ein schöner Einstieg in die Welt der Aquarellillustration. Sie können selbst aktiv „mitmalen“ oder einfach nur zuschauen.

Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDienstag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Pinsel und Aquarellpapier

22180



Online-Kurs

Di., 24.03.26, 18:00-19:30 Uhr

5,00 €

Einfach malen, einfach schön – Bunte Häuschen in Aquarell

(online)

Isabella Stollwerk

In diesem Kurs entsteht unter Anleitung ein farbenfrohes Aquarell, das sofort Lust aufs Weitermalen macht. Auch ohne Vorkenntnisse gelingt ein schönes Aquarellbild. Sie erhalten einen leichten Einstieg in die Welt der Aquarellfarben, was für Freude und ein Erfolgserlebnis sorgt. Sie können selbst aktiv „mitmalen“ oder einfach nur zuschauen.

Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDienstag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Pinsel und Aquarellpapier

22190



Online-Kurs

Di., 28.04.26, 18:30-20:00 Uhr

5,00 €



Böckstieglers Landschaften

neu entdecken

Workshop in Zusammenarbeit mit dem

Museum Peter August Böckstiegl

Maria Ferreira-Obenhaus

Wie hat Peter August Böckstiegl seine Landschaften erschaffen? In diesem Workshop lassen wir uns von seinen Ölbildern und Druckgrafiken inspirieren und gestalten eigene Werke: Am ersten Tag entstehen Acrylbilder, bei denen wir die Farbe schichtweise auftragen und so Tiefe und Bewegung schaffen. Am zweiten Tag bringen wir mithilfe einer Druckpresse eine Radierung auf Papier. So erleben wir die Landschaft Arrodés aus Böckstieglers Sicht. Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene. Material inklusive.

22210

Do., 20.08.26, 17:00-20:00 Uhr

Fr., 21.08.26, 17:00-20:00 Uhr

Werther, Museum Peter August

Böckstiegl, Schloßstr. 109/111

68,00 €





Plastisches Gestalten

Kartenwerkstatt

Individuelle Gestaltung persönlicher Botschaften

Michelle Schulte

Für nahezu jeden Anlass lässt sich mit wenig Aufwand eine schöne, individuelle Karte gestalten. Es werden verschiedene Techniken und Tricks zur Kartengestaltung vorgestellt. Mit Stempeln, Stanzen, Aquarelltechniken, verschiedenen Materialien und Farben werden Ihre Karten ein besonderer Hingucker. Die Materialkosten sind in der Gebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schere, Klebestift, Malschürze/ Kittel (sofern gewünscht)

- 23010** So., 22.03.26, 10:00-16:00 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 1 (Deele), Alte Kirchstr. 4
37,20 (21,10) €



Frühling und Ostern mit Origami

Jürgen Adam

Papier-Modelle, die mit der Origami-Falttechnik erstellt werden, eignen sich besonders als Zimmer- oder Tischschmuck im Frühling und zu Ostern. Sie reichen von Blumen und Gräsern über Osterhasen bis zu Vögeln oder Schmetterlingen. In diesem Kurs lernen wir die grundlegenden Techniken des traditionellen japanischen Papierfaltens kennen und steigern nach und nach den Schwierigkeitsgrad der Objekte. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Das Papier wird gestellt, die Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schuhkarton für den Transport

- 23000** So., 15.03.26, 14:00-17:00 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
20,40 (11,20) €



Stempel schnitzen – eigene Motive gestalten und drucken

Stephanie Techtmann

In diesem Kurs gestalten und schnitzen Sie Ihre eigenen Stempel aus weichem Stempelgummi. Nach einer kurzen Einführung in Material, Werkzeuge und Techniken übertragen wir Motive auf das Gummi und schneiden sie Schritt für Schritt aus. Sie können eigene Vorlagen mitbringen oder aus bereitgestellten Motiven wählen. Am Ende entstehen individuelle Stempel, die sich vielseitig zum Dekorieren und Gestalten einsetzen lassen.

Bitte mitbringen: Für die Grundausrüstung (Schnitzwerkzeug, Stempelgummi etc.) fallen 30 € Materialkosten an, die vor Ort an die Kursleiterin zu zahlen sind.

- 23020** Sa., 09.05.26, 14:00-17:00 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
18,40 (9,20) €



„Ach du dickes Ei“

Dieses Ei muss sich nicht verstecken!

Kleingruppenkurs

Petra Kuhn

Die Mosaikkunst dreht sich in diesem Kurs um das Thema Ostern. Durch kleinere Fliesen-, Glas- oder Porzellanstückchen verwandelt sich der Rohling zu einem ganz besonderen Hingucker für Ihren Ostertisch. Es steht eine große Auswahl an bunten Fliesen bereit, die individuell berechnet werden. Werkzeugbenutzung, Kleber und Fugenmasse sind inklusive. Wenn Sie zur Vorbesprechung nicht kommen können, besteht die Möglichkeit, mit der Dozentin vorab zu telefonieren.

Bitte mitbringen: kleines Ton- oder Styropor-Ei als Rohling, evtl. Fliesenreste oder alte Porzellanteller, auf Wunsch Dekomaterial, Einmalhandschuhe, Baumwolltücher, Arbeitskleidung, Getränk/Snack

24030 Mi., 04.03.26, 18:00-19:00 Uhr
Sa., 14.03.26, 10:00-14:30 Uhr
So., 15.03.26, 10:00-12:00 Uhr
Vermold, Atelier Stückwerk,
Sperberstr. 3
75,00 €

„Scherben bringen Glück“

Die bunte Vielfalt der Mosaikkunst

Mosaiken im Gartenatelier

Kleingruppenkurs

Petra Kuhn

Tauchen Sie ein in die bunte Welt des Mosaiks und lassen Sie sich von der Vielfalt der Möglichkeiten verzaubern. Sie gestalten eigene Unikate für Haus oder Garten. Hierfür können Sie Fliesenreste mitbringen oder aus bunten Kacheln wählen. Werkzeugbenutzung, Kleber und Fugen sind inklusive, ausgesuchte Fliesen werden individuell berechnet. Evtl. zu beklebende Objekte bringen Sie bitte zum ersten Termin (Vorbesprechung) mit, damit wir über die Materialbeschaffenheit sprechen können. Bei gutem Wetter findet der Kurs im offenen Gartenatelier statt. Wenn Sie zur Vorbesprechung nicht kommen können, besteht die Möglichkeit, Einzelheiten mit der Dozentin telefonisch zu besprechen.

Bitte mitbringen: Gegenstand zum Bekleben, Fliesen oder Fliesenreste (falls vorhanden), kleine flache Waschschüssel (ca. 30 x 30 cm), Einmalhandschuhe, Schürze, alte Baumwolltücher, Arbeitskleidung und Getränk/Snack

24040 Mi., 06.05.26, 18:00-19:15 Uhr
Sa., 09.05.26, 10:00-16:00 Uhr
So., 10.05.26, 10:00-12:30 Uhr
Vermold, Atelier Stückwerk,
Sperberstr. 3
88,00 €

„Madame Flora“ und andere

verrückte Figuren

Betonkunst im Gartenatelier

Kleingruppenkurs

Petra Kuhn

Gestalten Sie verrückte Köpfe als Hingucker für den Garten, den Blumenkübel oder als kleine Skulpturen für die Wohnung. Dabei werden wir alte Glasflaschen mit Beton neu aufpeppen. Ob rund oder eckig - viele Flaschen haben ihren ganz eigenen Charakter. Ein ganz besonderes Erlebnis





ist das anschließende Bemalen und Gestalten der Köpfe am letzten Kurstag. Bei gutem Wetter werden wir uns im Gartenatelier aufhalten. Die Kosten für Grundierung, Beton und Kleber sind in der Gebühr enthalten.

Bitte mitbringen: gesäuberte Glasflasche (1 - 2, je nach Größe), Stab als Flaschenhalter, runder Borstenpinsel, sehr feiner Haarpinsel, weiße Abtönfarbe, Dekomaterial, Einmalhandschuhe, Föhn, Eimer mit Steinen zum Beschweren oder Schirmständer, altes Handtuch, Wasserglas mit Deckel, Arbeitskleidung, Getränk/ Snack

24050 Mi., 10.06.26, 18:00-19:00 Uhr
 Sa., 13.06.26, 10:00-13:30 Uhr
 So., 14.06.26, 10:00-13:30 Uhr
 Vermold, Atelier Stückwerk,
 Sperberstr. 3
 78,50 €

Nana im Kleinformat Betongestaltung

Inese Kruze

Wir tauchen in den wunderbaren, kreativen Prozess des Modellierens ein. Auf einem stabilen Objektträger werden wir eine ca. 30 cm große Figur fertigen, die im Anschluss mit Beton überzogen und modelliert wird. Nach der Trocknungszeit kann die Figur zuhause oder in unserem Folgekurs (24065) am 15.03. bunt bemalt werden. Auf einem Holzpfahl befestigt ist sie in jedem Beet ein Hingucker. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. ACHTUNG: Bei Abmeldung ab dem 27.02.2026 sind 30 € Materialkosten zu übernehmen.

Bitte mitbringen: Schürze, Gummihandschuhe, 5-Liter-Kunststoffeimer, Korb u. Kissen für den Transport sowie ca. 30 € Materialkosten (vor Ort zu zahlen)

24060 So., 08.03.26, 11:00-16:15 Uhr
 Borgholzhausen,
 Bürgerzentrum Haus 1,
 Raum 13, Masch 4
 40,20 €



Bunte Nanas

Inese Kruze

Haben Sie vor einiger Zeit eine eigene Nana plastiziert und noch keine Gelegenheit gefunden, sie zu bemalen? Auch wenn die Nana schon einige Jahre naturbelassen im Garten verbracht hat - Dieser Kurs bietet nun die Gelegenheit, gemeinsam in kreativer Atmosphäre die Bemalung nachzuholen. Mit wetterfesten Farben gestalten Sie Ihre Nana individuell – voller Lebensfreude, Fantasie und künstlerischer Freiheit.

Bitte mitbringen: bereits gefertigte Nana sowie 15 € Materialkosten für Pinsel, Farben, Handschuhe etc. (vor Ort zu zahlen)

24065 So., 15.03.26, 11:00-14:45 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 1,
Raum 13, Masch 4
29,00 €



Venus-Nana aus Beton

Judite Weitkamp

Nanas sind Plastiken der französischen Künstlerin Niki de Saint Phalle (1930-2002), die wohlgerundete, farbenfroh gestaltete und körperbetonte weibliche Körper darstellen. In diesem Kurs gestalten Sie Ihre farbenfrohe Venus-/Nana-Figur (ca. 70 cm) auf stabiler Eisenarmatur und Drahtgerüst, geeignet für den Garten. Sie modellieren die Form mit Beton, glätten die Oberfläche und können die Figur nach der Trocknungszeit zu Hause bemalen oder naturbelassen. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

ACHTUNG: Bei Abmeldung ab dem 30.04.2026 sind 60 € Materialkosten zu übernehmen.

Bitte mitbringen: Schürze, Arbeitshandschuhe (Arbeit mit Draht), Gummihandschuhe, Kunststoffeimer/Schüssel (5 Liter), ca. 60 € Materialkosten (vor Ort zu zahlen)

24070 Sa., 09.05.26, 11:00-18:30 Uhr
So., 10.05.26, 11:00-14:30 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 1,
Raum 13, Masch 4
69,30 €

Lust auf Töpfern?

Anja Kosub

Ton ist leicht zu gestalten und Töpfern kann eine echte Leidenschaft werden. Nach kurzer Einführung starten wir direkt mit dem Arbeiten. Sie lernen die Pinch-, Platten- und Überformtechnik – alles einfach und zum Ausprobieren. Gestalten Sie kleine Gefäße, Teller, Fische, Vögel oder Türschilder. Die Brände sind in den Kurskosten enthalten. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und erleben Sie die Freude am Töpfern.

Bitte mitbringen: Schürze oder Kittel, ein kleines Handtuch und ggf. eigene Verpflegung.
Ton und Glasur werden je nach Verbrauch direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.



- 24100** Sa., 15.02.26, 10:00-14:00 Uhr
Sa., 14.03.26, 10:00-12:30 Uhr
- 24110** So., 22.02.26, 10:00-14:00 Uhr
So., 15.03.26, 10:00-12:30 Uhr
- 24120** Sa., 23.05.26, 10:00-14:00 Uhr
Sa., 06.06.26, 10:00-12:30 Uhr
- 24130** So., 07.06.26, 10:00-14:00 Uhr
So., 21.06.26, 10:00-12:30 Uhr
- Halle, vhs im Bahnhof, Raum 1,
Bahnhofstr. 40
45,00 (24,00) €

Gieß dich glücklich!
Formengießen mit Keramikpulver
Einsteiger-Workshop
Michelle Schulte

Dieser Kurs bietet einen guten Einstieg in die Arbeit mit dem derzeit angesagten Gießpulver, das geruchlos, ungiftig und einfach zu verarbeiten ist. Nach einer kurzen Beschreibung der Materialeigenschaften stellt die Dozentin verschiedene Formen bereit, aus denen Sie mit ihrer Unterstützung Dekorationselemente ausgießen können. Nach einer kurzen Trockenzeit wird ausgeformt

und Sie nehmen Ihre Ergebnisse direkt mit nach Hause. Die Materialkosten (5 €) sind in der Gebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze/Kittel oder schmutzempfindliche Kleidung und einen kleinen Karton für den Transport

- 24140** Mo., 02.02.26, 17:00-19:30 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 22, Masch 4 c
20,40 (12,70) €

Gieß dich glücklich!
Formengießen mit Keramikpulver
Weitere Techniken und Veredelung
Michelle Schulte

In diesem Kurs erhalten Sie Anregungen zu weiteren Techniken und Ideen für die Veredelung, wie Einfärben des Pulvers vor dem Gießen, Einarbeitung von Glitzer, Verwendung von Stempeln etc. Nach einer kurzen Trockenzeit wird ausgeformt und Sie nehmen Ihre Ergebnisse direkt mit nach Hause. Die Materialkosten (15 €) sind in der Gebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze/Kittel oder schmutzempfindliche Kleidung und einen kleinen Karton für den Transport

- 24150** Mo., 09.02.26, 17:00-19:30 Uhr
Mo., 23.02.26, 17:00-19:30 Uhr
Mo., 02.03.26, 17:00-19:30 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 22, Masch 4 c
64,00 (41,00) €



Gießkunst entdecken

Dekoratives Gestalten mit Keraflott

Nina Schneider

Kreativität, die Freude macht: Mit der vielseitigen Keraflott-Gießmasse gestalten Sie individuelle Dekorationsobjekte - ob stilvoller Dekoteller, eleganter Kerzenhalter oder ein anderes persönliches Lieblingsstück. Ergänzend binden Sie einen Kranz aus Trockenblumen und veredeln eine Kerze, sodass ein harmonisches Ensemble entsteht. Es sind verschiedene Farbkombinationen verfügbar. Der Workshop ist flexibel aufgebaut: Wer keinen Dekoteller anfertigen möchte, kann aus verschiedenen alternativen Projekten wählen und eigene Gestaltungsideen umsetzen.

Bitte mitbringen: Alle benötigten Materialien werden zur Verfügung gestellt und vor Ort mit der Kursleitung je nach Verbrauch abgerechnet (ca. 17 €). Bitte Schürze/Kittel oder schmutzunempfindliche Kleidung tragen und einen kleinen Karton für den Transport mitbringen.

24160 Fr., 06.03.26, 18:00-21:00 Uhr
Vermold,
Begegnungsstätte Kavenstroth,
Deele, Schützenstr. 2
18,40 (9,20) €

Kreativ-Workshop: Gestalten nach Wunsch mit Keraflott

Nina Schneider

Kreativität, die Freude macht: Mit der vielseitigen Keraflott-Gießmasse gestalten Sie individuelle Dekorationsobjekte - ob stilvoller Dekoteller, eleganter Kerzenhalter oder ein anderes persönliches Lieblingsstück. Ergänzend binden Sie einen Kranz aus Trockenblumen und veredeln eine Kerze, sodass ein harmonisches Ensemble entsteht. Es sind verschiedene Farbkombinationen verfügbar. Die Gebühr für das Material (15 €) ist inkludiert.

Bitte mitbringen: Bitte Schürze/Kittel oder schmutzunempfindliche Kleidung tragen und einen kleinen Karton für den Transport mitbringen.

24170 Mi., 17.06.26, 18:00-21:00 Uhr
Vermold,
Begegnungsstätte Kavenstroth,
Deele, Schützenstr. 2
33,40 (24,20) €

Floristik

Frühlingshafte Tischdekoration

Silke Storck-Schierenbeck

Mit frischen Grüntönen vertreibt die Tischdeko den grauen Winter und sorgt nicht nur auf einer gedeckten Tafel für einen besonderen Hingucker. Aus Naturmaterialien, wie Zweigen, Moos, Rinde und Zwiebeln sowie Filz und Bändern gestalten wir kleine Schmuckstücke für Zuhause.

Bitte mitbringen: Gartenschere, Messer und Handschuhe. Die Verbrauchsmaterialien werden mit der Dozentin direkt abgerechnet.

24500 Sa., 28.02.26, 15:00-18:00 Uhr
Werther, Hof Schierenbeck,
Isingdorfer Weg 11
18,40 €





Ikebana – die Kunst des japanischen Blumenstellens

Uwe Griesmeyer

Ikebana begeistert bereits seit den 1970er Jahren als besondere Form der Blumenkunst. In diesem Kurs lernen Sie, Blumen und kleine Landschaften in ihrer natürlichen Schönheit bewusst wahrzunehmen und in ruhiger, konzentrierter Gestaltung zum Ausdruck zu bringen. Ikebana ist mehr als Dekoration – es ist eine meditative Praxis, die Sie ins Hier und Jetzt führt und Raum für Kreativität, Achtsamkeit und innere Ruhe schafft.

Bitte mitbringen: Schale (möglichst dunkel) mit ca. 30 cm Durchmesser und zwei große Kenzane (Steckunterlage, wird sonst vom Kursleiter gestellt), Gartenschere, wasserdichtes Gefäß für den Schalen-Transport, Blumen werden von der Kursleitung gestellt (Kosten 2,00-3,00 €)

24510 Sa., 09.05.26, 14:00-17:00 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 2 (Clubraum),
Alte Kirchstr. 4
24,00 €



Ikebana – die Kunst des japanischen Blumenstellens

zum Frühlingsanfang

Uwe Griesmeyer

Wir werden an diesem Tag im Rahmen eines Landschafts-Ikebana versuchen, den Frühling einzufangen.

Bitte mitbringen: Schale (möglichst dunkel) mit ca. 30 cm Durchmesser und zwei große Kenzane (Steckunterlage, wird sonst vom Kursleiter gestellt), Gartenschere, wasserdichtes Gefäß für den Schalen-Transport, Blumen werden von der Kursleitung gestellt (Kosten 2,00-3,00 €)

24515 Sa., 21.03.26, 14:00-17:00 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
24,00 €





Textiles Gestalten

Batiken & Shibori

Volker Schröder, Anja Kosub

Tauchen Sie ein in die bunte Welt der 70er Jahre! Anlässlich des 50-jährigen VHS-Jubiläums laden wir Sie zu einem besonderen Retro-Kurs ein, der zwei traditionelle Färbetechniken verbindet: das farbenfrohe Batiken, das die Hippie-Ära prägte, und die japanische Shibori-Kunst, die mit kunstvollen Falt- und Abbinde-Methoden faszinierende Muster erzeugt.

Bitte mitbringen: Für Farbe und zwei bedruckte Teile (Tasche / Schürze) werden 15 € Materialkosten direkt vor Ort an die Kursleitung gezahlt. Es können weitere Textilien (Baumwolle oder Leinen) zum Färben mitgebracht werden. Bitte tragen Sie Kleidung, die farbig werden darf.

25000 Sa., 21.02.26, 10:00-14:00 Uhr

25005 Sa., 20.06.26, 10:00-14:00 Uhr

Halle, Bernsteinschule,
Werkraum, Bredenstr. 3
32,00 (16,00) €



Säckchen für Ostern und alle Gelegenheiten

Die kreative Welt der Serviettentechnik

Waltraud Wenske

Möchten Sie einzigartige und nachhaltige Geschenksäckchen selbst gestalten? In unserem Kurs zeigen wir Ihnen, wie Sie Stoffbeutel und Karten mit der Serviettentechnik verschönern können. Mit Servietten, Kleber und ein wenig Geduld entstehen wunderschöne Beutel, die sich perfekt als Geschenkverpackung oder für andere kreative Zwecke eignen - ganz individuell und selbstgemacht. Egal, ob Sie Anfänger oder Bastelprofi sind, dieser Kurs ist für alle geeignet.

Bitte mitbringen: Servietten, wenn vorhanden. Die Kursleitung bringt eine große Auswahl an Säckchen und Servietten mit, die vor Ort gekauft werden können.

25010 Do., 26.03.26, 18:00-20:00 Uhr
Do., 16.04.26, 18:00-20:00 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Dachgeschoss, Alte Kirchstr. 4
26,70 (13,40) €



Lavendelsäckchen nähen und befüllen

Waltraud Wenske

Wir nähen gemeinsam Lavendelsäckchen, die nicht nur herrlich duften, sondern auch wunderschöne kleine Geschenke oder dekorative Accessoires für Zuhause sind. Sie lernen einfache Nähtechniken kennen, die auch für Anfänger gut geeignet sind, und gestalten individuelle Säckchen. Anschließend füllen wir diese mit frisch getrocknetem Lavendel. Genießen Sie einen duftenden Kursabend zur Zeit der Lavendelblüte, für ein Stück Sommer zum Mitnehmen!

Bitte mitbringen: Materialien können gegen eine kleine Gebühr im Kurs erworben werden.

25020 Mi., 17.06.26, 18:00-20:00 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 2 (Clubraum),
Alte Kirchstr. 4
18,40 €

Körbe häkeln – einfach und schnell

für Rechtshänder*innen ohne Vorkenntnisse

Tina Wannke

In diesem Kurs lernen Sie unter fachkundiger Begleitung, ein stabiles, wunderschönes Körbchen aus dickem Baumwollgarn zu häkeln. Die hübschen, selbstgemachten Körbe sind dekorativ und praktisch zur Aufbewahrung. Mit einem persönlichen Label verleihen Sie jedem Stück eine individuelle Note. In den Materialkosten sind enthalten: Garn aus recycelter Baumwolle und Material für Label. Bitte bei der Anmeldung Farbwünsche angeben. Linkshänder*innen benötigen Vorkenntnisse für die Teilnahme

Bitte mitbringen: Häkelnadel in Größe 7, falls nicht vorhanden, kann diese bei der Kursleiterin geliehen oder bei Interesse auch erworben werden. Barzahlung dafür vor Ort.

25060 Sa., 21.02.26, 13:00-17:00 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 22, Masch 4 c
38,00 (27,00) €

Osterkörbe häkeln – einfach und schnell für Rechtshänder*innen ohne Vorkenntnisse

Tina Wannke

In diesem Einsteigerkurs lernen Sie die Grundlagen des Häkelns und gestalten dabei Ihr eigenes (Oster)-Körbchen. Schritt für Schritt zeige ich Ihnen, wie die ersten Maschen entstehen und sich daraus ein dekoratives Körbchen ergibt. Ideal für alle, die Häkeln ausprobieren und etwas Schönes nicht nur für das Osterfest gestalten möchten. In den Materialkosten sind enthalten: Garn aus recycelter Baumwolle und Material für Label. Bitte bei der Anmeldung Farbwünsche angeben.

Bitte mitbringen: Häkelnadel in Größe 7, falls nicht vorhanden, kann diese bei der Kursleiterin geliehen oder bei Interesse auch erworben werden. Barzahlung dafür vor Ort.

25070 Sa., 14.03.26, 13:00-17:00 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Sozialraum, Kiskerstr. 2
38,00 (27,00) €





Freies Häkeln für Fortgeschrittene

Tina Wannke

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits etwas Häkelerfahrung haben und eigene Projekte mit dem beliebten Rope-Garn umsetzen möchten. Ob Korb, Untersetzer, Tasche, Tablett oder Teelichtglas - Sie wählen Ihr persönliches Häkelprojekt und erhalten dabei fachkundige Unterstützung und neue Inspirationen. Material wie Garn oder Holzböden werden mitgebracht und nach Verbrauch abgerechnet (Bar- oder Kartenzahlung möglich). Wenn Sie gerne ein bestimmtes Projekt umsetzen möchten, geben Sie dies bei der Anmeldung bitte an.

Bitte mitbringen: Häkelnadel in Größe 7 oder 8, falls nicht vorhanden, kann diese bei der Kursleiterin geliehen oder bei Interesse auch erworben werden. Barzahlung dafür vor Ort.

25080 Sa., 18.04.26, 10:00-14:00 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 2 (Clubraum),
Alte Kirchstr. 4
23,00 (11,50) €

Weben am Tischwebrahmen

Einführung in eine Jahrtausendealte Handwerkskunst

Sabine Fischer, Mariele Hillebrand

Entdecken Sie das Weben als eine wohltuende Auszeit vom hektischen Alltag. In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen des Webens an einem Tischwebrahmen. Die Webrahmen sind bereits mit Kettfäden bestückt, sodass Sie gleich los weben können.

Mit Baumwolle, Leinen und weiteren Materialien gestalten Sie Ihr ganz persönliches Gewebe - kreativ, individuell und von Hand gefertigt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur Lust am Gestalten und Ausprobieren. Lassen Sie sich von der meditativen und entschleunigenden Wirkung dieses traditionellen Handwerks inspirieren!

Die anteiligen Materialkosten betragen ca. 20 € und werden direkt mit den Kursleiterinnen vor Ort abgerechnet.

Bitte mitbringen: Schere, Stecknadeln, etwas dickere Stopfnadeln für Wolle und ein Maßband

25090 Sa., 07.03.26, 10:00-18:00 Uhr
So., 08.03.26, 10:00-17:00 Uhr

25095 Sa., 28.03.26, 10:00-18:00 Uhr
So., 29.03.26, 10:00-17:00 Uhr

Versmold, Begegnungsstätte
Kavenstroth, Deelee, Schützenstr. 2
136,00 €

Freies Sticken

Monogramme

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Martina Gottwald-Wehner

In diesem Kurs besprechen wir zuerst typische Merkmale von Monogrammen anhand von Beispielen. Danach entwerfen die Teilnehmer*innen individuelle Monogramme auf Papier. Anschließend werden Stickstiche gezeigt und geübt, die sich zum Sticken von Monogrammen eignen - wie Stepp-, Stiel-, Kett-, Flach- oder Festonstich. Ein Monogramm-Entwurf wird ausgewählt, auf Stoff übertragen und mit geeigneten Stickstichen umgesetzt. abschließend wird die Stickerei mit einer farblich passenden Passepartout-Karte eingeraht. Ein tolles Geschenk zu verschiedenen Anlässen! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Bleistift, Radiergummi, schwarzer Fineliner, kleines Lineal/Geodreieck, spitze Schere, Stickgarnreste (falls vorhanden), Holzstickrahmen mit ca. 15 cm Durchmesser (hilfreich, aber nicht unbedingt erforderlich)

25100 Di., 10.02.26, 18:00-20:15 Uhr
Di., 17.02.26, 18:00-20:15 Uhr
Di., 24.02.26, 18:00-20:15 Uhr
Werther, Storck-Haus,
Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
46,40 (25,70) €



Besondere Erinnerungsstücke

Lätzchen und Taufband besticken

Waltraud Wenske

Ein liebevoll gestaltetes Lätzchen oder ein individuell besticktes Band mit Taufspruch sind ganz besondere Erinnerungsstücke, sei es als Geschenk zur Geburt, zur Taufe oder für das eigene Kind. In diesem kreativen Kurs lernen Sie, wie Sie textile Kleinigkeiten mit einer persönlichen Botschaft veredeln und zu einzigartigen Unikaten machen.

Bitte mitbringen: Lätzchen, Bänder und Stickmaterial können selbst mitgebracht oder gegen eine Materialgebühr im Kurs bereitgestellt werden.

- 25110** Mi., 22.04.26, 18:00-20:00 Uhr
 Mi., 29.04.26, 18:00-20:00 Uhr
 Steinhagen,
 Alte Feuerwehr Amshausen, Saal,
 Tiergarten 44
 26,70 (13,40) €

„Woll-Lust“ Strick- & Häkeltreff der Gemeindebibliothek Steinhagen

Annette Hennefeld

Lust auf Wolle, Handarbeit und Geselligkeit? Dann kommen Sie in unsere Wollwerkstatt und werden Sie kreativ. Bringen Sie Nadel und Garn mit, verweilen Sie bei uns und nutzen Sie die Zeit für Ihre Leidenschaft. Tauschen Sie sich mit anderen aus - auch Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse sind herzlich eingeladen. Tipps und Tricks gibt es von Annette Hennefeld, die seit vielen Jahren Handarbeitskurse betreut. Das Angebot findet alle zwei Wochen statt.

Mehr Informationen finden Sie unter: <https://steinhagen.bibliotheca-open.de/Veranstaltungen/Mach-mit>

- Start:** Di., 13.01.26, 15:30-17:30 Uhr
 Steinhagen, Gemeindebibliothek,
 Kirchplatz 26 a

Schmuckgestaltung

Offener Perlenworkshop – Wir machen das Leben bunt!

Dennis Grass, Nora Sander-Grass

Tauchen Sie ein in die farbenfrohe Welt der Perlen! Gemeinsam mit der „Land o' Meer“-Manufaktur aus Vermold gestaltet der „Perlenprinz“ individuelle Gute-Laune-Armbänder - frisch, fröhlich und ganz nach Ihrem Geschmack. Ob knallig bunt, zart pastellig oder elegant - Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt! Das Material wird vor Ort gestellt, Vorkenntnisse sind nicht nötig. Im Zeitraum zwischen 15 und 16 Uhr können Sie vor Ort eintreffen und Ihre Armbänder gestalten. Die Kosten für drei Armbänder sind in der Gebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Ab dem 4. Armband zahlen Sie 10 € Materialkosten pro Armband direkt an die Kursleitung.

- 26000** Sa., 21.03.26, 15:00-18:00 Uhr
 Vermold,
 Begegnungsstätte Kavenstroth,
 Deelee, Schützenstr. 2
 42,00 (36,00) €





Musik

MEGA FORTE – Brassband

Andrea Kalvari

Möchten Sie nicht mehr allein üben und suchen eine Band? Bei uns können Sie mit anderen Musikbegeisterten jeden Alters und Instruments (z.B. Querflöte, Klarinette, tiefes Blech) mitmachen. Der Spaß am Musizieren steht im Vordergrund, Stilrichtungen sind offen – von Klassik bis Rock. Voraussetzungen sind Grundkenntnisse im Notenspiel und die Bereitschaft, zu Hause zu üben. Ziel ist das gemeinsame Musizieren und Auftritte in angenehmer Atmosphäre. Die Band ist eine ständige Einrichtung der vhs und nicht kursgebunden. Die Treffen finden donnerstags statt. Interessierte melden sich bitte vorab zu einem Beratungsgespräch mit der musikalischen Leiterin Andrea Kalvari. Die vhs stellt den Kontakt gerne her.

27000 Do., 05.02.26 - 16.07.26,
24 Termine, 18:00-20:00 Uhr
Halle, vhs im Bahnhof, Raum 3,
Bahnhofstr. 40
gebührenfrei

Farbgestaltung

**Frühling für mein Zuhause –
mehr Farbe, Leichtigkeit und Inspiration**
Farbworkshop inkl. persönlichem Moodboard
Tina Wannke

Wenn draußen die Natur erwacht, darf auch das Zuhause frische Energie bekommen. In diesem Workshop entdecken wir gemeinsam, wie Farben Räume öffnen, Leichtigkeit schaffen und uns ein Gefühl von Klarheit schenken. Sie lernen, welche Töne uns wirklich stärken und wie Sie mit wenig Veränderung große Wirkung erzielen. Im praktischen Teil gestalten Sie ein persönliches Moodboard aus Farbkarten, Stoffmustern und Inspirationen - als kleiner Leitfaden für Ihr Zuhause mit mehr Leichtigkeit und Schwung. Die Materialkosten (8 €) sind in der Gebühr enthalten.

26010 Sa., 28.02.26, 10:00-13:00 Uhr
Werther, Storck-Haus,
Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
26,40 (17,20) €

**Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:**





**„Luftmaschen“ Konzert mit Sistergold
in Zusammenarbeit mit den Gleichstellungs-
stellen der Städte Halle (Westf.) und Werther
(Westf.) und dem Kulturbüro der Stadt Halle
(Westf.)**

Sistergold steht für handgearbeitete Musik voller Esprit, Detailfreude und Kreativität. Im neuen Programm „Luftmaschen“ präsentieren die vier Saxophonistinnen Jazz, Klassik, Funk, Pop und eigene Kompositionen, raffiniert arrangiert für ihr Quartett. Bekannte Werke erhalten frische Klangewebe. Mit Spielfreude, Humor, Showeinlagen und Nähe zum Publikum entsteht ein fesselnder, abwechslungsreicher Konzertabend. Sie drehen musikalische Schleifen, flachsen mit den Gästen und spinnen Stroh zu Gold. Wer Sistergold schon einmal erlebt hat, weiß: Es wird ein fesselnder, feiner, wilder und kurzweiliger Konzertabend.

Einlass ab 18.30 Uhr

Der Kartenvorverkauf findet ausschließlich über die Stadt Halle statt: 05201/183338 oder <https://tickettune.com/hallewestfalen/veranstaltungen/frauenkulturwochen/>

27001 Fr., 06.03.26, 19:00 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise,
Saal, Kiskerstr. 2
16,00 (8,00) €

Gitarrenkurs – Beratung zur Einstufung

Manfred Bogner-Schneider

Im Gitarrenunterricht vermitteln wir von Klassik bis zur aktuellen Popmusik alles, was auf einer akustischen Gitarre spielbar ist. Durch die praxisorientierte Kleingruppenarbeit wird der Unterricht zum „Spaß mit sechs Saiten“. Diese Beratung ist für alle gedacht, die noch nicht wissen, welcher Gitarrenkurs für sie der Richtige ist. Die Beratung ist individuell und kostenlos. Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

27005 Mi., 11.02.26, 17:30-19:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
gebührenfrei

**Gitarre I
für Anfänger*innen**

Manfred Bogner-Schneider

Dieser Kurs ist für die absoluten Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse. Hier lernen Sie ohne Noten Lieder und aktuelle Hits auf der Gitarre zu begleiten.

27010 Mi., 18.02.26 - 20.05.26,
12 Termine, 16:00-17:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
76,60 (39,80) €





Gitarre II

für leicht fortgeschrittene Anfänger*innen

Manfred Bogner-Schneider

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon 10 Griffe kennen und auf leichte Art und Weise neue und alte Songs anhand gängiger Schlagbegleitungen lernen möchten. Songs wie „Love is all around“, „Boulevard of broken dreams“, „Father and Son“, „Hey brother“, „Knocking on heavens door“ u.a. stehen auf dem Programm.

27020 Mi., 18.02.26 - 20.05.26,
12 Termine, 14:45-16:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
95,00 (49,00) €

Gitarre III

für fortgeschrittene Anfänger*innen

Manfred Bogner-Schneider

Neben neuen Schlagmustern wird in die klassische Zupfbegleitung eingeführt („Scarborough Fair“).

27030 Di., 17.02.26 - 19.05.26,
12 Termine, 14:45-16:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
113,40 (58,20) €

Gitarre IV

Klassische Zupfbegleitungen für Oldies und neue Songs

Manfred Bogner-Schneider

Vertiefung der klassischen Zupfmuster wie in „Halleluja“ und „Behind Blue Eyes“.

27040 Di., 17.02.26 - 19.05.26,
12 Termine, 17:30-18:45 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
95,00 (49,00) €

Gitarre V

für Fortgeschrittene

Manfred Bogner-Schneider

Das Begleiten bekannter Pop-, Folk- und Rocksongs wird eingeübt. Leichte Vor- und Zwischenspiele werden anhand von Tabulaturen gelernt. Unterschiedliche Zupftechniken werden vermittelt und vertieft. Am Ende des Kurses gibt es eine kleine Einführung in die amerikanische Fingerpickingtechnik (mit Wechselbass).

27050 Di., 17.02.26 - 19.05.26,
12 Termine, 16:15-17:30 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
95,00 (49,00) €



Gitarre VI

für Fortgeschrittene

Manfred Bogner-Schneider

In diesem Kurs findet eine Einführung in das Melodiepicking statt, eine Vertiefung des amerikanischen Blues- und Ragtime Pickings. Auch aktuelle Pop- und Rocksongs werden eingeübt.

27060 Mi., 18.02.26 - 20.05.26,
12 Termine, 17:15-18:45 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
113,40 (58,20) €

Gitarre VII

für Fortgeschrittene

Manfred Bogner-Schneider

Vertiefung des Melodiepickings und des Tabulaturlesens.

27070 Mi., 18.02.26 - 20.05.26,
12 Termine, 18:45-20:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
113,40 (58,20) €

Gitarre IX

für Fortgeschrittene

Manfred Bogner-Schneider

Vertiefung des Melodiepickings nach Stücken wie „Tears in Heaven“ und „Stairway to Heaven“.

27090 Di., 17.02.26 - 19.05.26,
12 Termine, 18:45-20:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
113,40 (58,20) €

Gitarre X

für Fortgeschrittene

Manfred Bogner-Schneider

Vertiefung des Melodiepickings nach Stücken wie „Tears in Heaven“ und „Stairway to Heaven“.

27100 Di., 17.02.26 - 19.05.26,
12 Termine, 20:15-21:45 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
113,40 (58,20) €

Gitarre XI

für Fortgeschrittene

Manfred Bogner-Schneider

In Kleingruppenkursen arbeiten hier Kursteilnehmende weiter, die in den letzten Semestern Fortgeschrittenenkurse besucht haben. Melodiepicking sowie viele Oldies und irische Songs werden weiter geübt.

27110 Mi., 18.02.26 - 20.05.26,
12 Termine, 20:15-21:45 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 23,
Kättkenstr. 14
113,40 (58,20) €

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:





Ukulele spielen leicht gemacht

Antje Köhn

Ukulele spielen ist der Hit! Sie passt in jeden Rucksack, schenkt schnelle Erfolgserlebnisse und bringt auch den kühnsten und zurückhaltendsten Menschen zum Schmunzeln. Das Wort Ukulele heißt übersetzt „hüpfender Floh“ - eine treffende Charakterisierung: klein und frech! Die Ukulele ist so universell einsetzbar wie die Gitarre: Ob Jazz, Chansons, Klassik, Rock, Volks- oder Kinderlieder, sie kann überall mitmischen. In diesem Kurs lernen wir Akkorde und Anschlagstechniken anhand von Liedern verschiedener Niveaus aus unterschiedlichen Genres. Im Vordergrund steht dabei die Freude am Entdecken des Instruments. Spaß am Singen wäre schön, ist aber kein Muss. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Instrumente werden gestellt.

Bitte mitbringen: eigene Ukulele und Notenständer (sofern vorhanden), Schreibzeug

27120 Sa., 18.07.26, 10:00-13:30 Uhr
So., 19.07.26, 10:00-13:30 Uhr
Werther, Haus Werther,
Herrenhaus, Raum 2,
Schloßstr. 36
65,00 (33,00) €



Ukulele fresh-up

Antje Köhn

Dieser Workshop richtet sich an alle, die vielleicht schon einmal den Anfängerkurs mitgemacht (oder sich bei youtube ausgetobt) haben und in der Zwischenzeit drangeblieben sind. Im Idealfall könnt ihr die ersten Akkordwechsel flüssig spielen, sodass der Grundstein für weitere Rhythmen und schnellere Wechsel gelegt ist. Im Gepäck habe ich wieder viele Lieder aus dem Rock-/Pop/Folk-Bereich dabei und bin auch offen für Liedvorschläge von euch. Auch für Gitarrenspielende geeignet, die einfach mal eine Nummer kleiner spielen wollen!

Bitte mitbringen: eigene Ukulele und Notenständer (sofern vorhanden), Schreibzeug

27130 Sa., 18.07.26, 14:30-18:00 Uhr
So., 19.07.26, 14:30-18:00 Uhr
Werther, Haus Werther,
Herrenhaus, Raum 2,
Schloßstr. 36
65,00 (33,00) €





Lagerfeuer-Ensemble

Ukulele-Gruppe des Heimatvereins

Brockhagen e.V.

Gerhard Genuit

Nach einem Ukulele-Kurs der vhs Ravensberg gründeten TeilnehmerInnen 2023 das Lagerfeuer-Ensemble. Alle 14 Tage treffen sie sich donnerstags um 19:30 Uhr in Brockhagen, um Ukulele zu spielen und zu singen. Sie erarbeiten deutsche und internationale Stücke aus Pop, Rock, Schlager und Volksliedern. Neueinsteiger*innen sind willkommen! Kontakt: Gerhard Genuit, 05204 89148, www.heimatverein-brockhagen.de.

Steinhagen,
Alte Dorfschule Brockhagen,
R 1 (unten links),
Brockhagener Str. 224

Blockflöten-Kurs

Claudia Besler

Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die grundlegende Fähigkeiten im Spiel von Sopran-, Alt-, Tenor- oder Bassblockflöte haben und die gerne in der Gruppe musizieren möchten. Sie sollten in der Lage sein, Noten zu lesen. Wir werden zwei- bis dreistimmige Stücke in Ruhe erarbeiten. Es werden Übungsdateien zur Verfügung gestellt. Sollte ausreichend Interesse bestehen, kann der Kurs als regelmäßiges Angebot fortgesetzt werden.

Bitte mitbringen: Blockflöte(n) und Notenständer (sofern vorhanden) sowie Bleistift. Es stehen aber auch Leihflöten zur Verfügung.

27150 Mo., 02.03.26 - Mo., 11.05.26,
8 Termine, 19:00-20:30 Uhr
Werther, Haus Werther,
Herrenhaus, Raum 2,
Schloßstr. 36
77,60 (40,80) €



Blockflöten-Workshop

Claudia Besler

Wer schon einmal Blockflöte gespielt hat, kann in diesem Workshop seine Kenntnisse auffrischen und mit anderen musizieren. Wer mehr Spielerfahrung mitbringt, ist ebenfalls herzlich willkommen. Dabei ist es ganz egal, ob Sie Sopran-, Alt-, Tenor- oder Bassblockflöte spielen. Grundlegende Fähigkeiten, Noten zu lesen und Blockflöte zu spielen, sollten vorhanden sein. Wir werden einfache zwei- bis dreistimmige Stücke spielen und uns so viel Zeit nehmen, die einzelnen Stimmen zu erarbeiten, wie es für die Teilnehmer*innen nötig ist.

Bitte mitbringen: Blockflöte(n) und Notenständer (sofern vorhanden) sowie Bleistift. Es stehen aber auch Leihflöten zur Verfügung.

27160 Sa., 14.02.26, 10:00-13:30 Uhr
So., 15.02.26, 10:00-13:30 Uhr

27170 Sa., 21.03.26, 10:00-13:30 Uhr
So., 22.03.26, 10:00-13:30 Uhr

27180 Sa., 20.06.26, 10:00-13:30 Uhr
So., 21.06.26, 10:00-13:30 Uhr

Werther, Haus Werther,
Herrenhaus, Raum 2,
Schloßstr. 36
44,00 (22,50) €





Blues-Harp

Starter-Workshop

Martin Fetzer

Möchten Sie Mundharmonika oder Blues-Harp erlernen? In diesem Kurs erhalten Sie einen Einblick in das faszinierende Instrument, das überall Spaß macht – beim Lagerfeuer, mit Freunden oder im Stau. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Sie lernen die wichtigsten Grundtechniken und Basiswissen durch praktische Übungen. Am Ende können Sie einfache Blues-Melodien spielen. Das Lehrmaterial inklusive Übungs-CD ist im Preis enthalten, so können Sie auch zu Hause weiter üben.

Bitte mitbringen: „10-Kanal diatonische Mundharmonika nach dem Richter-System“ in C-Dur. Diese kann auch beim Kursleiter vor Ort (für ca. 50 €) erworben werden.

27190 So., 10.05.26, 10:00-16:30 Uhr
Werther, Storck-Haus,
Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
41,80 (23,40) €

Afrikanische Rhythmen und Kultur

Trommelkurs

in Zusammenarbeit mit der echtZeit

wertkreis Gütersloh gGmbH

Thiendella Diop

In diesem Kurs erlernen Sie Grundschnitte auf der Djembe und spielen einfache westafrikanische Rhythmen sowie Begleitstimmen auf den Bass-trommeln. Im Laufe des Kurses üben wir komplexere Rhythmen und traditionelles Solo-Spiel. Trommeln fördert die Gemeinschaft und Sie werden erleben, wie Kommunikation, Resonanz und Lebensfreude gestärkt werden. Dieser Kurs eignet sich für Anfänger*innen und Fortgeschrittene, die das Gruppenerlebnis suchen.

27200 Do., 19.02.26 - 19.03.26,
5 Termine, 17:30-18:30 Uhr
Halle, echtZeit wertkreis Gütersloh
gGmbH, Bismarckstr. 1
53,00 €

27210 Do., 11.06.26 - 09.07.26,
5 Termine, 17:30-18:30 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
53,00 €





Tanz

Frauen-Disco

in Zusammenarbeit mit den Gleichstellungsstellen der Städte Halle (Westf.) und Werther (Westf.) und dem Kulturbüro der Stadt Halle (Westf.)

Die Haller Remise wird auch in diesem Jahr erneut zum Dancefloor. Unter dem Motto "von Frauen, für Frauen" legt DJane Anja Lieblingshits aus den Disco-Zeiten von damals auf. Die DJane mit 30 Jahren Erfahrung, die aktuell auch im Zweischling die Leute auf die Tanzfläche holt, kennt sich aus und spielt coole Titel, die früher auf keiner heißen Party fehlen durften. Und zwar querbeet durch alle Genres. Rock, Pop oder Funk: Anja Tschernonko geht selbstverständlich auf Wünsche ein und spielt alles, was in die Beine geht, außer Schlager und Heavy Metal. Ein Orga-Team aus dem Netzwerk „Neue Wege für Frauen“ sorgt an diesem Abend für den Wohlgefühlcharakter. Beste Stimmung ist auch dank einer Cocktail- und Getränkebar garantiert.

Einlass ab 19.30 Uhr

Der Kartenvorverkauf findet ausschließlich über die Stadt Halle statt: 05201/183338 oder <https://tickettune.com/hallewestfalen/veranstaltungen/frauenkulturwochen/>

28000 Sa., 21.03.26, 20:00-23:30 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise,
Saal, Kiskerstr. 2

Discofox für Einsteiger*innen

Stefan Wölke

Discofox ist der ideale Tanz für Partys, Feiern und Feste! In diesem Kurs lernst du die grundlegenden Schritte, einfache Figuren sowie das sichere Führen und Folgen. Mit ruhiger Musik und klaren Anleitungen entsteht schnell ein gutes Gefühl für Rhythmus und Bewegung. Hier gelingt der Einstieg spielend leicht und mit jeder Menge Spaß am Tanzen. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe

28010 Do., 05.03.26 - 26.03.26,
4 Termine, 17:30-18:30 Uhr

28020 Do., 21.05.26 - 18.06.26,
4 Termine, 17:30-18:30 Uhr

28030 Do., 25.06.26 - 16.07.26,
4 Termine, 17:30-18:30 Uhr

Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 21, Masch 4 c
27,60 (15,30) €

möbel & mehr

Kirchplatz 28 | 33803 Steinhagen
05204 8700-771
sozialkaufhaus@ash-gt.de
www.ash-gt.de

Gebrauchte Möbel und Accessoires
für Nachhaltigkeit und Klimaschutz

Donnerstags ist Wiederverwendungstag!
Termine entnehmen Sie bitte Ihrem
Umweltkalender



Discofox

Aufbaukurs

Stefan Wölke

Vertiefe deine Discofox-Fähigkeiten und bring mehr Dynamik aufs Parkett! Wir verfeinern Technik, Timing und Haltung, erhöhen das Tempo und erweitern dein Figurenrepertoire. Durch neue Kombinationen und präzisere Führung entsteht ein eleganter, fließender Tanzstil. Ideal für alle, die die Basics bereits sicher beherrschen und Lust auf neue tänzerische Impulse haben. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe

28040 Do., 16.04.26 - 07.05.26,
4 Termine, 17:30-18:30 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 21, Masch 4 c
27,60 (15,30) €

Cuban Salsa (Casino) für

Einsteiger*innen

Stefan Wölke

Heiße Rhythmen, Lebensfreude und Bewegung pur! In diesem Kurs lernst du die grundlegenden Schritte und Figuren der Cuban Salsa - den wohl authentischsten aller Salsa-Stile. Mit Fokus auf Führen und Folgen, Körpergefühl und Timing tanzt du dich Schritt für Schritt in den lateinamerikanischen Groove. Ideal für Paare ohne Vorkenntnisse, die Spaß, Musik und Temperament verbinden möchten. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe

28070 Do., 05.03.26 - 26.03.26,
4 Termine, 18:45-19:45 Uhr

28080 Do., 21.05.26 - 18.06.26,
4 Termine, 18:45-19:45 Uhr



28090 Do., 25.06.26 - 16.07.26,
4 Termine, 18:45-19:45 Uhr

Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 1,
Raum 13, Masch 4
27,60 (15,30) €

Cuban Salsa (Casino)

Aufbaukurs

Stefan Wölke

Jetzt wird's dynamisch! Aufbauend auf den Grundlagen vertiefst du dein Können mit neuen Figuren, Techniken und kreativen Kombinationen. Präzises Führen, fließende Bewegungen und rhythmische Energie stehen im Mittelpunkt. Ein besonderer Höhepunkt: ein erster Einblick in die mitreißende Rueda de Casino, bei der Partnerwechsel und Spaß garantiert sind. Perfekt für alle, die ihre Salsa auf das nächste Level bringen wollen! Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe

28100 Do., 16.04.26 - 07.05.26,
4 Termine, 18:45-19:45 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 21, Masch 4 c
27,60 (15,30) €



Latino Total für Einsteiger*innen

Stefan Wölke

Willkommen in der Welt der lateinamerikanischen Tänze! In diesem Kurs lernst du die Basics aus Cuban Salsa, Bachata, Merengue und Kizomba – vom rhythmischen Schwung bis zur sinnlichen Verbindung im Paar. Im Mittelpunkt stehen Führen und Folgen sowie das gemeinsame Tanzgefühl. Dieses Allroundpaket bringt Leidenschaft, Musik und Bewegung zusammen - ideal für Paare ohne Vorkenntnisse und ein Muss für jede Latino-Party! Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe

28110 Di., 03.02.26, 18:00-19:30 Uhr
Di., 10.02.26, 18:00-19:30 Uhr
Di., 24.02.26, 18:00-19:30 Uhr

28120 Di., 03.03.26, 18:00-19:30 Uhr
Di., 10.03.26, 18:00-19:30 Uhr
Di., 17.03.26, 18:00-19:30 Uhr

28130 Di., 12.05.26, 18:00-19:30 Uhr
Di., 19.05.26, 18:00-19:30 Uhr
Di., 02.06.26, 18:00-19:30 Uhr

28140 Di., 16.06.26, 18:00-19:30 Uhr
Di., 23.06.26, 18:00-19:30 Uhr
Di., 30.06.26, 18:00-19:30 Uhr

Werther,
Grundschule Mühlenstraße,
neue Turnhalle, Mühlenstr. 8
30,60 (16,80) €

Latino Total

Aufbaukurs

Stefan Wölke

Tauche tiefer ein in die Vielfalt der Latino-Rhythmen! Aufbauend auf dem Einsteigerkurs erweitern wir Technik, Ausdruck und Figuren in Salsa, Bachata, Merengue und Kizomba, ergänzt durch den gefühlvollen Zouk. Ob temperamentvoll oder sinnlich – du lernst, beide Welten zu verbinden und mit Stil, Energie und Gefühl zu tanzen. Perfekt für alle, die ihr Latino-Repertoire mit mehr Tiefe und Leidenschaft füllen möchten. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe

28150 Di., 14.04.26 - 05.05.26,
4 Termine, 18:00-19:30 Uhr
Werther,
Grundschule Mühlenstraße,
neue Turnhalle, Mühlenstr. 8
39,80 (21,40) €





Salsa Solo tanzen (Salsa Suelta) für Einsteiger*innen

Stefan Wölke

Tanzen ohne Partner – aber mit voller Energie! Salsa Suelta kombiniert die Schritte und Bewegungen aus der Cuban und LA Salsa zu einem mitreißenden Solo-Tanz. Im Fokus stehen Rhythmus, Koordination und Spaß an Bewegung. Du lernst die grundlegenden Basics, erste Kommandos und das richtige Timing zur Musik. Ideal für alle, die lateinamerikanisches Lebensgefühl erleben möchten – ganz ohne Tanzpartner!

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe, Handtuch, Getränk

28160 Di., 03.02.26 - 24.02.26,
4 Termine, 20:30-22:00 Uhr

28170 Di., 14.04.26 - 05.05.26,
4 Termine, 20:30-22:00 Uhr

28180 Di., 12.05.26 - 09.06.26,
4 Termine, 20:30-22:00 Uhr

Steinhagen,
vhs Gesundheits-Forum, Kirchplatz 8
39,80 (21,40) €

Salsa Solo tanzen (Salsa Suelta)

Aufbaukurs

Stefan Wölke

Mehr Power, mehr Flow, mehr Salsa! Im Aufbaukurs vertiefst du deine Kenntnisse mit neuen Schrittkombinationen, schnelleren Kommandos und fließenden Übergängen. Hier zählen Reaktion, Koordination und Musikalität. Der sportliche Aspekt rückt stärker in den Vordergrund - du kommst in Bewegung, ins Schwitzen und vor allem: ins Tanzen! Perfekt für alle, die ihre Salsa-Energie ausbauen wollen.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe, Handtuch, Getränk

28190 Di., 03.03.26 - 24.03.26,
4 Termine, 20:30-22:00 Uhr

28200 Di., 16.06.26 - 07.07.26,
4 Termine, 20:30-22:00 Uhr

Steinhagen,
vhs Gesundheits-Forum, Kirchplatz 8
39,80 (21,40) €

Bachata für Einsteiger*innen

Stefan Wölke

Langsame Schritte, fließende Bewegungen und sinnliche Nähe – das ist Bachata. In diesem Kurs lernst du die Basics dieses gefühlvollen Tanzes: sanfte, aber klare Körperführung, harmonisches Zusammenspiel und erste leichte Figuren. Die Musik trägt dich durch jede Bewegung – ideal für Paare, die tänzerische Romantik entdecken und sich dabei mit Stil und Gefühl bewegen möchten. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe, Handtuch, Getränk

28210 Do., 05.02.26 - 26.02.26,
4 Termine, 20:30-21:30 Uhr

28220 Do., 05.03.26 - 26.03.26,
4 Termine, 20:30-21:30 Uhr

28230 Do., 21.05.26 - 18.06.26,
4 Termine, 20:30-21:30 Uhr

28240 Do., 25.06.26 - 16.07.26,
4 Termine, 20:30-21:30 Uhr

Steinhagen, Realschule,
Gymnastikraum, Laukshof 10
Eingang N 22
27,60 (15,30) €



Bachata

Aufbaukurs

Stefan Wölke

Vertiefe das, was Bachata so besonders macht: Nähe, Rhythmus und Ausdruck. Neue Figuren, fließende Übergänge und verfeinerte Körperbewegungen sorgen für noch mehr Eleganz und Gefühl. Du lernst, Führung und Reaktion intuitiver zu gestalten und mit deinem Partner im Einklang zur Musik zu tanzen. Für alle, die ihre sinnliche Seite auf dem Tanzparkett weiter entfalten möchten. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe

28250 Do., 16.04.26 - 07.05.26,
4 Termine, 20:30-21:30Uhr
Steinhagen, Realschule,
Gymnastikraum, Laukshof 10
Eingang N 22
27,60 (15,30) €

Hochzeitstanz

Intensiv-Vorbereitung

Stefan Wölke

Der schönste Moment des Abends verdient den perfekten Tanz! In diesem Kurs bereitet ihr euch gezielt auf euren großen Auftritt vor – mit Langsamem Walzer, Wiener Walzer, Rumba und Discofox als vielseitigem Tanzpaket. Ob klassisch, romantisch oder spritzig - ihr lernt, euch sicher, harmonisch und mit Ausstrahlung zu bewegen. Mit Einmarsch-Übung, Haltung und Timing entsteht ein Tanz, der Herzen berührt und Erinnerungen schafft. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: geplantes Schuhwerk für die Hochzeit

28390 Mo., 02.02.26 - 23.03.26,
8 Termine, 17:00-18:30 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 21, Masch 4 c
76,60 (39,80) €

Hochzeitstanz

Crashkurs

Stefan Wölke

Wenig Zeit, aber große Wirkung! In diesem intensiven Crashkurs lernt ihr den Langsamen Walzer als stilvollen und gefühlvollen Hochzeitstanz. Schritt für Schritt entsteht eine sichere Basis, mit der ihr euren Moment auf der Tanzfläche genießen könnt – elegant, selbstbewusst und voller Emotion. Ideal für Paare, die kurz vor der Hochzeit stehen und ihren großen Auftritt mit Glanz und Wow-Effekt meistern wollen. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: geplantes Schuhwerk für die Hochzeit

28400 Mo., 13.04.26 - 04.05.26,
4 Termine, 17:15-18:45 Uhr

28410 Mo., 08.06.26 - 29.06.26,
4 Termine, 17:30-19:00 Uhr

Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 21, Masch 4 c
39,80 (21,40) €





All-Star Dancing für Einsteiger*innen

Stefan Wölke

Der perfekte Start für alle, die ganz neu ins Tanzen einsteigen! Ohne Vorkenntnisse lernst du, dich sicher im Takt zu bewegen und Spaß an Musik und Rhythmus zu finden. Mit leicht zu lernenden Tänzen wie Langsamer Walzer, Quickstep, Discofox und Rumba entsteht eine solide Basis für alle Gelegenheiten. Ideal für Paare, die gemeinsam entdecken möchten, wie viel Freude Tanzen von Anfang an machen kann! Die Anmeldung ist nur paarweise möglich.

Bitte mitbringen: Sport- oder Tanzschuhe

28430 Sa., 16.05.26 - 04.07.26,
8 Termine, 16:00-17:30 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 2, R 21, Masch 4 c
76,60 (39,80) €

Einführung in den Orientalischen Tanz (Bauchtanz)

für Frauen

Eva Ulrike Dross

Der orientalische Tanz ist ein freier, ursprünglicher Tanz, der Weiblichkeit und sinnliche Gefühle ausdrückt. Er hilft bei Rücken- und Unterleibsbeschwerden sowie nach der Schwangerschaft.

Gemeinsam werden Beckenkreise, Hüftschwünge, Shimmies, Schultern, Hände, Arme und Brustkorb zu orientalischer Musik bewegt, um Verspannungen zu lösen. Verschiedene Bewegungs- und Schrittkombinationen werden geübt, unterstützt durch Yoga, Massagen, Entspannung und Atemübungen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Stoppersocken oder Tanzschlappchen, Tuch für die Hüfte (sofern vorhanden)

28440 Sa., 14.03.26, 10:00-15:00 Uhr
Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 1,
Raum 18, Masch 4
27,60 (13,80) €

WDR 2



Bleibt neugierig





vhs macht
gesünder

Gesundheit
Bewegung
Ernährung

INHALT	Gesundheit im Fokus	112
	Klangschalen, Massage	116
	Entspannung, Meditation, Resilienz	117
	Yoga	123
	Qigong	132
	Selbstverteidigung	134
	Pilates, Rückenfit, Beckenbodenstärkung	134
	Fitness, Faszien, Zumba	138
	Hula-Hoop, Boule, Bogenschießen	146
	Reiten, Wandern, Laufen	147
	Segelfliegen	149
	Aquafitness, Wassergymnastik	149
	Fasten	152
	Workshops, Vorträge, Erlebnisgastronomie	153
	Kochen, Backen, Confitserie	157



Gesundheit im Fokus

Gesichtlesen: Wie das Innere sich im Außen zeigt!

Regina Trebing

Unser Gesicht zeigt, wie es uns innerlich geht. Es spiegelt kognitive, physische und emotionale Zustände wider. Mimik, Gesichtszüge, Gestik und Körpersprache verraten viel über unseren Charakter und unsere Persönlichkeit. Damit können wir uns selbst und andere besser kennenlernen. Was sind Gemeinsamkeiten und Unterschiede bei Persönlichkeiten? Wie erfülle ich meine Bedürfnisse? Welches Umfeld brauche ich für ein erfülltes Leben? sind einige der Fragen, um die es in diesem Vortrag geht.

30100 Di., 24.02.26, 19:00-20:30 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte
Kavenstroth, Deelee,
Schützenstr. 2
8,00 (5,00) €

Gesichtlesen – Wie gelingen Beziehungen?

Regina Trebing

Unser Gesicht zeigt, wie es uns innerlich geht. Und welche Persönlichkeitsmerkmale wir haben. Es ist sichtbar, wie wir „gestrickt“ sind. Da es bekanntlich zu jedem Topf einen Deckel gibt, soll es an diesem Abend darum gehen, wer zu wem und warum passt. Worauf sollten wir bei der Partnerwahl achten? Wo haben wir hemmende Erwartungen? Bei welchem Persönlichkeitsmix gestaltet sich Beziehung leicht(er)? In diesem Vortrag geht es um Partnerschaften, (romantische) Beziehungen und alle Verbindungen zwischen Menschen in Familie und Freundschaft.

30101 Di., 17.03.26, 19:00-20:30 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum,
Kiskerstr. 2
8,00 (5,00) €

Zahnbehandlungsangst verstehen – und den Weg zu innerer Ruhe finden

Sonja Sachs

Vortrag über die Ursachen von Zahnbehandlungsangst, die Macht unserer Gedanken und erste Schritte zu mehr Gelassenheit beim Zahnarzt. Dieser Vortrag richtet sich an alle Betroffenen und Angehörigen, der erklärt, wie Angst entsteht, welche Rolle Gedanken und Erfahrungen dabei spielen und wie erste Schritte zu mehr Gelassenheit gelingen können. Ziel ist es, Verständnis und Mut zu fördern – mit einem kurzen Entspannungsanteil und alltagstauglichen Impulsen für einen neuen Umgang mit Zahnarztbesuchen.

30102 Fr., 20.03.26, 18:00-19:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
8,00 (5,00) €

Gesund beginnt im Mund – Warum gesunde Zähne und Zahnfleisch die Basis für Ihr Wohlbefinden sind

Sonja Sachs

Dieser Vortrag richtet sich an alle Interessierten, die mehr über die Zusammenhänge zwischen Mundgesundheit und Allgemeingesundheit erfahren möchten. Es werden die wichtigsten Erkrankungen wie Karies, Gingivitis und Parodontitis erklärt sowie deren Einfluss auf Herz-Kreislauf-System, Stoffwechsel und Immunsystem aufgezeigt. Praktische Tipps zu Putztechniken, Interdentalpflege und Vorsorge runden das Programm ab – wissenschaftlich fundiert, praxisnah und verständlich.

30103 Mo., 23.02.26, 19:30-21:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
8,00 (5,00) €



Sportwochenende in Hachen

Nadine Hager

Erleben Sie ein ganz besonderes Sportwochenende in der Sportstätte Hachen im Sauerland. Ein Wochenende für alle: Frauen und Männer, Paare, Freunde oder Singles. Ankunft Freitagnachmittag, Abschluss Sonntagmittag, inklusive Unterkunft, Verpflegung und einem abwechslungsreichen Sportprogramm. Unsere erfahrene Trainerin Nadine Hager gestaltet ein vielfältiges Angebot, das Sie nach Lust und Laune mitmachen lässt: Aquafitness, Theraband-Einheiten, Nordic Walking, BBP – und ebenso Raum für Achtsamkeit, Atemübungen und Traumreisen. Wichtig: Es gibt kein Muss – jeder nimmt teil, wozu er oder sie sich körperlich in der Lage fühlt. Motto des Wochenendes: Alles geht, nichts muss. Besonders wertvoll ist das Gemeinschaftserlebnis: Der Samstagabend in Willis Tenne lädt zum entspannten Austausch, Netzwerken und wer möchte, auch zum Tanzen ein. Nett beisammensitzen, gemeinsam lachen und sich gegenseitig motivieren. Sichern Sie sich Ihren Platz und gönnen Sie sich ein Wochenende voller Wohlbefinden, Bewegung und Gemeinschaft.

Es gilt die eigene Anreise. Sie übernachten in einem Einzelzimmer mit Vollverpflegung.

Die Belegung der Zimmer erfolgt üblicherweise freitags ab 15:00 Uhr (Änderungen vorbehalten). Die Zimmerräumung erfolgt bei Abreise sonntags bis 12:00 Uhr.

Bitte beachten Sie die gesonderten Stornobedingungen bei diesem Angebot: Bei einer Abmeldung bis zum 26.01.2026 fallen 20,00 € Stornogebühr an. Bei einer Abmeldung ab dem 27.01.2026 werden 50 % der Kursgebühr erhoben.

30105 Fr., 13.03.26, 15:00-18:00 Uhr
 Sa., 14.03.26, 10:00-18:00 Uhr
 So., 15.03.26, 09:00-12:00 Uhr
 Sundern, Sport- und Tagungszentrum
 Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Sundern
 295,00 €



Chronisch krank durch Stress

im Nervensystem? (online)

Wie der Vagusnerv Gesundheit und Heilung beeinflusst.

Nina Köhler

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie das Nervensystem funktioniert, warum der Vagusnerv für unsere Gesundheit so wichtig ist und welche Zusammenhänge zu chronischen Erkrankungen bestehen. Kleine alltagstaugliche Übungen zeigen, wie Sie Ihr Nervensystem positiv beeinflussen können. Ziel ist ein besseres Verständnis, wie Körper und Seele zusammenwirken - und wie Sie selbst zu mehr Balance beitragen können. Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDienstag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

30107



Online-Kurs

Di., 17.02.26, 19:00-21:00 Uhr

5,00 €

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:



Balance-Booster Ayurveda: Entdecke die Power der ältesten Heilkunst der Welt

(online)

Uta Hesselbach

Ayurveda, die „Wissenschaft vom Leben“ ist eine jahrtausendealte indische Heilkunst, die den Menschen in seiner Ganzheit betrachtet. Sie ist nicht nur ein Medizinsystem, sondern sie lehrt uns, wie wir durch Harmonisierung von Körper, Geist und Seele ein gesundes und erfülltes Leben führen können. Dabei geht es nicht um Verbote oder Gebote, um scheinbar Übernatürliches oder schwierige Körperübungen. Es geht um wichtige Dinge: Deine Gesundheit, Lebens-Qualität und Dein Wohlbefinden. Ayurveda kann Dich dabei auf einfache und umsetzbare Art und Weise unterstützen. In dieser Einführung entdecken wir die grundlegenden Prinzipien von Ayurveda. Wir beleuchten, was es so einzigartig macht und wie es Dir helfen kann, Deine persönliche Konstitution, die sogenannten Dohas, besser zu verstehen. Bist Du bereit, den ersten Schritt auf dem Weg zu einem bewussten Umgang mit Deiner Gesundheit zu gehen? Dann bist Du herzlich zu diesem Infoabend eingeladen.

Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDienstag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

30108



Online-Kurs

Di, 24.02.26, 18:00-19:30 Uhr

5,00 €



**Bewusstes „Geh-spräch“ verbindet
Bewegung und Ernährungsberatung
Kräuterwanderung**

Sabine Holzkämper-Kämmerer

Das Wichtigste für unsere Gesundheit ist die Muskelbewegung, insbesondere in frischer Waldluft. Wir verbinden im „Geh-spräch“ körperliche und geistige Bewegung mit bewusstem Atmen, die Körperhaltung mit der Einstellung zum Leben sowie die Ernährungsberatung mit Wildkräuterkunde. Legere Kleidung, bequeme Schuhe und freie Arme (frei von Gegenständen jeglicher Art) sind hierfür sehr angenehm.

30109 Fr., 08.05.26, 16:00-18:00 Uhr
Treffpunkt: Halle-Ascheloh,
Grüner Weg 44, Parkplatz unterhalb
des Jugendheimes
12,30 (6,20) €

**„Ausgeschlafen“ – Ihr Weg zu mehr
Energie und erholsamem Schlaf
Workshop**

Daria Libke-Grießing, Kathrin Libke

Während ein erholsamer Schlaf für viele normal ist, so können immer mehr Menschen davon nicht mal träumen. In diesem Kurs erhalten Sie Informationen rund um das Thema Schlaf und Schlafstörungen sowie praktische Tipps und Übungen aus den Bereichen Akupressur, Mentaltraining, körperorientierte Familientherapie, Ernährungs- und Bewegungstherapie, die Ihnen beim Einschlafen helfen und Ihre persönliche Schlaf- und Lebensqualität verbessern können.

Bitte mitbringen: bequeme Sachen, etwas zum Schreiben, warme Socken

30110 Mo., 13.04.26, 18:00-20:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
28,00 (14,00) €



Burnout – Wer für etwas brennt, kann auch ausbrennen (online)

Katrin Lehmann

Burnout bedeutet „Erschöpfung“ und ist vielen bekannt, doch das Syndrom ist nicht genau definiert und schwer zu erkennen. Entgegen der Meinung, nur Führungskräfte, Lehrer oder Pflegepersonal seien betroffen, zeigt die Forschung, dass es jeden treffen kann. In diesem Vortrag gibt die Dozentin einen Überblick über Ursachen, Anzeichen, Verlauf, Therapiemöglichkeiten und Prävention. Am Ende gibt es Raum für Austausch und Fragen. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

30130  Online-Kurs

Mi., 06.05.26, 19:00-20:30 Uhr
12,00 €

Klangschalen · Massage

Faszination Klangschalen

Maren Eikmeyer

Klangschalen sind faszinierende, obertonreiche Instrumente aus dem östlichen Kulturkreis. Sie begleiten uns bei Entspannung, Meditation und Klangmassagen. Ihre beruhigenden Klänge helfen, zur Ruhe zu kommen, zu entspannen und Energien freizusetzen. In einer Gruppe können Sie verschiedene Klangschalen kennenlernen, selbst zum Klingen bringen und mehr über Herstellung und Spielweisen erfahren. Die wohltuenden Schwingungen wirken auf den (bekleideten) Körper.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung, dicke Socken, etwas zu trinken

30140 Sa., 21.03.26, 14:00-18:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 1, Raum 18, Masch 4
38,60 €

Deine Klang (Aus-) Zeit Erlebe sanfte Impulse zur Entspannung mit Gongs und Klangschalen.

Jürgen Hildebrand, Thorsten Surek

Wir möchten Ihnen die wunderbare Welt der Klänge näherbringen. Dafür werden Sie in verschiedenen Einheiten kennenlernen, wie Sie sich eine Auszeit vom Alltag schenken können. Sie werden ein Klangbad genießen und in Ihrer Phantasie eine geführte Reise erleben. Des Weiteren werden Sie einen spielerischen Umgang mit den Klangschalen kennenlernen und die Wirkung auf Ihrem Körper spüren. Wir freuen uns auf das gemeinsame Erlebnis.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung

30145 Sa., 14.03.26, 14:00-17:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
30,00 €





Massage für Paare

Entspannt in die innere Mitte finden

Martina Horst

Die Heilkraft der Hände ist seit der Antike bekannt. Hände können Kraft spenden, sie können wärmen und trösten, halten und gehalten werden. Massage bietet eine wunderbare Möglichkeit für tiefere Begegnung. Sie schenkt körperliches Wohlbefinden und seelische Ausgeglichenheit. Der Fluss der Lebensenergie wird angeregt und der ganze Organismus kann gestärkt daraus hervorgehen. Durch achtsame Berührung können wir in Kontakt mit uns selbst und anderen kommen. Dieses Tagesseminar gibt eine Einführung in leicht erlernbare westliche und östliche Massagegriffe und weist Wege auf, in die eigene Mitte zu finden und so im Aktiven wie im Passiven zu entspannen. Bitte paarweise anmelden!

Bitte mitbringen: 2 Decken, 2 Kissen, Massageöl, Handtuch, 1 Liegenauflage o.ä.

30150 Sa., 21.02.26, 10:00-16:45 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 1, Raum 18, Masch 4
32,20 (16,10) €

Entspannung · Meditation · Resilienz

**Aktivierung und Stärkung unserer
Selbstheilungskräfte für Gesundheit
und Resilienz**

Workshop

Sabine Holzkämper-Kämmerer

Je stärker unser ganzheitlich funktionierender „Innerer Arzt“ desto unabhängiger sind wir von äußeren Ärzten und ggf. der dauerhaften Einnahme von chemischen Medikamenten, was sich häufig negativ auf den Körper auswirkt. Was bedeutet ganzheitlich? Was kann ich tun, um die Selbstheilungskräfte zu unterstützen? Wie kann ich Krankheiten vorbeugen bzw. meinem Körper helfen, sie zu heilen? Wir beleuchten diese Fragen, gehen gemeinsam durch den Verdauungstrakt, klären, welche Ernährungsweise uns krank macht und welche uns helfen kann gesund und vital zu bleiben oder wieder zu werden.

30160 Fr., 17.04.26, 16:00-18:00 Uhr
Werther, Haus Werther,
Konferenzraum (Raum 1), Schloßstr. 36
15,00 (8,00) €



Resilienz kompakt – Stark an einem Tag

Beate Krabus

In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie Ihre psychische Widerstandskraft gezielt ausbauen und Herausforderungen entspannter begegnen können. Sie entdecken Ihre persönlichen Ressourcen, üben praxisnahe Methoden aus den Bereichen Achtsamkeit, Stressmanagement und Positive Psychologie. Durch abwechslungsreiche Übungen, Selbstreflexion und den Austausch in der Gruppe stärken Sie Ihre Selbstwirksamkeit, erkennen Stress- und Handlungsmuster und erarbeiten nachhaltige Routinen, um innere Stabilität langfristig im Alltag zu verankern. Finden Sie Ihre innere Ruhe, gewinnen Sie neue Kraft und gehen Sie gestärkt und selbstbewusst durchs Leben!

Bitte mitbringen: Schreibmaterial (Notizbuch, Stift) für Übungen und persönliche Reflexionen, bequeme Kleidung

30165 Sa., 28.02.26, 09:00-16:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
39,80 (21,40) €

Kraftquelle Resilienz – Stärke spüren, Herausforderungen meistern

Beate Krabus

Resilienz ist mehr als ein Modewort – sie ist der Schlüssel zu einem gelingenden Leben. Sie beschreibt unsere Fähigkeit, Stress, Rückschläge und schwierige Lebenssituationen besser zu bewältigen und gestärkt daraus hervorzugehen. In diesem Kurs erfahren Sie, was Resilienz konkret bedeutet, in welchen Situationen sie hilft und welche Faktoren unsere Widerstandskraft fördern. Durch praxisnahe Übungen entdecken Sie Ihre eigenen Stärken, erkennen Ihre Ressourcen und lernen, Ihre psychische Widerstandsfähigkeit gezielt zu stärken. Die Inhalte unterstützen Ihre persönliche Entwicklung und sind sowohl im beruflichen als auch im privaten Alltag direkt einsetzbar – für mehr Gelassenheit, Stabilität und innere Stärke. Sie erhalten konkrete Werkzeuge, um Stress zu reduzieren, Ihre Resilienz zu fördern und Herausforderungen zu meistern- für mehr Gelassenheit und Wohlbefinden im Alltag.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial (Notizbuch, Stift) für Übungen und persönliche Reflexionen

30170 Fr., 13.02.26, 16:00-19:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
18,40 (9,20) €

Resilienz- meine Auszeit für neue Energie

Beate Krabus

Wie gelingt es, trotz Belastungen zentriert und stabil zu bleiben? In diesem 2-teiligen Workshop entdecken Sie Ihre persönlichen Ressourcen, üben Techniken aus Achtsamkeit, Stressmanagement und Positiver Psychologie und entwickeln Ihren eigenen Resilienzplan für den Alltag. Durch praktische Übungen, Austausch in der Gruppe und leicht umsetzbare Strategien gewinnen Sie mehr innere Balance und Widerstandskraft für Beruf und Alltag.



Bitte mitbringen: Schreibmaterial (Notizbuch, Stift) für Übungen und persönliche Reflexionen, bequeme Kleidung

30175 Fr., 17.04.26, 18:00-20:00 Uhr
Sa., 18.04.26, 10:00-13:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
33,70 (18,40) €

Progressive Muskelentspannung

für Einsteiger*innen

Maren Eikmeyer

Die Progressive Muskelentspannung (PME) nach Edmund Jacobson ist eine leicht erlernbare Entspannungsmethode. Durch das aktive Anspannen und darauffolgende Entspannen von Muskelgruppen kann eine tiefe körperliche und seelische Entspannung erreicht werden. PME trägt dazu bei, körperliche Verspannungen zu lösen und zu innerer Ruhe und Gelassenheit zu finden. Die Teilnehmenden erlernen diese Methode im Liegen und Sitzen und können die Übungen anschließend in ihren Alltag integrieren.

Hinweis: Der erste Termin endet um 22:00 Uhr.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, kleines Kissen, dicke Socken

31000 Mi., 18.02.26 - 25.03.26,
6 Termine, 20:00-21:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
61,30 (32,20) €



„Stress lass nach“ – Entspannt in den Feierabend

Katrin Lehmann

Nach Feierabend sollte man nicht nur den PC ausschalten, sondern auch den Geist entspannen. Bewusstes Abschalten fördert eine gesunde Balance, reduziert Stress und gibt Kraft für den nächsten Tag. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Entspannungstechniken wie Qi Gong, Progressive Muskelentspannung, Atemübungen, Achtsamkeit, Gehmeditation, schnelle Entspannungsübungen und Fantasiereisen. Jeder Termin hat einen Schwerpunkt, Übungen werden wiederholt, um sie zu festigen.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, dicke Socken und bequem Kleidung

31010 Di., 10.03.26 - 12.05.26,
8 Termine, 17:00-18:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
52,10 (27,60) €

Emotional Freedom Techniques (EFT)

für Anfänger*innen

Dr. Christiane Engelhardt

EFT ist eine schnelle, effektive Methode, um blockierende Gefühle, Stress und emotionale Schmerzen aufzulösen. Auch körperliche Beschwerden können gelindert werden. Durch leichtes, rhythmisches Klopfen auf Akupressurpunkte lassen sich bei Stress, Trauer, Ängsten oder Wut schnelle Erleichterungen erzielen. Mit Gedanken und Klopfen können Sie festgefahrene Muster aufbrechen und sich entspannen. Die Technik ist einfach, aber hoch wirksam.

31020 Di., 10.03.26, 18:00-21:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
18,40 (9,20) €



Autogenes Training für mehr

Entspannung (online)

Markus Dawo

Gelassenheit lernen – Stress reduzieren – Erholung spüren

ZPP-zertifizierten Kurs

Autogenes Training ist eine wissenschaftlich fundierte Entspannungstechnik, die hilft, Stress abzubauen und innere Ruhe zu finden. In praxisnahen Einheiten à 45 Minuten erlernen die Teilnehmenden die komplette Grundform des Autogenen Trainings sowie eine effektive Kurzform, die sich perfekt in den Alltag integrieren lässt. Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen. Die Kursgebühren werden bis zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

31021  Online-Kurs

Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich.
Die Termine sind individuell buchbar.
119,00 €



Autogenes Training

Grundstufe

Oxana Warning

Möchten Sie belastbarer, leistungsfähiger, entschlossener, konzentrierter, ausgeglichener, entspannter, lebensfroher werden, Kopf-, Rückenschmerzen, Reizmagen oder Darmprobleme lindern, wieder gut schlafen oder schlechte Essgewohnheiten loswerden? Bei diesem Kurs erlernen Sie 8 Formeln, mit Hilfe derer der ungesunde Stress abgebaut wird und Beschwerden abgemildert werden.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Decke, kl. Kissen

31022 Mi., 11.02.26 - 15.04.26,
8 Termine, 20:00-21:00 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 21, Masch 4 c
52,10 (27,60) €



„Boxenstopp“ – Ein Auftankprogramm für zwischendurch

Katrin Lehmann

Ob bei der Arbeit oder im Privatleben, es gibt immer wieder Situationen, in denen man sich gestresst und überdreht fühlt, sich nicht mehr auf die Arbeit konzentrieren kann oder bestimmte Ereignisse einem über den Kopf wachsen. In dem Workshop lernen Sie verschiedene kleine Übungen zur Entspannung und Energiebalance kennen, mit denen man zwischendurch gezielt aus verschiedenen Situationen aussteigen und dadurch wieder Energie auftanken kann. Kurze Informationen zu Stress und Resilienz runden den Workshop ab.

31024 Sa., 14.03.26, 10:00-11:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
13,00 €



ZEN-Meditation, ein Weg zu sich selbst

Siegfried Schott

Diese jahrtausendealte Form der Meditation ist eine äußerst kraftvolle und tiefgreifende Meditation des japanischen Zen-Buddhismus. „Zazen“ bedeutet übersetzt „Sitzen in Versenkung“. Sanft, behutsam und sorgfältig werden zuerst Körperhaltung und Atemtechnik vermittelt. Sich kennenzulernen und sich selbst freundlich zu beobachten, ist ein wesentlicher Teil dieser Meditation. Besonders für westliche Menschen kann „Zazen“ eine essenzielle innere Wende herbeiführen. Es findet ein Wechsel zwischen Meditation und Bewegung statt.

Bitte mitbringen: Yoga- Gymnastikmatte oder Wolldecke, kleines Kissen, bequeme, lockere Kleidung, dicke Socken, etwas zu trinken

31026 Sa., 07.02.26, 12:30-16:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
23,00 €



Meditation im Zeichen des Zazen

Siegfried Schott

Zazen: Sitzen in Versenkung, das für „Stilles Sitzen“ steht und traditionell die strengste Form der Meditation ist. Die bewusste Atmung als Quelle der Kraft. Wir üben in Stille sitzend, atmend, in uns sein, das „Ich“ zu erkennen und die bewusste Atmung als Quelle der Kraft zu erleben. Ein Drittel unserer Lebensenergie, (Qi) beziehen wir aus unserer Atmung. Im Mentalen üben wir das Versenkungsprinzip, wie es aus dem japanischen Zen bekannt ist. Es findet ein Wechsel zwischen Meditation und Bewegung statt.

Bitte mitbringen: Yoga- Gymnastikmatte oder Wolldecke, kleines Kissen, bequeme, lockere Kleidung, dicke Socken, etwas zu trinken

31027 Sa., 28.03.26, 13:00-17:00 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 1, Raum 18, Masch 4
23,00 €



Gesundheit beginnt im Kopf (online) **Stressresilient leben dank Kohärenz & Natur** **ZPP-zertifizierter Kurs**

Steve Windisch

Gesundheitsförderung ist mehr als Ernährung, Bewegung und Erholung. In diesem Onlinekurs stärkst du gezielt zwei zentrale Gesundheitsfaktoren, die oft übersehen werden – dein Kohärenzgefühl (das Gefühl, dein Leben verstehen, gestalten und als sinnvoll erleben zu können) und deine Verbindung zur Natur. Du lernst, wie du stressverstärkende Gedanken erkennst, mentale Stärke aufbaust und deine Gesundheit durch eine klare innere Ausrichtung förderst. Mit fundiertem Wissen, Reflexionsübungen, Naturerfahrungen und konkreten Impulsen für deinen Alltag. 8 Module online in deinem Tempo, wissenschaftlich fundiert & praxiserprobt, mit vielen Übungen zur Selbstfürsorge, Resilienz und Naturverbindung. Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen. Die Kursgebühren werden bis zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

31028 Online-Kurs

Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich.
Die Termine sind individuell buchbar.
149,00 €

Stress-Löser Natur: In 8 Wochen aus der Überforderung in den Flow“ (online) **8 Wochen Onlinekurs zur Stärkung der Stresskompetenz und Naturverbindung** **ZPP-zertifizierter Kurs**

Steve Windisch

Lernen Sie, die resilienzstärkende Wirkung der Natur für sich zu nutzen. Mit Naturerlebnissen stärken Sie Ihre innere Balance, bauen Stress ab und gewinnen neues Selbstbewusstsein. Der Kurs bietet anschauliche Lehrvideos und ein umfangreiches Arbeitsbuch mit praktischen Übungen zur Stärkung Ihrer Stresskompetenz und Naturverbindung. Sie können jederzeit starten, im eigenen Tempo lernen und sich im Kursbereich austauschen. Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen. Die Kursgebühren werden bis zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

31029 Online-Kurs


Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich.
Die Termine sind individuell buchbar.
95,00 €

Geh glückwärts – natürlich achtsam stressfrei (online) **Funktionierst du noch oder lebst du schon?** **ZPP-zertifizierter Kurs**

Steve Windisch, Julia Windisch


Unsichere Zeiten, ein forderndes Umfeld und kreisende Gedanken? In diesem zertifizierten Online-Kurs lernen Sie, Stress achtsam zu begegnen, Ihren Körper in Balance zu bringen und Ihre Gedanken zu beruhigen. In 8 Wochen mit 32 Videolektionen stärken Sie Ihre Stresskompetenz. Ein Arbeitsheft unterstützt Sie beim Reflektieren, Meditationen sorgen für schnelle Entspannung. Sie können jederzeit starten und den Kurs flexibel in Ihrem Tempo durchlaufen. Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen. Die Kursgebühren werden bis zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.



- 31030**  Online-Kurs
 Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich.
 Die Termine sind individuell buchbar.
 189,00 €

Innere Stärke dank Resilienz (online)
Die 7 Säulen psychischer Widerstandskraft
ZPP-zertifizierter Kurs
 Steve Windisch, Julia Windisch

In schweren Zeiten ist psychische Widerstandskraft (Resilienz) besonders wichtig. Sie hilft Ihnen, Veränderungen besser zu bewältigen, aktiv zu bleiben und mit Zuversicht voranzugehen. Und das Beste ist: psychische Widerstandskraft ist erlernbar. Mit diesem Onlinekurs trainieren Sie die 7 Schutzfaktoren der Resilienz ganz gezielt und stärken somit Ihre psychische Widerstandskraft. So können Sie Herausforderungen souverän meistern, sich von Rückschlägen nicht mehr unterkriegen lassen und mutig sowie selbstbewusst Ihre Zukunft gestalten.
 Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen.
 Die Kursgebühren werden bis zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

- 31031**  Online-Kurs
 Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich.
 Die Termine sind individuell buchbar.
 149,00 €

Yoga

Hormonyoga
 Silke Chromik

Hormonyoga im Kundalini Yoga unterstützt Sie, die Wechseljahre ausgeglichener zu erleben. Wechseljahre – ich bin doch dafür viel zu jung. Das denken sich oft Frauen ab Ende 30/Anfang 40. Aber genau da können die ersten Hormonveränderungen stattfinden. Kennen Sie das? Die Hormone fahren Achterbahn – Stimmungsschwankungen, plötzliches Übergewicht, Hitzewallungen, unregelmäßige Regelblutungen, Schlafstörungen oder ähnliche Symptome treten immer wieder auf. Bilden Ihre Drüsen womöglich zu wenige oder zu viele Hormone? Dann wird Ihr Körper auf Dauer bei einem Ungleichgewicht erkranken, z. B. an einer Schilddrüsenüber- oder Unterfunktion, nierenbedingter Blutdruckschwankung, stressbedingter Migräne oder chronischer Erschöpfung. Sie fühlen sich angesprochen – dann ist Hormonyoga ein Tool um diese Symptome zu lindern oder zu stoppen. Hormonyoga wirkt auf das Drüsen-system und somit auf die Hormone und deren Ausschüttung. Tauchen Sie ein in die Welt der Erneuerung und bringen Sie sich wieder ins Gleichgewicht!

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, falls vorhanden Yogakissen bzw. -block oder -bank

- 31032** Sa., 25.04.26, 14:30-17:30 Uhr
 Steinhagen, Alte Feuerwehr
 Amshausen, Saal,
 Tiergarten 44
 18,40 (9,20) €



Hatha-Yoga mit Anusara Elementen

Cordula Remmler

Anusara Yoga ist ein Hatha-Yoga-Stil mit verschiedenen Ausrichtungsprinzipien. Sie erleben die Verbindung von Bewegung, Atmung und innerer Ausrichtung und vertiefen Ihre Praxis durch präzise Anleitungen. Atemübungen (Pranayama) unterstützen Sie dabei, Ruhe zu finden und Entspannung zu genießen. Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet. Bitte teilen Sie eventuelle körperliche Einschränkungen vorab mit.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, Meditationskissen (wenn vorhanden), evtl. kleines Kopfkissen, bequeme Kleidung, Getränk

31035 Fr., 06.02.26 - 20.03.26,
7 Termine, 09:30-11:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
59,00 (31,00) €



31036 Fr., 17.04.26 - 26.06.26,
10 Termine, 09:30-11:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
83,00 (43,00) €

31037 Fr., 06.02.26 - 20.03.26,
7 Termine, 11:15-12:45 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
59,00 (31,00) €

31038 Fr., 17.04.26 - 26.06.26,
10 Termine, 11:15-12:45 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
83,00 (43,00) €

Yoga: Bewegung, Entspannung, Achtsamkeit

Gerhard Bohnenkamp

In diesem Kurs üben Sie Praktiken ein, die eine wirksame Hilfe im Umgang mit Stress sind: das achtsame Ausführen von Yogastellungen (Asanas), Körperwahrnehmung, Atemübungen, Tiefenentspannung, Meditation. Mehr Beweglichkeit, Ruhe und Kraft stellen sich ein, das Immunsystem wird aktiviert, eine umfassende Regeneration kann eingeleitet werden. Sie erhalten Tipps für die Integration von Achtsamkeit in den Alltag.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, Meditationskissen (wenn vorhanden), evtl. kleines Kopfkissen, bequeme Kleidung, Notizheft, Stift, Getränk

31040 Mo., 02.02.26 - 16.03.26,
6 Termine, 18:00-19:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
46,20 (24,60) €

31045 Mo., 20.04.26 - 06.07.26,
11 Termine, 18:00-19:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
82,20 (39,60) €



Yoga rund um den Stuhl

Sanftes Yoga 50+ für mehr Wohlbefinden

Annette Lechthoff-Fleischhauer

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Beweglichkeit, Balance und innere Ruhe fördern möchten. Mit einfachen Yogaübungen im Liegen, Sitzen oder Stehen rund um einen Stuhl werden Muskeln sanft gekräftigt, Gelenke mobilisiert und die Atmung vertieft. Achtsame Bewegungen, kleine Atemübungen und Entspannungseinheiten unterstützen das Wohlbefinden, fördern das Körperbewusstsein und eine heitere Gelassenheit.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Decke und evtl. ein kleines Kissen

31050 Mo., 02.02.26 - 16.03.26,
7 Termine, 10:15-11:45 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
59,00 (31,00) €

31060 Mo., 13.04.26 - 22.06.26,
10 Termine, 10:15-11:45 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
83,00 (43,00) €

Yoga-Tage in den Osterferien

Gerhard Bohnenkamp

Ein Kompaktangebot für Teilnehmende mit und ohne Vorerfahrungen, die intensiv praktizieren möchten. Sie üben Praktiken ein, die eine wirksame Hilfe im Umgang mit Stress sind: das achtsame Ausführen von Yogastellungen (Asanas), Körperwahrnehmung, Atemübungen, Tiefenentspannung, Meditation. Mehr Beweglichkeit, Ruhe und Kraft können sich einstellen und das Immunsystem kann unterstützt werden. Sie erhalten Tipps für die Integration von Achtsamkeit in den Alltag.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, Meditationskissen (wenn vorhanden), evtl. kleines Kopfkissen, bequeme Kleidung, Notizheft, Stift, Getränk

31065 Mo., 30.03.26, 18:00-20:00 Uhr
Mi., 01.04.26, 18:00-20:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
27,60 (15,30) €





Sanftes Yoga

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Svjatlana Birkholz

In dem Kurs werden sanfte Bewegungen, Dehnungen und achtsames Atmen kombiniert, um Körper und Geist in Einklang zu bringen. Durch gezielte Entspannungspausen und bewusstes Atmen soll die Lebensenergie (Prana) aktiviert und tiefes Wohlbefinden gefördert werden. Der Kurs richtet sich an alle, die eine ruhige und sanfte Praxis suchen, um Stress abzubauen und die innere Balance zu finden. Tauchen Sie ein in eine spannende Auszeit für Körper, Geist und Seele.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, warme Socken eine Decke, falls vorhanden: Meditationskissen, Yogablock

- 31070** Mi., 04.02.26 - 18.03.26,
7 Termine, 17:00-18:15 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kavenstroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
49,70 (26,10) €
- 31080** Di., 14.04.26 - 23.06.26,
10 Termine, 15:45-17:15 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kavenstroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
83,00 (43,00) €
- 31085** Mi., 15.04.26 - 24.06.26,
10 Termine, 17:00-18:15 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kavenstroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
69,70 (36,40) €



Lachyoga nach Dr. Madan Kataria

Wibke May

Lachen ist gesund. Es unterstützt die Regeneration, entspannt und aktiviert den ganzen Körper. Der Körper kann nicht zwischen „gemachtem“ und echten Lachen unterscheiden. Nachweislich reagiert unsere Körperchemie auf beides gleich. Dies nutzt das Lachyoga und kombiniert alle Vorteile des Lachens mit Übungen aus dem Yoga. Beim Lachyoga kommt der Mensch über die motorische Ebene zum Lachen; ein anfangs künstliches Lachen soll in echtes Lachen übergehen. Die Übungen sind eine Kombination aus Klatsch-, Dehn- und Atemübungen, verbunden mit pantomimischen Übungen, die zum Lachen anregen.

Bitte mitbringen: Decke oder Yoga- bzw. Gymnastikmatte

- 31100** Sa., 09.05.26, 10:00-14:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
27,60 (13,80) €



Kundalini – Yoga für Männer

„Komm auf die Matte, Mann“

Jürgen Lampart

Regelmäßiges Yoga hat viele Vorteile für die Gesundheit: Der Geist entspannt, Stress wird abgebaut. Außerdem wird die Konzentrationsfähigkeit verbessert. Auch der Körper profitiert: Yoga dehnt und kräftigt zugleich. Die Muskeln werden gestärkt und die Beweglichkeit verbessert.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, Sitzkissen, evtl. Kopfkissen

31110 Mo., 02.02.26 - 16.03.26,
7 Termine, 15:00-16:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
40,40 (21,70) €

31120 Mo., 13.04.26 - 22.06.26,
10 Termine, 15:00-16:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
56,40 (29,70) €

Mit Yoga entspannt in den (Feier-) Abend

Juliane Römisch

Angeboten wird eine ganzheitlich restorative, stärkende und ausgleichende Yogaeinheit die Spaß macht. Mit Elementen aus YinYoga, Hatha Yoga und Vinyasa Flow schenken wir dem Körper tiefe Entspannung, lösen Verspannungen und halten uns dabei fit und beweglich.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung, Stoppersocken

31140 Do., 05.02.26 - 19.03.26,
7 Termine, 17:10-18:25 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
56,70 (29,90) €

31145 Do., 21.05.26 - 16.07.26,
7 Termine, 17:10-18:25 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
56,70 (29,90) €

Yoga für Männer

Juliane Römisch

Angeboten wird eine ganzheitliche Yoga-Einheit die nicht langweilig wird. Es erwartet Sie ein spannend-fordernder Mix aus Sonnengruß, Vinyasa Flow und Hatha Yoga Elementen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung, Stoppersocken

31150 Do., 05.02.26 - 19.03.26,
7 Termine, 18:45-20:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
56,70 (29,90) €

31160 Do., 16.04.26 - 09.07.26,
10 Termine, 18:45-20:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
79,70 (41,40) €



Yoga trifft Pilates für Fortgeschrittene

Carin Rosendahl

Mit der Pilates-Methode wird der ganze Körper, insbesondere die Körpermitte, gestärkt. Die Übungsabfolgen sind fließend, im Einklang mit der Atmung. Es werden Muskeln gestärkt und gedehnt, die Wirbelsäule wird entlastet und ausgerichtet. Hierdurch ergibt sich ein deutlicher Zugewinn an Kraft und Leichtigkeit. Yoga mit Pilates kombiniert ergibt ein entspannendes und gleichzeitig forderndes Workout. Sie können eine wesentliche Verbesserung des Körpergefühls erlangen.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte

31230 Di., 03.02.26 - 17.03.26,
7 Termine, 16:15-17:45 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
53,40 (28,20) €

31231 Di., 14.04.26 - 23.06.26,
10 Termine, 16:15-17:45 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
82,20 (42,60) €

Gesichtsyoga


Tanja Pottbäcker

Gesichtsyoga ist eine natürliche Methode, um sich jünger und gesünder zu fühlen. Auch im Kiefer sorgt es für Entspannung und Wohlbefinden. Geübt wird in einer Kombination aus Gesicht- und Kiefergymnastik, Gesichtsentspannung, Gesichtsmassage und Akupressur. Durch Atemübungen und Dehnungen der ca. 30 Muskeln im Gesicht wird der Blutfluss und der Kollagenfluss angeregt und erhöht.

Täglich 10 Minuten können helfen, das Gesicht zu entspannen und die Durchblutung zu verbessern.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, 2 Kissen, wenn vorhanden Yoga- oder Gymnastikmatte, einen Stand- oder Handspiegel

31232 Workshop
Fr., 08.05.26, 16:00-18:15 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
15,00 (8,00) €


31233  Online-Kurs
Mi., 13.05.26 - 10.06.26,
5 Termine, 18:00-19:00 Uhr
33,70 (18,30) €

Yin Yoga im Sommer

Silke Chromik

Yin Yoga ist noch eine junge Form des Yoga. Sie wird eher passiv ausgeführt, d.h. Sie begeben sich in die Haltung und halten diese dann für 3 - 5 Minuten. Durch die statische gehaltene Übung werden die tieferen Körperschichten wie Gelenke, Bänder, Sehnen und besonders die Faszien angesprochen. Die Positionen sollen möglichst ohne Anspannung gehalten werden. Ziel ist es, in allen Ebenen loszulassen und sich ganz der Schwerkraft hinzugeben, körperlich, geistig und seelisch. Yin Yoga bringt Sie in Einklang mit ihrem Körper und Geist.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, falls vorhanden Yogakissen bzw. -block oder -bank, Yogagurt min. 3 m

31234  Mi., 22.07.26 - 19.08.26,
5 Termine, 17:30-19:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
43,00 (23,00) €



Yin & Yang Yoga im Sommer

Silke Chromik

In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Elemente aus dem Bereich Yin und Yang Yoga kennen. Die einzelnen Positionen und Übungsreihen werden dynamisch (Yang) und meditativ (Yin) durchgeführt. Dadurch aktivieren Sie auf der einen Seite die Lebensenergie (Yang) und arbeiten bei den meditativen, entspannten Haltungen an den Meridianen (Yin). Der Atem, das Pranayama, trägt Sie in den Positionen (Asanas) durch die Übungsreihen, füllt Sie einerseits mit neuer Energie auf. Andererseits dehnen Sie dabei ihre Muskeln, Sehnen und Faszien. Dadurch kommt ihr Körper in einen tieferen Entspannungsmodus. Durch Meditationen und singen von Mantras erfahren Sie Achtsamkeit und Entspannung. Diese Form des Yogas lässt Sie in eine sichere und stabilere Form des Bewusstseins gelangen, stärkt ihre Nerven und bringt Sie in ihre Balance.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, falls vorhanden Yogakissen bzw. -block oder -bank

31235 Mi., 22.07.26 - 19.08.26,
5 Termine, 19:10-20:40 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
43,00 (23,00) €




Yin Yoga – Sanftheit und Stärke zugleich (online)

Tanja Pottbäcker

Im Gegensatz zu dynamischen Yogastilen ist Yin Yoga sanft, tiefgehend und meditativ. Die Positionen werden lange gehalten – ohne Muskelkraft, nur durch Entspannung. Das erlaubt uns körperlich, aber auch emotional loszulassen. Gerade in einer Welt, die uns oft zur Leistung antreibt, ist Yin Yoga eine wunderbare Möglichkeit, sich selbst eine Pause zu schenken. Yin Yoga fördert die Flexibilität, ohne Druck oder Anstrengung und hilft Verspannungen und Blockaden zu lösen. Yin Yoga bringt Ruhe in den Geist und öffnet das Herz. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, 2 Kissen oder ein Bolster, Korkklotz (falls vorhanden), warme und bequeme Kleidung

31275  Online-Kurs
Mo., 20.04.26 - 29.06.26
10 Termine, 19:00-20:30 Uhr
83,00 (43,00) €



Yoga

für Anfänger*innen und Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Juliane Römisch

Angeboten wird eine anregend-entspannende, ganzheitliche Yoga-Einheit, die Spaß macht. Mit Hatha Yoga und Vinyasa Flow stärken wir den ganzen Körper durch sanften Muskelaufbau mit Fokus auf Nacken und Rücken. Wir steigern die Beweglichkeit und verbessern das Körpergefühl.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung, Stoppersocken

31280 Do., 05.02.26 - 19.03.26,
7 Termine, 20:15-21:30 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kavenstroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
45,10 (24,10) €

31281 Do., 16.04.26 - 09.07.26,
10 Termine, 20:15-21:30 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kavenstroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
63,10 (33,10) €

Osterflow – Yoga im Park

Juliane Römisch

Inmitten von Bäumen und Vogelgezwitscher machen wir eine anregend-entspannende, ganzheitliche Yoga-Einheit, die Spaß macht. Mit Hatha Yoga und Vinyasa Flow stärken wir den ganzen Körper durch sanften Muskelaufbau mit Fokus auf Nacken und Rücken. Wir steigern die Beweglichkeit und verbessern das Körpergefühl. Der Kurs ist für Yoga-Anfänger*innen und Menschen mit Vorkenntnissen geeignet. Falls es stark regnet, findet der Kurs im Kavenstroth, Schützenstr. 2 statt.

Bitte mitbringen: Yoga- o. Gymnastikmatte, Decke

31285 Do., 09.04.26, 19:00-20:15 Uhr
Treffpunkt: Vermold, Eingang in den Stadtpark, Parkplatz Bielefelder Straße
10,00 €

Sommerflow – Yoga im Park

Juliane Römisch

31287

Do., 23.07.26, 19:00-20:15 Uhr

Do., 30.07.26, 19:00-20:15 Uhr

Do., 06.08.26, 19:00-20:15 Uhr



Treffpunkt: Vermold, Eingang in den Stadtpark, Parkplatz Bielefelder Straße
26,00 €

Hatha Yoga

Entspannung und Kraft für Körper & Geist (Anfänger*innen und Mittelstufe)

Bettina Haesler-Bönig

Gönn dir eine Auszeit vom Alltag! Hatha Yoga verbindet sanfte Körperhaltung (Asanas), Atemübungen (Pranayama) und Entspannungstechniken, um deine Beweglichkeit zu fördern, Stress abzubauen und dein inneres Gleichgewicht zu stärken. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene – jeder kann mitmachen und von der wohltuenden Wirkung profitieren.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke

31290 Mo., 02.02.26 - 23.03.26,
7 Termine, 17:30-18:45 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 1, Raum 18, Masch 4
56,70 (29,90) €

31291 Mo., 13.04.26 - 22.06.26,
10 Termine, 17:30-18:45 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 1, Raum 18, Masch 4
79,70 (41,40) €



Yoga

für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse

Bettina Haesler-Bönig

Wir unterstützen den natürlichen Energiefluss im Körper, durch den Stabilität, Beweglichkeit und freudvolle Freiheit gewahrt werden. Mit Yoga dynamisch, gesund und jung bleiben - mehr geistige Spannkraft, körperliche Geschmeidigkeit und Entspannung.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, Sitzkissen, evtl. Kopfkissen

31293 Mo., 02.02.26 - 16.03.26,
7 Termine, 19:30-20:45 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
49,70 (26,40) €

31294 Mo., 13.04.26 - 22.06.26,
10 Termine, 19:30-20:45 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
69,70 (36,40) €

31296 Do., 05.02.26 - 02.07.26,
16 Termine, 18:15-19:45 Uhr
Werther, Haus Werther, Herrenhaus,
Raum 1, Schloßstr. 36
118,20 (60,60) €

31298 Do., 05.02.26 - 02.07.26,
16 Termine, 20:00-21:30 Uhr
Werther, Haus Werther, Herrenhaus,
Raum 1, Schloßstr. 36
118,20 (60,60) €

Hatha Yoga

Slow yoga for fast times

Klaus Butzbach

Die Kombination aus Körperhaltung und Bewegung, Konzentrationsübung, Atemübung und Energielenkung bietet eine Vielfalt von Möglichkeiten, individuelle Probleme und Verspannungen zu lösen sowie den Körper zu kräftigen.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke

31350 Do., 05.03.26 - 25.06.26,
13 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
96,60 (49,80) €

31360 Do., 05.03.26 - 25.06.26,
13 Termine, 20:15-21:45 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
96,60 (49,80) €





Asthanga Yoga Basic nach AYI

Irene Fellensiek

Es erwartet dich eine traditionelle Asthanga Yoga Basic Stunde (AYI = Asthanga Yoga Innovativ), eingebettet in einem modernen wissenschaftlich erarbeiteten Bewegungskonzept, das alle Bewegungsqualitäten berücksichtigt. Atemübungen helfen Dir in eine innere Aufrichtung. Aus dieser inneren Verbindung und Aufrichtung in Kombination mit Atemtechniken entsteht eine fließende Yogapraxis, die vom Atem getragen wird. Die Stunde endet mit einer Endentspannung in der die körperlich gesetzten Reize verarbeitet werden und Du in eine tiefe Verbindung zu Dir selbst finden kannst. Die Stunde ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, warme Decke, Kissen, bequeme Kleidung, dicke Socken

31370 Di., 03.02.26 - 17.03.26,
6 Termine, 19:00-20:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 1, Raum 18, Masch 4
46,20 (24,60) €

31371 Di., 14.04.26 - 23.06.26,
10 Termine, 19:00-20:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 1, Raum 18, Masch 4
75,00 (39,00) €

Qigong

Qigong

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Gisela Knopff-Fäustlin

„Qi“ ist Lebensenergie. „Gong“ ist Arbeit oder auch Fähigkeit. Qigong bedeutet somit „stete Arbeit mit dem Qi“ oder auch „die Fähigkeit, mit dem Qi umzugehen“, es zu nutzen. Die Qigong-Übungen bewirken ein besseres Fließen des Qi im Körper. Fließt das Qi besser, ist man gesünder - körperlich, geistig und seelisch. Gegen kalte Füße ggf. eine Yoga- oder Gymnastikmatte mitbringen.

31440 Di., 21.04.26 - 19.05.26,
5 Termine, 18:00-19:30 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
49,00 (26,00) €

Qigong

Innere Ruhe, Balance und Lebenskraft

Annette Lechthoff-Fleischhauer

Qigong ist eine alte chinesische Bewegungskunst, die Körper, Geist und Atmung in Einklang bringt. Den Schwerpunkt des Kurses bildet der Kranich. Kranich-Qigong gehört zu den klassischen Übungsreihen des chinesischen Qigong. Die Bewegungen sind leicht, fließend und anmutig – sie erinnern an den eleganten Flug des Kranichs und fördern zugleich innere Ruhe, Balance und Lebenskraft. Durch das achtsame Zusammenspiel von Bewegung, Atmung und Konzentration wird die Energie (Qi) im Körper harmonisiert und gestärkt. Regelmäßiges Üben verbessert die Körperhaltung, vertieft die Atmung und unterstützt Entspannung und innere Ausgeglichenheit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und flache, rutschfeste Schuhe mit dünner Sohle oder rutschfeste Socken



31445 Mo., 02.02.26 - 16.03.26,
7 Termine, 09:00-10:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
46,00 (24,50) €



31446 Mo., 13.04.26 - 22.06.26,
10 Termine, 09:00-10:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
64,40 (33,70) €



**Das Qigong der Wudangberge –
Die Ruhe in der Bewegung finden
für Anfänger*innen und Fortgeschrittene**

Jürgen Heß

Ziel ist es, in einfachen, kurzen Bewegungsformen Körper und Geist zu harmonisieren. Sie lassen sich leicht in den Alltag integrieren und ohne großen Aufwand praktizieren. Wir beschäftigen uns dabei mit Bewegungsprinzipien, die helfen können, Verspannung loszulassen, Balance, Körperkoordination und Orientierung im Raum zu stärken.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schuhe mit weicher Sohle

31450 Fr., 06.02.26 - 20.03.26,
7 Termine, 15:00-16:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
40,40 (21,70) €

31451 Sa., 30.05.26, 10:00-18:00 Uhr
So., 31.05.26, 10:00-18:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
88,40 (45,70) €

Tai Chi – Grundlagen und Vertiefung der Handform

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Isabel Bachmann

Tai Chi ist eine Bewegungskunst aus China, außerdem Meditation, Selbstverteidigung und Gesundheitsübung. In diesem Kurs lernst du, anhand einer einfachen

Handform, die Tai Chi Grundlagen kennen. Du lernst, wie man im Tai Chi geht und wie dabei das Gewicht verlagert wird, so dass Yin und Yang getrennt werden. Du erlernst einige fließende Bewegungen, die den Körper mit Energie füllen und wie man die Bewegungen mit den Schritten kombiniert.

31460 Do., 05.02.26 - 19.03.26,
7 Termine, 11:00-12:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 21, Masch 4 c
67,40 (35,20) €



31461 Do., 16.04.26 - 02.07.26,
10 Termine, 11:00-12:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 21, Masch 4 c
95,00 (49,00) €

**Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:**





Selbstverteidigung

Feministische Selbstverteidigung für Rebellinnen Ladies

Du musst nicht stärker sein – du musst wissen, was du tust

Sarah Dannhäuser

Ob unterwegs nachts, auf der Arbeit, auf Reisen oder in Beziehungen: Du weißt genau, wo Situationen kippen können – und wie sehr es nervt, ständig wachsam sein zu müssen. Hier bekommst du den Raum, deinem Körper wieder zu vertrauen und deine Kraft so klar zu erleben, dass Angst nicht das Steuer übernimmt. Wir arbeiten mit typischen Alltagsszenen: unerwünschte Nähe, Fixieren, Festhalten, Druck. Du reagierst, setzt Grenzen, brichst durch – körperlich, präsent, ohne Schnickschnack. Es geht nicht um Sport. Es geht darum, dich selbst ernst zu nehmen. Du bist eine Frau mit Kraft – und das ist deine Sicherheit.

Bitte mitbringen: einen Pulli, Sportkleidung und etwas zu trinken

31480 So., 26.04.26, 15:30-18:30 Uhr
Halle, Coaching und Selbstverteidigung
DIE Rebellin Sarah Dannhäuser,
Lange Straße 19
48,00 €



Pilates · Rückenfit · Beckenbodenstärkung

Pilates – Schnupperstunde

In Zusammenarbeit mit den Gleichstellungsstellen der Städte Halle (Westf.) und Werther (Westf.)

Eva Zurmühlen

Dem Körper etwas Gutes tun, die Haltung verbessern und gleichzeitig Ruhe und Kraft finden – all das findet man in einer Pilates-Stunde. In dieser Stunde lernst du die Grundlagen des Pilates kennen – sanfte, aber wirkungsvolle Übungen zur Kräftigung deiner Tiefenmuskulatur, zur Verbesserung deiner Beweglichkeit und für ein neues Körperbewusstsein. Egal ob neugierig oder schon erfahren: Du bist herzlich willkommen!

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Handtuch, etwas zu trinken

31550 Fr., 13.03.26, 18:00-19:30 Uhr
Werther, Haus Werther, Herrenhaus,
Raum 1, Schloßstr. 36
5,00 €







PilatesPlus mit Vorkenntnissen (online)

Susanne Gonzalez Fernandez

Das Plus im Titel bedeutet, dass neben dem üblichen Pilatestraining auch Elemente aus dem QiGong, dem Somatic Yoga und dem Feldenkrais mit in die Stunden einfließen. In den Übungen werden einzelne Körperpartien bewusst muskulär angesprochen und unter Berücksichtigung von Körperstatik, Rumpfstabilität, Atemmechanik und Meridianverläufen gestärkt, gedehnt und entspannt. Gleichzeitig werden die Beweglichkeit und die Flexibilität faszialer Strukturen gefördert. In einer ca. 10-minütigen Schlussphase kommen Körper und Geist durch Aktivierung des parasympathischen Nervensystems zur Ruhe. Eine Beherrschung der Pilates-Techniken und -termini ist Voraussetzung für diesen Kurs. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

Bitte mitbringen: Griffbereit sollten ein kleines Kissen, eine Decke, ein Tennis- oder Faszienball, eine Faszienrolle und ein nicht dehnbare Band oder ein Gürtel sein.

31560  Online-Kurs
Di., 03.02.26 - 17.03.26,
7 Termine, 19:00-20:00 Uhr
46,00 (24,50) €

31565  Online-Kurs
Di., 14.04.26 - 23.06.26,
9 Termine, 19:00-20:00 Uhr
58,20 (30,60) €



Pilates

Angelika Rust

Möchten Sie Muskeln kräftigen und sich wohlfühlen? Pilates ist eine sanfte, für alle Altersgruppen geeignete Methode, die Rücken, Haltung und Stressabbau verbessert. Es stärkt die Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur durch langsame, fließende Bewegungen, Atmung und Körperbewusstsein. Aktuelle Forschung zeigt, dass Faszien eine wichtige Rolle für Gesundheit und Leistungsfähigkeit spielen, weshalb auch Übungen zur Faszienförderung integriert sind. Sollten Sie an einem Kurstag verhindert sein, können Sie die Kurseinheit im Montag- bzw. Mittwochkurs nachholen.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Handtuch, etwas zu trinken

31570 Mo., 02.02.26 - 06.07.26,
19 Termine, 19:00-20:00 Uhr
Vermold, Sonnenschule, Turnhalle,
Wersestr. 18
91,00 (53,00) €

31580 Mi., 04.02.26 - 08.07.26,
21 Termine, 19:00-20:00 Uhr
Vermold, Sonnenschule, Turnhalle,
Wersestr. 18
99,00 (57,00) €



Starke Mitte, starke Frauen: Pilates für Frauen für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Pinar Güse

Entdecken Sie die Kraft Ihrer Körpermitte! Dieser Kurs ist ein ganzheitliches Training mit Übungen, die speziell auf die Bedürfnisse von Frauen abgestimmt sind. Beweglichkeitstraining und Kräftigungsübungen für Bauch, unteren Rücken und Beckenboden (Powerhouse) stehen im Fokus. Kräftigen Sie Ihre Tiefenmuskulatur, verbessern Sie Ihre Haltung und finden Sie Balance in Ihrem Alltag. Egal, ob Anfängerin oder Fortgeschrittene – dieser Kurs schenkt Ihnen Energie und ein neues Körpergefühl.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Anti-Rutsch-Socken, kleines Kissen, Handtuch

- 31595** Do., 05.02.26 - 19.03.26,
7 Termine, 18:15-19:15 Uhr
Vermold, Katharina-von-Bora-Haus,
Saal, Altstadtstr. 6
48,60 (31,80) €
- 31596** Do., 16.04.26 - 02.07.26,
10 Termine, 18:15-19:15 Uhr
Vermold, Katharina-von-Bora-Haus,
Saal, Altstadtstr. 6
63,00 (39,00) €



Beckenboden – der große Unbekannte für Anfänger*innen

Katharina Eichler

Lernen Sie Ihren Beckenboden auf feinfühlige Weise neu kennen. Die Muskulatur wird oft unterschätzt. Nicht nur Inkontinenz, Organsenkung, Impotenz und Prostataprobleme, sondern auch Haltung, Rückenschmerzen, Knie- und Hüftprobleme, schwere Beine, geschwollene Füße und Beckenschiefstand hängen damit zusammen. Der Beckenboden ist Teil eines Netzwerks, nicht isoliert zu trainieren. Der Kurs ist auch für Männer geeignet und zeigt, wie ein gut trainierter Beckenboden trägt.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung

- 31600** Mo., 09.02.26 - 16.03.26,
6 Termine, 19:00-20:00 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 1, Raum 18 (DG), Masch 4
39,80 (21,40) €



Gymnastik für die Wirbelsäule für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Nadja Poerschke

In diesem Kurs geht es um gezielte Stabilisierungs- und Kräftigungsübungen der Muskulatur, Dehnung der verkürzten Muskulatur sowie die Mobilisation der Wirbelsäule. Die Schulung der Körperwahrnehmung und Entspannungsübungen gehören ebenfalls zum Kursinhalt. Hierzu werden verschiedene Materialien aus dem Bereich der Physiotherapie verwendet.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Faszienrolle

32125 Mo., 02.02.26 - 06.07.26,
19 Termine, 18:10-19:10 Uhr
Halle, Kreissgymnasium, Gymnastikraum,
Neustädter Str. 2
86,60 (44,80) €

32130 Mo., 02.02.26 - 06.07.26,
19 Termine, 19:15-20:45 Uhr
Halle, Kreissgymnasium, Gymnastikraum,
Neustädter Str. 2
117,00 (60,00) €

Haltungs- und Wirbelsäulengymnastik für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Pinar Güse

Sagen Sie Verspannungen den Kampf an! In diesem Kurs stärken Sie die Rücken- und Rumpfmuskulatur, mobilisieren Ihre Wirbelsäule und beugen Haltungsschäden vor. Durch fundamentales Faszientraining und gezielte Kräftigungsübungen gewinnen Sie an Beweglichkeit und ein besseres Körperbewusstsein. Perfekt für alle, die etwas für ihre Gesundheit tun möchten.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Anti-Rutsch-Socken, kleines Kissen, Handtuch

32140 Do., 05.02.26 - 19.03.26,
7 Termine, 17:00-18:00 Uhr
Vermold, Katharina-von-Bora-Haus,
Saal, Altstadtstr. 6
40,40 (21,70) €



32145 Do., 16.04.26 - 02.07.26,
10 Termine, 17:00-18:00 Uhr
Vermold, Katharina-von-Bora-Haus,
Saal, Altstadtstr. 6
56,40 (29,70) €





Fitness · Faszien · Zumba

Fit & Fun

Kirsten Schneider

Dieser Kurs ist die perfekte Wahl für alle, die bei schwungvoller Musik ihre gesamte Muskulatur kräftigen und gleichzeitig auch ihre Koordination trainieren möchten. Als Warm-up starten wir jede Übungsstunde mit einer kleinen Choreographie. Anschließend kräftigen und dehnen wir unseren ganzen Körper. Dazu kommen abwechselnd verschiedene Kleingeräte, wie Hantel, Thera-Band oder Stab usw. zum Einsatz.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte

- 32210** Mi., 04.02.26 - 18.03.26,
7 Termine, 09:00-10:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
36,60 (19,80) €
- 32215** Mi., 15.04.26 - 17.06.26,
10 Termine, 09:00-10:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
51,00 (27,00) €

Body & Soul

Fitness für sie & ihn

Stefanie Mielnik

Body & Soul ist ein ganzheitliches Fitness-Training, bei dem bewusste Atmung und funktionelle Übungen aus Yoga, Pilates und Qi Gong im Fokus stehen. Es stärkt die Muskulatur, verbessert Haltung und Beweglichkeit sowie das Körper-Geist-Verhältnis. Das ruhige Tempo und unterschiedliche Intensitäten machen es für alle geeignet. Die abschließende Entspannung löst Verspannungen, fördert die Ruhe und hinterlässt ein gestärktes, entspanntes Gefühl, um den Alltag besser zu meistern.

- 32220** Mi., 04.02.26 - 18.03.26,
7 Termine, 17:30-18:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
40,40 (21,70) €
- 32221** Mi., 15.04.26 - 17.06.26,
10 Termine, 17:30-18:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
56,40 (29,70) €
- 32225** Fr., 06.02.26 - 20.03.26,
7 Termine, 10:30-11:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
40,40 (21,70) €
- 32226** Fr., 17.04.26 - 26.06.26,
10 Termine, 10:30-11:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
56,40 (29,70) €

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:





Body-Fitness

Petra Lindner

Der Kurs kombiniert Kraft- und Ausdauerübungen, um Muskelgruppen wie Bauch, Beine, Po, Brust und Rücken zu trainieren. Mit effektiven, gezielten Übungen und mit Einsatz von Kleingeräten wird der Muskelaufbau gefördert und die Beweglichkeit verbessert. Zudem werden tiefe Muskelschichten trainiert und zum Abschluss unsere Faszien durch spezielle Dehnübungen. Der Kurs ist für Frauen und Männer gleichermaßen geeignet und hilft Stress abzubauen, fördert die Fitness und stärkt das Wohlbefinden im Alltag.

32230 Mi., 04.02.26 - 01.07.26,
20 Termine, 19:00-20:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
99,10 (51,10) €

Body fit

Denis Sadoroschny

Mit gezieltem Ausdauertraining, kräftigenden Übungen, Pilateselementen und mit dem Einsatz von Redondo-Bällen, Hanteln, Swingsticks und Brasils wird die Muskulatur aktiviert. Zum Ausklang der Stunde ist Zeit zum Entspannen. Haben Sie Spaß an Bewegung? Machen Sie mit!

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte

32240 Mi., 04.02.26 - 24.06.26,
17 Termine, 18:45-19:45 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
84,70 (44,00) €

32250 Do., 05.02.26 - 02.07.26,
16 Termine, 17:30-18:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
79,80 (41,40) €

„Artgerechte Haltung“, Fitness & Faszien

Katharina Eichler

Die „KörperSchule“ basiert auf der CANTIENICA-Methode, die durch kleine Mikrobewegungen die tiefste Muskulatur aktiviert, das Skelett optimal ausrichtet und Fehlhaltungen korrigiert. MELT ist eine sanfte Selbstbehandlungstechnik, die durch spezielle Rollen und Bälle das Bindegewebe (Faszien) entspannt, Schmerzen reduziert und die Mobilität fördert. Beide Methoden sind einzeln wirksam und in Kombination bieten sie ein effektives, nachhaltiges Körpertraining für mehr Wohlbefinden.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte; bequeme Sportkleidung, etwas zu trinken

32255 Fr., 27.02.26, 18:00-20:15 Uhr
Sa., 28.02.26, 14:00-17:45 Uhr
Werther, Haus Werther, Herrenhaus,
Raum 2,
Schloßstr. 36
35,00 (19,00) €

Funktionelles Fitness- und Faszientraining

Petra Lindner

Funktionelles Ganzkörpertraining definiert die Muskeln und verbessert Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit. Effektive Übungen mit eigenem Körpergewicht und verschiedenen Trainingsgeräten sorgen für ein intensives Training ganzer Muskelketten und der tiefliegenden Muskulatur. Das anschließende Faszientraining erhöht die Mobilität im Alltag genauso wie beim Sport durch spezielle Dehnübungen und fließende Bewegungsabläufe. Ziel ist es den Körper beweglich und schmerzfrei zu machen.

Bitte mitbringen: Faszienkugel oder Tennisball

32260 Mo., 02.02.26 - 29.06.26,
19 Termine, 18:15-19:45 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
139,80 (71,40) €



Faszientraining für mehr Beweglichkeit

Sommer Special

Petra Lindner

Dieser Kurs ist für alle, die ihre Mobilität für den Alltag oder auch für den Sport verbessern wollen. Ziel ist es, durch spezielle Dehnübungen und fließende Bewegungsabläufe den Körper wieder beweglich und schmerzfrei zu machen. Ebenfalls wird der richtige Umgang mit einer Faszienrolle geübt. Dieser Kurs ist für jedes Alter und jedes Fitnesslevel geeignet.

Bitte mitbringen: Faszienkugel

32262 Mi., 22.07.26, 18:00-19:00 Uhr
Mi., 29.07.26, 18:00-19:00 Uhr
Mi., 05.08.26, 18:00-19:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kavenstroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
14,40 €



32263 Mi., 26.08.26, 18:00-19:00 Uhr
Mi., 02.09.26, 18:00-19:00 Uhr
Mi., 09.09.26, 18:00-19:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kavenstroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
14,40 €



10 Wochen Faszienkurs (online)

Faszien lösen – Beweglichkeit verbessern – Schmerzfrei bleiben

ZPP-zertifizierter Kurs

Peter Röhr

Faszien sind das Netzwerk unseres Körpers, das Muskeln, Knochen und Organe umhüllt. Ein gezieltes Faszientraining kann Verspannungen lösen, Beweglichkeit verbessern und Schmerzen vorbeugen. In diesem Online-Kurs erfahren Sie alles über fasziales Training, Dehnung und Körperwahrnehmung, inklusive Praxisübungen mit der Faszienrolle und dem Faszienball. Nutzen Sie die Chance, Ihre Muskeln geschmeidiger zu machen, Ihre Haltung zu verbessern und Schmerzen zu reduzieren - flexibel und bequem von zuhause.

Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen. Die Kursgebühren werden bis zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

32264  Online-Kurs

Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich.
Die Termine sind individuell buchbar.
119,00 €



Bis zu 100%
Rückerstattung
durch gesetzliche
Krankenkassen

Starte jetzt mit deinem zertifizierten Online Faszienkurs.
10x45 Minuten Videos und wertvolle Tips inklusive
Download PDF zu jeder Kurseinheit für deine Ziele!



Fit-Mix am Sonntag

Petra Lindner

Fit-Mix ist eine perfekte Mischung aus verschiedenen Trainingsformen und stellt ein interessantes Allroundprogramm für den ganzen Körper dar. Durch den Einsatz von unterschiedlichen Kleingeräten und motivierender Musik ist Abwechslung garantiert. Gezielte Übungen sorgen für die Verbesserung der Kraftausdauer, der Beweglichkeit und erhöhten Muskelaufbau. Zusätzlich trainieren wir in diesem Kurs unsere tiefen Muskelschichten und unsere Faszien durch spezielle Dehnübungen. Der Kurs ist für Frauen und Männer geeignet.

32266 So., 08.02.26 - 21.06.26,
14 Termine, 10:00-11:00 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
70,30 (36,70) €

Fit-Mix Sommer-Special

Petra Lindner

Die Kombination aus verschiedenen Kraft- und Ausdauerübungen trainiert einzelne Muskelgruppen wie Bauch, Beine und Po, aber auch Brust- und Rückenmuskulatur. Gezielte, einfache und effektive Übungen sorgen mit der Hilfe von Kleingeräten für mehr Beweglichkeit und erhöhten Muskelaufbau. Zusätzlich trainieren wir in diesem Kurs unsere tiefen Muskelschichten und unsere Faszien durch spezielle Dehnübungen.

32267 Mo., 20.07.26, 18:30-19:45 Uhr
Mo., 27.07.26, 18:30-19:45 Uhr
Mo., 03.08.26, 18:30-19:45 Uhr
Mo., 10.08.26, 18:30-19:45 Uhr
Mo., 17.08.26, 18:30-19:45 Uhr
Mo., 24.08.26, 18:30-19:45 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Dachgeschoss, Schützenstr. 2
39,00 (21,00) €



Fit und aktiv – Kräftigung und Mobilisation

Denis Sadoroschny

Im Kurs werden Übungen zur Verbesserung der Muskulatur und Mobilisation des Bewegungsapparates trainiert. Anreize für die Motivation und Freude an der Bewegung werden in das Trainingsprogramm eingebaut. Für den Spaß an Bewegung und Kräftigung der Muskulatur werden gemeinsam mit Ihnen passende Übungen für individuelles Training Zuhause erarbeitet.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Hallenschuhe

32285 Do., 05.02.26 - 02.07.26,
16 Termine, 19:00-20:00 Uhr
Halle, Lindenschule (GS), Turnhalle,
Bismarckstr. 8
67,00 (35,00) €





Zumba

Ein Tanz- und Bewegungskurs für Frauen aller Kulturen

Viktoria Kristofor

Zumba ist eine Kombination aus lateinamerikanischen Rhythmen und Fitness. Es vermittelt ein Gefühl von Party und guter Laune und bringt Menschen jeder Altersklasse in Schwung. Ganz nebenbei handelt es sich dabei um ein effektives Training. Es ist ein optimales Workout zum Feierabend und sowohl für Frauen mit Tanzerfahrung als auch für Anfängerinnen sehr gut geeignet.

Bitte mitbringen: Hallenschuhe

32340 Mo., 02.02.26 - 16.03.26,
6 Termine, 18:00-19:00 Uhr
Steinhagen, Grundschule Laukshof,
Turnhalle, Laukshof 12
33,00 (18,00) €



32345 Mo., 13.04.26 - 22.06.26,
10 Termine, 18:00-19:00 Uhr
Steinhagen, Grundschule Laukshof,
Turnhalle, Laukshof 12
53,00 (28,00) €



Entdecken Sie die Kraft des Tabata-Trainings!

In Zusammenarbeit mit der Stadt Halle (Westf.)

Jürgen Hanke

Möchten Sie in kurzer Zeit maximale Ergebnisse erzielen? Dann ist dieser Tabata-Kurs genau das Richtige für Sie! Mit intensiven, kurzen Intervallen bringen wir Ihr Fitnesslevel auf die nächste Stufe – effizient, effektiv und motivierend. Egal, ob Sie Anfänger*in oder Fortgeschrittene*r sind, der Kurs ist für alle, die ihre Ausdauer steigern, Fett verbrennen und Spaß beim Training haben möchten.

Bitte mitbringen: Sport- bzw. bequeme Kleidung, Yoga- oder Gymnastikmatte, Hallenschuhe

32370 Mo., 02.02.26 - 29.06.26,
18 Termine, 18:00-19:00 Uhr
Halle, Lindenschule (GS), Turnhalle,
Bismarckstr. 8
75,00 (39,00) €



Fit und vital in die Woche starten

Anna Hamann

In diesem Kurs steht ein ganzheitliches Ganzkörpertraining im Mittelpunkt, das besonders die Rückenmuskulatur stärkt. Durch gezielte Übungen werden verschiedene Muskelgruppen aktiviert, gefolgt von Dehnungen, um die Flexibilität zu fördern. Sanfte, motivierende Musik begleitet uns, während wir mit Sportgeräten wie Redonoball, Hanteln und Balancierpads arbeiten. Die Stunde endet mit einer entspannenden Phase. Der Kurs ist ideal für Einsteiger*innen und passt sich individuell an dein Fitnesslevel an.

Bitte mitbringen: Ein großes Handtuch, rutschfeste Socken oder Hallenschuhe, etwas zu Trinken

32375 Di., 03.02.26 - 17.03.26,
7 Termine, 18:00-19:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
36,60 (19,80) €

32376 Di., 14.04.26 - 07.07.26,
10 Termine, 18:00-19:00 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
51,00 (27,00) €

32377 Di., 03.02.26 - 17.03.26,
7 Termine, 19:15-20:15 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
36,60 (19,80) €

32378 Di., 14.04.26 - 07.07.26,
10 Termine, 19:15-20:15 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
51,00 (27,00) €

10 Wochen Fitnesskurs (online)

Ihr Weg zu mehr Bewegung & Wohlbefinden ZPP-zertifizierter Kurs

Peter Röhr

Der 10-Wochen-Online-Fitnesskurs eignet sich ideal für alle, die ein strukturiertes und nachhaltiges Trainingsprogramm absolvieren möchten. In 10 praxisnahen Online-Kurseinheiten à 45 Minuten erfahren Sie alles Wichtige rund um Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Herz-Kreislauf-Fitness. Neben Trainingstipps & Expertenwissen stehen vor allem die praktischen Übungen im Mittelpunkt, damit Sie Ihre Fitness nachhaltig verbessern.

Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen. Die Kursgebühren werden bis zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

32420  Online-Kurs

Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich.
Die Termine sind individuell buchbar.
119,00 €

*Deine Fitness!
Deine Figur!
Dein Erfolg!*

MGM

Bis zu 100%
Rückerstattung
durch gesetzliche
Krankenkassen

Starte jetzt mit deinem zertifizierten Online Fitnesskurs. 10x45 Minuten Videos und über 80 Seiten wertvolle Tips zum Download für deine Ziele! Endlich Fit, endlich schlank!



Fit-Gymnastik um 8:00 Uhr

Monika Tietz-Oesker

Das Ziel der Fit-Gymnastik ist, die körperliche und geistige Beweglichkeit zu erhalten. Kraft-, Ausdauer-, Mobilitäts- und Dehnübungen stärken den Bewegungsapparat und fördern Elastizität. Durch gezielte Herausforderungen werden Koordination, Konzentration und Geschicklichkeit verbessert. Mit motivierender Musik haben wir gemeinsam Spaß. Die Teilnehmer*innen bestimmen die Übungsintensität selbst und die Kursleiterin geht gerne auf individuelle gesundheitliche Bedürfnisse ein.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Hallenschuhe, kleines Kissen

32510 Do., 05.02.26 - 02.07.26,
18 Termine, 08:00-09:00 Uhr
Steinhagen, Hallenbad,
Gymnastikraum, Am Cronsbach 2 - 4
99,00 (51,00) €

Fit-Gymnastik um 9:05 Uhr

Monika Tietz-Oesker

32512 Do., 05.02.26 - 02.07.26,
18 Termine, 09:05-10:05 Uhr
Steinhagen, Hallenbad,
Gymnastikraum, Am Cronsbach 2 - 4
99,00 (51,00) €

Fit-Gymnastik um 16:15 Uhr

Monika Tietz-Oesker

32514 Mo., 02.02.26 - 29.06.26,
18 Termine, 16:15-17:15 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
113,40 (59,00) €

Fit-Gymnastik um 17:20 Uhr

Monika Tietz-Oesker

32516 Mo., 02.02.26 - 29.06.26,
18 Termine, 17:20-18:20 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
113,40 (59,00) €

Frühling, die richtige Zeit zur Verbesserung der Vitalität und Fitness für Frauen – Level 1 - 2

Bärbel Elsmann

Das vielfältige Angebot im Kurs wird Sie überzeugen. Gemeinsam mit viel Spaß erleben die Teilnehmerinnen ein gezieltes Ganzkörpertraining. Übungen zur Stabilisierung der Gelenke, Gleichgewichtsübungen zur Verbesserung der Körperkoordination, Kraftübungen und ein ausgiebiges Dehnprogramm sowie Inhalte aus Yoga und Pilates werden angeboten. Dabei kommen verschiedene Kleingeräte, wie z. B. Hanteln, Brasis, Flexibars, Faszienrollen und Redondobälle zum Einsatz.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, Hallenschuhe

32540 Do., 05.02.26 - 25.06.26,
17 Termine, 17:30-18:30 Uhr
Steinhagen, Grundschule Laukshof,
Turnhalle, Laukshof 12
71,20 (37,10) €

32550 Di., 03.02.26 - 16.06.26,
17 Termine, 20:00-21:00 Uhr
Steinhagen, Realschule,
Gymnastikraum, Laukshof 10
Eingang N 22
71,20 (37,10) €



Fitness für Seniorinnen und Senioren – Gymnastik auf dem Stuhl

Bärbel Elsmann

Mit viel Freude an der Bewegung in der Gruppe, zur Erhaltung der Beweglichkeit im Alltag und das eigene Wohlbefinden zu steigern, um bis ins höhere Alter mobil und selbstständig bleiben zu können. Im Kurs gibt es Übungen zur Kräftigung, Koordination, Geschicklichkeit und Mobilisation. Mit verschiedenen kleinen Übungsgeräten z.B. Bälle, Stäbe, Terraband, Reifen u.a. Der Kontakt und Spaß mit Gleichgesinnten kommen nicht zu kurz. Führen Sie auch im Alter ein bewegtes Leben!

Bitte mitbringen: Hallenschuhe

32560 Do., 05.02.26 - 25.06.26,
17 Termine, 15:15-16:15 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Turnhalle,
Bredenstr. 3
84,70 (43,90) €

Fitness- und Ausdauertraining

Carsten Rahn

Durch ein abwechslungsreiches Angebot an gymnastischen Übungen, Bewegungsspielen und Lauftraining werden Sie (altersunabhängig) am Ende des Kurses in der Lage sein, ein ca. 30-minütiges Ausdauertraining zu meistern.

Bitte mitbringen: 2 Paar Turn-/Laufschuhe, 1 Paar für draußen und 1 Paar Hallenschuhe

32570 Fr., 06.02.26 - 17.07.26,
10 Termine, 17:00-18:30 Uhr
Steinhagen, Grundschule Amshausen,
Turnhalle, Auf dem Kampe 2
95,00 (49,00) €



Hula-Hoop · Boule · Bogenschießen

Hula-Hoop – Schnupperworkshop für Anfänger*innen

Friederike Schwartz

Ob Sie Hula-Hoop seit Ihrer Kindheit wiederentdecken möchten oder noch Tipps für den Einstieg suchen – dieser Workshop ist perfekt für Erwachsene. Mit einer kleinen Portion Theorie, hilfreicher Anleitung und vor allem viel entspannter Praxis gelingt der Einstieg ins Hula-Hoop-Vergnügen ganz leicht und mühelos. Lassen Sie sich begeistern und erleben Sie einen fröhlichen, aktiven Nachmittag!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Hallenschuhe

32580 Sa., 21.02.26, 16:00-17:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 21, Masch 4 c
9,00 €



32590 Sa., 14.03.26, 16:00-17:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 21, Masch 4 c
9,00 €



Hula-Hoop für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Friederike Schwartz

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Hula-Hoop lernen oder ihre Kenntnisse vertiefen wollen. In entspannter Atmosphäre üben wir das klassische Hula-Hoop um die Taille und lernen auch Hula-Hoop als Ganzkörpersport kennen, der die Balance, Koordination und Beweglichkeit fördert. Dieser Kurs ist für jedes Alter und jedes Fitnesslevel geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Hallenschuhe

32595 Mo., 27.04.26 - 08.06.26,
6 Termine, 18:00-19:00 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Turnhalle,
Bredenstr. 3
39,80 (21,40) €



Boule, spannend, kommunikativ und gesellig für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Peter Heethey

Erleben Sie die Freude am Boule-Spiel, auch bekannt als Boccia oder Petanque! Diese traditionsreiche französische Sportart ist ideal für alle, die sich in der Natur bewegen wollen. Lernen Sie mit dem erfahrenen Trainer mehr als die Grundlagen des Spiels und verbessern Sie Ihre Fähigkeiten, wenn Sie schon einmal Boule gespielt haben. Kursinhalte: Einführung in die grundlegenden Würfe, Übungen zur Verbesserung der Technik, Strategien für das Spiel in Teams, Spielpraxis in einer entspannten Atmosphäre. Alle Altersgruppen sind willkommen! Die Kugeln werden für den Kurs gestellt.

32620 Mo., 13.04.26.- 11.05.26
5 Termine, 17:00-19:00 Uhr
Treffpunkt: Versmold-Bockhorst,
Bockhorst 5 (an der Kirche)
51,00 (27,00) €





32630

Di., 14.04.26. -12.05.26,
5 Termine, 17:00-19:00 Uhr
Treffpunkt: Steinhagen-Brockhagen,
Alte Dorfschule Brockhagen,
Brockhagener Str. 224
51,00 (27,00) €



32640

Mi., 15.04.26 - 13.05.26,
5 Termine, 17:00-19:00 Uhr
Treffpunkt: Halle, Landratsgarten,
Ravensberger Straße
51,00 (27,00) €



Bogenschießen als Weg zu mehr Gelassenheit

Armin Meier-Kühn

Beim intuitiven Bogenschießen geht es nicht um sportliche Leistung, Perfektion und Erfolg, sondern um Erleben, Selbsterfahrung und persönliche Entwicklung. Wir stellen uns dem Ziel, bauen eine Spannung auf, aus der wir den Pfeil gelassen ins Ziel schicken. Der sich wiederholende Prozess des Spannungsaufbaus, des intuitiven Loslassens und der Zielfindung ermöglicht es, auch im Alltagsleben Achtsamkeit zu entwickeln und Stress abzubauen. Bogen, Pfeile und Zubehör werden zur Verfügung gestellt.

32650 Einführung

So., 26.04.26, 14:00-17:00 Uhr
Halle, Margarethe-Windthorst-Str. 2
29,40 (19,40) €

32660 Kurs

Di., 28.04.26 - 09.06.26,
6 Termine, 18:00-19:30 Uhr
Halle, Margarethe-Windthorst-Str. 2
73,20 (45,60) €

Reiten · Wandern · Laufen

Reiten auf dem Spiekerhof Muttertags-Special

Britta Schröder

Der Kurs richtet sich an Anfängerinnen und Wiedereinsteigerinnen ab 20 Jahren (bis 80 kg). Gönn dir etwas Gutes und lass dein Jugendhobby wieder aufleben – oder erfülle dir den Wunsch, erstmals im Sattel zu sitzen. Nach einer Einführung und einem kurzen Theorieteil reiten wir gemeinsam und lassen den Nachmittag entspannt bei Kaffee und nettem Austausch ausklingen.

Bitte mitbringen: Einen Helm (Fahrradhelm ist ausreichend), feste Schuhe mit ein wenig Absatz (optimal wären Stiefeletten)

32670

So., 10.05.26, 13:00-16:30 Uhr
Borgholzhausen, Spiekerhof,
Wichlinghausen 11
55,00 €





Wandern und Yoga im Teutoburger Wald täglich – in den Sommerferien

Hartmut Lüker, Jürgen Hildebrand

„Da müssen wir mit!“

Wandern als ruhige, aber zügige Bewegung in der Landschaft spricht alle Sinne an und wirkt gesundheitsfördernd auf Körper, Geist und Seele. Die Wanderungen werden ergänzt durch praktische Yoga-Übungen, die im Stehen ausgeführt werden. Sie dienen der Beweglichkeit, kräftigen und dehnen den Bewegungsapparat und verbessern die Kondition. Atemübungen dienen der Entspannung und dem Aktivieren von Leistungsreserven. In 5 aufeinander folgenden Vormittagen lernen wir von Borgholzhausen aus den Teutoburger Wald und sein Umland kennen. Unsere Rundwanderungen sind etwa 10 km lang, dauern rund 4 Stunden und sind für erfahrene Wander*innen.

32680 Mo., 20.07.26 - Fr., 24.07.26,
5 Termine, 09:00-13:00 Uhr
Treffpunkt: Borgholzhausen,
Bürgerzentrum Haus 1,
Masch 2a
35,00 €



Kraftausdauer für Läufer*innen und Laufeinsteiger*innen (online)

Lauftechnik verbessern – Kraft aufbauen – Verletzungen vorbeugen
ZPP-zertifizierter Kurs

Markus Dawo, Peter Rühr, Daniel Rothmund

Dieser Online-Kurs ist die ideale Vorbereitung und Unterstützung für Ihr Lauftraining. In 10 praxisnahen Online-Kurseinheiten à 45 Minuten verbessern Sie gezielt Ihre Lauftechnik und Kraftausdauer durch effektive Stabilisations- und Kräftigungsübungen. Die Kursgebühren werden bis zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich. Die Termine sind individuell buchbar.

Voraussetzung: stabile Internetverbindung und ein internetfähiges Gerät. Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen. Die Kursgebühren werden bis zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

32685  Online-Kurs

Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich.
Die Termine sind individuell buchbar.
119,00 €



Deine Fitness!
Deine Figur!
Dein Erfolg!

Bis zu 100% Rückerstattung durch gesetzliche Krankenkassen

Starte jetzt mit deinem zertifizierten Online Laufkurs. 10x45 Minuten Videos und wertvolle Tips inklusive Challenge zum Download für deine Ziele! Endlich Fit!



Segelfliegen

Segelfliegen kennenlernen für Interessenten ab 14 Jahren

Uwe Grobecker

Nach einem Informationsabend, an dem Sie mehr über diesen Sport erfahren und eine kurze theoretische Einweisung erhalten, erleben Sie selbst die Faszination des Segelfliegens. Mit erfahrenen Fluglehrern fliegen Sie über OWL. Je nach Wetterlage werden Sie an den beiden Tagen 2 - 4 Flüge durchführen. Es gibt leider keine Garantie, dass an beiden Tagen geflogen werden kann. Voraussetzungen: max. 1,95 cm und 110 kg, normale körperliche Fitness.

Die Flugtermine finden nach Absprache auf dem Flugplatz Oerlinghausen, Stukenbrocker Weg 43 statt. Gegebenenfalls können sich die Termine wetterbedingt nach Absprache kurzfristig verschieben.

Bei jugendlichen Teilnehmenden ist eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten erforderlich - diese erhalten Sie nach Anmeldung von der vhs.

Bitte mitbringen: ggf. schriftliche Einverständniserklärung

33000 Einführung

Fr., 15.05.26, 19:00-21:00 Uhr
Steinhagen, Vereinsheim Landeplatz,
Amshausener Str. 89

Flug-Wochenende

Sa., 16.05.26, 12:30-19:00 Uhr
So., 17.05.26, 09:30-19:00 Uhr
Segelflugschule Oerlinghausen
Flugplatz, Stukenbrocker Weg 43
153,00 (103,00) €

Aquafitness · Wassergymnastik

Aquafitness

Doris Kattenbaum

Wir fördern unsere Fitness und Beweglichkeit durch gezielte Wassergymnastik. Durch den Auftrieb des Wassers sind die Übungen besonders gelenkschonend und deshalb für alle geeignet. Der Kurs findet im Flachwasserbereich statt.

Bitte mitbringen: Schwimmzeug, Badeschuhe, Handtuch

34010 Mo., 02.02.26 - 18.05.26,
14 Termine, 15:00-15:45 Uhr
Vermold, Parkbad,
Caldenhofer Weg 26a
50,00 (29,00) €

34020 Mo., 02.02.26 - 18.05.26,
14 Termine, 15:45-16:30 Uhr
Vermold, Parkbad,
Caldenhofer Weg 26a
50,00 (29,00) €

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:





Aquagymnastik

Melanie Böhme

Sanft aktiv im Wasser: Aquagymnastik ist das ideale Training auch für ältere Teilnehmende. Die gelenkschonenden Übungen stärken Arme, Beine und Rumpf, fördern Balance, Beweglichkeit und Ausdauer – ganz ohne Überlastung. Die Intensität kann individuell angepasst werden, sodass jede*r sicher im eigenen Tempo trainiert. In der unterstützenden Wasserumgebung macht Bewegung besonders viel Freude.

Bitte mitbringen: Schwimmzeug, Badeschuhe, Handtuch

34025 Do., 05.02.26 - 19.03.26,
7 Termine, 15:00-15:45 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
45,20 (29,10) €

34030 Do., 16.04.26 - 09.07.26,
11 Termine, 15:00-15:45 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
63,60 (38,30) €

Aquafitness

Melanie Böhme

Fit werden im Wasser: Aquafitness bietet ein effektives, gelenkschonendes Ganzkörpertraining für alle. Arme, Beine, Rumpf und Gesäß werden gekräftigt, Beweglichkeit und Ausdauer verbessert. Die Intensität lässt sich individuell anpassen – so trainiert jeder im eigenen Tempo. Der Spaß kommt dabei nicht zu kurz: Gute Laune und ein Lächeln gehören immer dazu!

Bitte mitbringen: Schwimmzeug, Badeschuhe, Handtuch

34035 Do., 05.02.26 - 19.03.26,
7 Termine, 15:50-16:35 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
45,20 (29,10) €

34040 Do., 16.04.26 - 09.07.26,
11 Termine, 15:50-16:35 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
63,60 (38,30) €



Aqua-Fitness und Bewegungsformen im Wasser

Präventionskurs, ZPP-zertifiziert

Carola George

In diesem Gesundheitskurs erleben Sie wohltuende Bewegung im Wasser: Der sanfte Auftrieb entlastet Wirbelsäule und Gelenke, während der natürliche Wasserwiderstand Ihre Muskulatur effektiv und schonend stärkt. Mit abwechslungsreichen Übungen fördern Sie Herz-Kreislauf, Koordination, Gleichgewicht, Ausdauer und Ihr allgemeines Wohlbefinden. Spielerische Elemente, Partnerübungen sowie Dehn- und Entspannungsphasen runden die Stunde ab. Das Kursangebot entspricht den Vorgaben der Zertifizierung von Präventionskursen § 20 SGB V. Bei regelmäßiger Teilnahme ist eine Übernahme der Kosten (Teilkosten) durch Ihre Krankenkasse möglich.

Bitte mitbringen: Schwimmzeug, Badeschuhe, Handtuch

- 34041** Do., 05.02.26 - 26.03.26,
8 Termine, 18:00-19:00 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
120,00 €
- 34044** Do., 30.04.26 - 02.07.26,
8 Termine, 19:15-20:15 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
120,00 €
- 34042** Do., 05.02.26 - 26.03.26,
8 Termine, 19:15-20:15 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
120,00 €
- 34043** Do., 30.04.26 - 02.07.26,
8 Termine, 18:00-19:00 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
120,00 €

Allgemeine Wassergymnastik

Lucas Bogatz

Bei der Gymnastik im Solewasser machen wir uns den Auftrieb des Salzwassers zu Nutzen. Das führt zur Entlastung der Wirbelsäule und Gelenke. Außerdem dienen die Übungen der Erhaltung der Gelenkmobilität, der Kräftigung und Lockerung der Muskulatur und der Verbesserung der Ausdauer. In der Gebühr ist das Eintrittsgeld enthalten.

Bitte beachten Sie: Der Kurs findet auch in den Osterferien von NRW in der Zeit vom 30. März 2026 bis 11. April 2026 statt.

Bitte mitbringen: Schwimmzeug, Badeschuhe, Handtuch

- 34050** Do., 05.02.26 - 28.05.26,
17 Termine, 09:00-09:30 Uhr
Bad Rothenfelde, Kurmittelhaus,
Frankfurter Str. 3
139,00 €



Fasten

Infoabend zur ganzheitlichen Gesundheits-Wohlfühl-Woche

Elisabeth Mentrup

An diesem Abend erhalten Sie Informationen rund um die ganzheitliche Gesundheits-Wohlfühl-Woche. Fasten zählt zu den ältesten Naturheilverfahren und gewinnt heute als wirksame Vorbeugung und sanftes Frühheilverfahren erneut an Bedeutung. Es unterstützt die Entgiftung, strafft das Bindegewebe und kann vorzeitigen Alterungsprozessen entgegenwirken. Zudem wirkt Fasten positiv bei erhöhten Blutfettwerten, Rheuma, Allergien, Übergewicht und beginnender Arteriosklerose. Es stärkt Körper, Geist und Seele gleichermaßen. Die Veranstaltung ist kostenlos. Um eine Anmeldung wird gebeten.

37000 Mi., 04.02.26, 19:00-21:15 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 1, Raum 13, Masch 4
gebührenfrei

Ganzheitliche Gesundheits-Wohlfühl-Woche

Schwerpunkte: Ernährung, Bewegung, Buchinger Fasten, wahlweise typgerechtes Basenfasten mit Schüßler-Salzen für Erstfastende und Erfahrene

Elisabeth Mentrup

Fasten ist eines der ältesten Naturheilverfahren und hat heute als Vorbeugung und Frühheilverfahren eine große Bedeutung. Fasten macht schöner und jünger, indem es zur Entgiftung und Straffung des Bindegewebes führt und vorzeitige Alterungsvorgänge aufhält. Fasten wirkt hilfreich bei erhöhten Blutfettwerten, Rheuma, Allergien, Übergewicht und beginnender Arteriosklerose. Es hilft nicht nur den Körper, sondern auch Seele und Geist zu stärken. Der Kurs wird von Fachkräften

mit Bewegungs- und Entspannungsangeboten begleitet. Erkenntnisse und Informationen bezüglich des Fastens und der Ernährung werden vermittelt und der Frage „wie kann ich entzündungshemmend leben“ nachgegangen. Als krönender Abschluss findet ein gemeinsamer Kochabend statt: vollwertig und entzündungshemmend essen und genießen. In der Gebühr sind die Lehrmaterialien enthalten.

Kostenloser Info-Termin für beide Kurse:

Mi, 04.02.26, 19:00 - 21:15 Uhr

Verbindliche Vorbesprechung für beide Kurse:

Di, 17.02.26, 19:00 - 21:15 Uhr

Fastenwoche:

Sa, 21.02.26 bis Fr, 27.02.26

Ort: Borgholzhausen, Bürgerzentrum Haus 1, Masch 2a

Nachbesprechung/Kochabend für beide Kurse:

Do, 19.03.26, 17.00 - 21.45 Uhr

Ort: Halle, Berufskolleg, Küche, Kättkenstr. 14

Bitte mitbringen: Für den Kochabend: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter, 10 € Zuteilbeitrag werden direkt vor Ort an die Kursleiterin gezahlt.

37010 Fastenwoche:

Sa., 21.02.26 - Fr., 27.02.26,

jeweils 18:00-20:15 Uhr

128,00 (76,00) €

37015 Fastenwoche:

Sa., 21.02.26 - Fr., 27.02.26,

jeweils 18:45-21:00 Uhr

128,00 (76,00) €



Workshops · Vorträge · Erlebnisgastronomie

Barista Workshop Der perfekte Espresso! Ülker Örnek

Entdecken Sie den perfekten Espresso! In diesem Workshop lernen Sie die Grundlagen der Kaffeekunde, die Auswahl der richtigen Mischung und Röstung, sowie die Handhabung und Reinigung der Mühle. Wir zeigen, wie Sie den Mahlgrad, die Dosierung, Brühtemperatur, Brühdruck und Wasserqualität optimal einstellen. Ziel ist ein perfekt extrahierter Espresso wie vom Profi! Abschließend bekommen Sie Tipps zur Reinigung der Brühgruppe.

37020 Di., 03.03.26, 17:00-19:00 Uhr
Bielefeld, Kaffeewerft,
Stapenhorststr. 91
85,00 €

Barista Workshop Der perfekte Milchschaum! Ülker Örnek

Erleben Sie in diesem praxisnahen Kurs, wie Sie cremigen Milchschaum zaubern und Latte Art meistern! Lernen Sie, welche Milch und welche Kanne sich am besten eignen, welche Temperatur und Konsistenz ideal sind und wie Sie mit etwas Übung kunstvolle Muster wie Herz und Farnblatt gestalten. Außerdem erhalten Sie wertvolle Tipps zur Pflege Ihres Barista-Equipments. Für Kaffeeliebhaber und Hobby-Baristas!

37025 Di., 17.03.26, 17:00-20:00 Uhr
Bielefeld, Kaffeewerft,
Stapenhorststr. 91
110,00 €



Internationales Frauenfrühstück mit musikalischer Begleitung miteinander genießen – miteinander sprechen – miteinander lachen

Im Rahmen der FrauenKulturWochen

Neben dem abwechslungsreichen Frühstücksbuffet stehen der interkulturelle Austausch und das Miteinander im Vordergrund und es wird musikalisch! Zum Frauenfrühstück dürfen wir Ihnen einen ganz besonderen musikalischen Beitrag präsentieren: Der Frauenchor KlangFarben feierte im Jahr 2025 sein 10-jähriges Bestehen und bringt aus diesem Anlass einige seiner schönsten Stücke mit und mittlerweile sind 25 Sängerinnen aktiv dabei. Lassen Sie sich beim Frühstück von den KlangFarben musikalisch verwöhnen! Hinweis: Unser buntes Buffet lebt von den Köstlichkeiten, die Sie mitbringen. Die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt. Anmeldung über IMPULS das Kreisfamilienzentrum und Mehrgenerationenhaus, Tel. 05201/183-210, impuls@hallewestfalen.de

37030 Fr., 20.03.26, 10:00-12:00 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise,
Kiskerstr. 2


Lebensmittelverschwendung: Ursachen und Lösungen für Haushalte und unterwegs (online)

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW e.V.

Angela Clausen

Jährlich landen in Deutschland rund 11 Millionen Tonnen Lebensmittel im Müll, mehr als die Hälfte davon in privaten Haushalten. Das verschwendet Ressourcen und belastet das Klima. Der Vortrag der Verbraucherzentrale NRW zeigt, wo und warum Lebensmittel verloren gehen und wie Einkauf, Lagerung und Portionsgrößen verbessert werden können. Schon kleine Veränderungen bewirken viel.

Der Vortrag zeigt, wie bewusster Konsum Klima, Geldbeutel und Umwelt schont – und gibt praktische Tipps für den Alltag. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

37031  Online-Kurs
Mo., 16.02.26, 18:00-19:30 Uhr
gebührenfrei


So schmeckt Zukunft – einfach gut essen mit Linsen, Erbsen & Bohnen (online)

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW e.V.

Angela Clausen

Gesund und lecker essen, Geld sparen und dabei noch etwas fürs Klima tun? Das geht – mit Zutaten, die fast alle kennen, aber kaum nutzt: Linsen, Bohnen und Erbsen. Die eiweißreichen Hülsenfrüchte sind sättigend, günstig, vielseitig und leicht zuzubereiten. Warum sie ein Comeback erleben, worauf Sie beim Einkauf achten sollten und wie kleine Veränderungen im Alltag große Wirkung für Gesundheit und Umwelt entfalten können.

Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

37032  Online-Kurs
Mi., 25.02.26, 18:00-19:30 Uhr
gebührenfrei



Klimagesund ernähren: Hülsenfrüchte auf die Teller! (online)

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW e.V.

Angela Clausen

Erfahren Sie, wie Ernährung und Klimaschutz zusammenhängen und welche Rolle Hülsenfrüchte spielen. Anhand verständlicher Beispiele wird der CO2-Fußabdruck von Lebensmitteln erklärt und pflanzliche mit tierischen Produkten verglichen. Im Fokus stehen Linsen, Bohnen und Kichererbsen als eiweißreiche, gesunde und nachhaltige Alternativen. Praktische Tipps helfen, sie genussvoll in den Alltag zu integrieren. Klimafreundlich essen ist einfach, lecker und gesund. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

37033

 Online-Kurs

Do., 05.03.26, 18:00-19:30 Uhr
gebührenfrei

(Zu)viel versprochen?


Nahrungsergänzungsmittel-Werbung in den sozialen Medien

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW e.V. (online)

Angela Clausen

Die Werbeaussagen für Nahrungsergänzungsmittel sind oft vielversprechend, Erfahrungsberichte in Medien und sozialen Netzwerken begeistern und sind oft vielversprechend. Dadurch sind die Erwartungen an „natürliche Wirkstoffe“ hoch – doch Wirkung und Anspruch liegen oft weit auseinander. Nahrungsergänzungsmittel sind keine normalen Lebensmittel und können Risiken, Neben- und Wechselwirkungen haben sowie Laborwerte beeinflussen. Vertrauenswürdige Informationen und das Erkennen wichtiger „Red Flags“ schützen Ihre Gesundheit. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

37034

 Online-Kurs

Di., 24.03.26, 18:00-19:30 Uhr
gebührenfrei





Hochsensibel? Und wie!

Workshop

Julia Webber


Wenn grelles Licht weh tut, du Stimmungen spürst, bevor jemand den Raum betritt, Geräusche lauter und Gerüche intensiver wahrgenommen werden und du nach Partys drei Tage Erholung brauchst – Glückwunsch, du könntest hochsensibel sein! In diesem Workshop entdecken wir, wie wir uns vor zu vielen Reizen schützen und aus viel Negativem etwas Positives machen können. Leicht, inspirierend und alltagstauglich – für alle mit Herz, Antennen und Tiefgang. Für alle, die ihre Sensibilität endlich feiern statt verstecken wollen.

37035 Sa., 13.06.26, 14:00-17:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
18,40 (9,20) €

ADHS bei Erwachsenen – Erkennen, Verstehen, Bewältigen (online)

Mike Schumann

Immer mehr Erwachsene erhalte heutzutage eine Diagnose für Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS). Doch was bedeutet das eigentlich im Erwachsenenalter? In diesem Vortrag beleuchten wir die vielfältigen Facetten von ADHS von Erwachsenen, von den ersten Anzeichen und Diagnosekriterien bis hin zu alltagstauglichen Strategien und Therapiemöglichkeiten. Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDienstag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

37036  Online-Kurs
Di., 03.02.26, 18:00-20:00 Uhr
5,00 €

Essen ohne Reue

Vortrag

Oxana Warning

Dieser Vortrag richtet sich an alle, die sich gesund und lecker ernähren möchten. Allerdings hat jedes Alter seine Besonderheiten, die man berücksichtigen sollte. Es geht um die Grundregeln einer nachhaltigen Ernährung, um Gewicht ohne jegliche Diäten dauerhaft zu reduzieren und dabei auch noch gesund zu bleiben. Aufbauend auf den Vortrag findet noch ein zweitägiger Abnehm-Workshop statt.

37040 Do., 26.03.26, 19:00-20:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 22, Masch 4 c
8,00 (5,00) €

Essen ohne Reue

Workshop

Oxana Warning

In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihr Essverhalten nachhaltig verändern können- ohne Verbote und ohne Kalorienzählen. Statt strenger Diäten steht der genussvolle und bewusste Umgang mit Essen im Mittelpunkt. Sie lernen auf die Signale Ihres Körpers zu achten, was emotionales und intuitives Essen bedeutet und wie Sie sich von Schuldgefühlen rund ums Essen befreien können. Dieser Workshop ist auch für alle geeignet, die Krankheiten, Diabetes oder Bluthochdruck, vorbeugen möchten.

37045 Sa., 18.04.26, 10:30-12:30 Uhr
Sa., 25.04.26, 10:30-12:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 23, Masch 4 c
43,00 (23,00) €



Mord am Set – Mitspielkrimi

Silke Förster

Alle schauen gespannt auf Los Angeles und die bevorstehende Oscar-Verleihung. Regiss€ Arthur Hitschkuk und sein Team stehen enorm unter Druck, den neuen Film „Über den Dächern von Brockhagen“ noch rechtzeitig fertig zu bekommen.

Als die Kollegen am Morgen am Set erscheinen, finden sie Arthur Hitschkuk tot auf der Bühne liegen. Mord! Das FBI wird sofort eingeschaltet und Inspektor Cannabis nimmt die Vernehmung auf. Wer hatte ein Motiv den Regiss€ umzubringen? Was passiert ist, werden wir gemeinsam herausfinden, denn eines ist sicher: Der Mörder ist unter uns! Hier verbinden wir Freude am Kochen mit kriminologischem Gespür. Gemeinsam wollen wir an diesem Abend den „Mörder am Set“ ermitteln.

Anmeldung ab 18 Jahre

Bitte mitbringen: ein Küchenmesser (ohne Fingerabdrücke ;-)) und Behälter für eventuelle Reste, evtl. Schürze, 2 Geschirrtücher, Spültuch, Wasser und Wein zum Essen werden gestellt, weitere Getränke auf Wunsch bitte selber mitbringen.

37070 Sa., 20.06.26, 14:00-18:30 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule B
rockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
42,60 €

Kochen · Backen · Confiserie

Antientzündliche Speisen zubereiten

Sabine Holzkämper-Kämmerer

„Ich habe keine Zeit jeden Tag frisch zu kochen, außerdem ist das zu teuer.“ „Das gesunde Essen schmeckt nicht.“ Sagen viele. Ob das stimmt? Wir bereiten im Handumdrehen mit wenigen Zutaten ein Menü zu, mit Lebensmitteln, die das Immunsystem stärken, gegen Entzündungen wirken und preiswert sind. Und ob das schmeckt werden wir gemeinsam feststellen. Rezepte, die Ihnen zusa- gen, bekommen sie an die Hand.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Schürze, Schneidebrett, Geschirrtuch, Restebehälter

37100 Fr., 15.05.26, 16:30-18:30 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
24,20 €



Heilsame Kost – Basische Genüsse

Essen und Wissen

Ulrike Sprick

Da unsere moderne Alltagskost zumeist sehr säurelastig ist, ist es sinnvoll, unserem Organismus eine Zeit lang basenüberschüssige Speisen zur Verfügung zu stellen, um dem Körper Gelegenheit zur Regeneration zu geben. War früher vor allem Nahrungsmangel am Ende des Winters ausschlaggebend für die Kürzung der Nährmittelzufuhr, ist es heute eine bewusste Umstellung der Ernährung. Eine (Basen-) Fastenkur muss keine Zeit der Entbehrungen sein. Das Menü des Abends präsentiert basische Rezepte zum Kennenlernen, die leicht und lecker sind und Spaß auf mehr machen sollen. Eine kleine Ausarbeitung der Kursleiterin über basische und säurebildende Speisen dienen zur Anregung, mehr basische Genüsse auf den individuellen Speisezettel zu setzen.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Holzbrettchen, 2 Geschirrtücher

37110 Do., 12.02.26, 18:00-21:45 Uhr
Halle, Berufskolleg, Küche,
Kättkenstr. 14
39,90 €

Heilsame Kost bei Arthritis, Arthrose, Gicht und Rheuma

Ulrike Sprick

Wer Gelenksbeschwerden vorbeugen möchte, kann mit gezielter Ernährung viel erreichen. Der Verzicht auf entzündungsfördernde Lebensmittel fällt dank vieler schmackhafter, alltagstauglicher Alternativen leicht. Im Kurs gibt es ein gesundes 5-Gänge-Menü mit basischen Gerichten und Wildkräutern, die bei Entzündungen im Bewegungsapparat helfen. Eine kurze Einführung erklärt basische und säurebildende Speisen.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Holzbrettchen, 2 Geschirrtücher

37120 Do., 26.02.26, 18:00-21:45 Uhr
Vermold, CJD Sekundarschule, Küche,
Schulstr. 14
39,90 €



Heilsame Kost bei chronischen Verdauungsbeschwerden

Ulrike Sprick

Blähbauch, Sodbrennen, Verstopfung, mangelhafte Nahrungsverwertung oder zunehmende Allergien – die Beschwerden bei Problemen der Verdauungsorgane sind nicht nur lästig, sondern können weitere ernsthafte gesundheitliche Schwierigkeiten nach sich ziehen. Es gilt, den Teufelskreis zu durchbrechen und den Körper wieder in die Selbstregulierung zu lenken. Meistens ist eine vorläufige Nahrungsumstellung unumgänglich. Das muss aber nicht unangenehm werden, denn es gibt eine Fülle von Lebensmitteln, die unseren Darm und die Leber wieder harmonisieren können – und die auch noch gut schmecken! In diesem Kurs gibt es ein gesundheitsförderndes 5-Gänge-Schlemmer-Menü von der (Leaky-Gut-) erfahrenen Kräuterfrau. Auch frische Wildkräuter sind stets ein wichtiger Bestandteil der Linderung von Beschwerden im Verdauungssystem, gut zur Vorbeugung und im Heilverfahren.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Holzbrettchen, 2 Geschirrtücher

37130 Do., 09.07.26, 18:00-21:45 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
39,90 €

Vom Acker bis zum Teller ernten, kochen und genießen

Pirjo Susanne Schack

Biobauer Matthias Hoffmeier führt über seinen Hof und erntet mit Ihnen biologisches Gemüse für das anschließende gemeinsame Essen. In der Hofküche wird unter Anleitung von Diplom-Oecotrophologin Pirjo Schack geschnippelt, gerührt, gekocht und abgeschmeckt. Anschließend lassen wir uns in gemeinsamer Runde das selbstzubereitete Menü schmecken. Lust auf einen besonderen Genußabend, der landwirtschaftliche Kreislaufwirtschaft erlebbar macht?

Bitte mitbringen: Brettchen, Messer, Schürze, Dose für Reste, feste Schuhe für den Acker

37150 Fr., 17.07.26, 17:00-21:00 Uhr
Vermold-Hesselteich,
Biohof Hoffmeier, Oesterweger Str. 52
37,20 €

Die Gourmet-Wildkräuterküche – vegan-vegetarisch

Neue Rezepte

Ulrike Sprick

In diesem Kurs dreht sich alles um Wildkräuter, ihre entschlackende Wirkung und die Art, wie man diese energiereichen, unverfälschten Ur-Lebensmittel ganz köstlich zubereiten kann. Die vegan-vegetarischen Speisen des Abends richten sich nach den jeweils aktuellen Funden an Wildpflanzen aus der Natur. Die Kursleiterin wird die benötigten Wildkräuter für Sie mit kundiger Hand einzeln pflücken und küchenfertig vorbereiten. Zudem verwenden wir grundsätzlich Bio-Produkte, von pflanzlichen Zutaten, hochwertigstem Balsamico und Öl bis hin zu Bio-Butter, -Sahne und Eiern von Hühnern, die auf ihren Namen hören. Sollten Sie irgendwelche Nahrungsunverträglichkeiten haben, geben Sie diese zeitig bei Anmeldung an, dann kann das weitgehend berücksichtigt werden. Geplante Menüfolge: Grüner Smoothie, Wildkräutersalat, Wilde Suppe, ein Hauptgericht von und mit wilden Kräutern und natürlich auch ein köstliches Dessert aus lieblichem Kraute. Im Rahmen unserer zeitlichen Möglichkeiten können die einzelnen Wildkräuter besprochen und Fragen dazu beantwortet werden.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Holzbrettchen, 2 Geschirrtücher

37200 Do., 25.06.26, 18:00-21:45 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
39,90 €



Meine Tea Time – Leckerer für die Pause am Nachmittag

Dirk Gerdau

Für meine Tea Time müssen Sie nicht nach London reisen: Die tollen Leckereien wie luftige Scones, zartes Shortbread, kleine Pies und weitere Kleinigkeiten stellen wir einfach selbst her! Überraschen Sie Ihre Gäste aber auch mit verschiedenen herzhaften Köstlichkeiten, wie z.B. Sandwiches und Sausage Rolls. Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit am Nachmittag – die Mischung macht es so besonders!

Bitte mitbringen: evtl. Schürze, Getränk, Geschirrtuch, Restebehälter

37250 Mi., 15.04.26, 17:45-21:15 Uhr
Werther, P.-A.-Böckstiegel-Gesamtschule, Küche, Weststr. 12
34,80 €

Fermentieren: Sauerteig, Käse und Co.

Asgard Knehans-Gläser

Entdecken Sie die faszinierende Welt der Fermentation! In diesem Kurs lernen Sie praktisch, wie Sie aus einfachen Zutaten Sauerteig, fruchtigen Essig, spritzige Getränke und leckere Milchprodukte selbst herstellen. Fermentation steckt voller kulinarischer Überraschungen und bietet zahlreiche gesundheitliche Vorteile. Ob Brot, Käse oder Apfelessig – mit dem richtigen Wissen und ein wenig Geduld gelingt es.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37300 Di., 17.03.26, 18:00-21:45 Uhr
Halle, Berufskolleg, Küche,
Kättkenstr. 14
41,90 €



Experimentierküche – Hydrolate, Mikroorganismen, Molekularküche

Linette Weiß

Kochen ist eine Wissenschaft für sich! In diesem Kurs gehen wir gemeinsam verschiedenen Prozessen nach, die Lebensmittel geschmacklich und optisch verändern. Wir werden z. B. unseren eigenen Bubbletea machen, ein alkoholfreies Gin-Hydrolat aus verschiedenen Kräutern und Gewürzen herstellen, Kimchi ansetzen und noch weitere Techniken und Verarbeitungsweisen kennenlernen und die spannende Biochemie dahinter erforschen!

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37310 Mo., 02.02.26, 18:00-21:45 Uhr
Werther, P.-A.-Böckstiegel-Gesamtschule, Küche, Weststr. 12
35,90 €

Sushi, Ramen & Co – Vegan Japanisch

Linette Weiß

Die japanische Küche gilt als gesund und modern. Wir möchten gemeinsam einige der ikonischen Gerichte, wie Sushi, Ramen (Nudelsuppe), Mochi und einige Beilagen in ihrer veganen Variante zubereiten. Dabei werden sowohl grundlegende als auch speziellere Kochtechniken angewendet, sodass Sie bald auch zuhause „Itadakimasu“ sagen können! Auch Menschen, die Fleisch oder tierische Produkte essen, sind herzlich eingeladen.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37410 Mi., 18.02.26, 18:00-21:45 Uhr
Borgholzhausen, P.-A.-Böckstiegel-Gesamtschule, Küche
(über der Sporthalle), Osningstr. 14
35,90 €

37420 Di., 14.04.26, 18:00-21:45 Uhr
Halle, Berufskolleg, Küche,
Kättkenstr. 14
35,90 €



Jubiläumskurse 50 Jahre vhs Ravensberg

Aus altbewährten und neuen Rezepten zaubern wir ein mehrgängiges Menü. Ein leckerer Aperitif und ein himmlisches Dessert dürfen nicht fehlen. Ich freue mich auf euch!

Surprise!

Heidemarie Rabe

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37500 Do., 21.05.26, 18:00-21:45 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
40,90 €



Surprise! – „Männer an die Töpfe“

Heidemarie Rabe

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37510 Do., 11.06.26, 18:00-21:45 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
40,90 €



Das Beste aus Sizilien

Vegetarisches zur Winterzeit

Vincenzo Rizza

Freuen Sie sich auf einen kulinarischen Ausflug in die vegetarische Vielfalt der sizilianischen Küche. Ein perfekter Genuss für die Winterzeit: Als Vorspeise kochen wir „Ova al sugo con Piselli“ und als Hauptgericht bereiten wir eine Ministrone di Pesto mit Gemüse und Hülsenfrüchte zu.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, evtl. Schürze, Getränk, Geschirrtuch, Restebehälter

37520 Di., 17.02.26, 18:00-21:45 Uhr
Halle, Berufskolleg, Küche,
Kättkenstr. 14
35,90 €

Das Beste aus Sizilien

Arancini- die Kunst des sizilianischen Streetfoods

Vincenzo Rizza

Sie lieben die mediterrane Küche und möchten authentisch sizilianisch kochen? Arancini sind knusprig frittierte Reisbällchen gefüllt mit Ragout und Mozzarella. Sie werden in Sizilien als Streetfood verzehrt. Die Besonderheit der sizilianischen Küche liegt in ihrer Einfachheit. Es wird mit frischen und wenigen Zutaten gekocht. In diesem Kurs lernen Sie die kleinen Raffinessen der Zubereitung dieses Traditionsgerichtes kennen. Zum Abschluss gibt es einen italienischen Espresso.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, evtl. Schürze, Getränk, Geschirrtuch, Restebehälter

37530 Di., 10.03.26, 18:00-21:45 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
35,90 €



Orientalisch vegane Küche

Mehri Ruhangiz Goodarzani

Auf Grund der vielfältigen Lebensmittel, fast alle Arten von Obst, Gemüse, Nüssen, Hülsenfrüchten, Reis und bunten Gewürzen kocht und isst man im Orient häufig vegan. Das ist keine neue Ernährungsweise, sondern eine ergänzende Ernährung. Viele leckere Rezepte sind einfach zuzubereiten und mit Hülsenfrüchten, Gemüse und Reis zaubern wir viele schmackhafte Gerichte. Den leckeren Nachtisch bereiten wir mit Mandelmilch, Reismehl, Rosenwasser und Nüssen zu.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37540 Mi., 18.03.26, 17:45-21:30 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
33,90 €

Marokkanische Küche

Eine kulinarische Oase – Neue Rezepte

Mehri Ruhangiz Goodarzani

Die marokkanische Küche wurde durch den Austausch mit anderen Kulturen und Nationen im Laufe der Jahrhunderte stark beeinflusst. Wir werden traditionelle und geschmackvolle Gerichte – eine Suppe als Vorspeise, Couscous, Tajine - Hauptgericht mit Rind, Lamm oder Hähnchen mit saisonalem und frischem Gemüse und eine marokkanische Nachspeise zubereiten.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37550 Di., 12.05.26, 17:45-21:30 Uhr
Halle, Berufskolleg, Küche,
Kättkenstr. 14
33,90 €



Persische Küche – Zauber des Orients

Neue Rezepte

Mehri Ruhangiz Goodarzani

Die Geschichte Persiens, des heutigen Iran, prägt eine einzigartige Küche mit Kräutern, Gewürzen und Einflüssen verschiedener Volksgruppen und Religionen. Der Kurs zeigt iranische Kultur, traditionell und modern. Mit Safran, Zimt, Pistazien, Mandeln, Rosenwasser und Kräutern bereiten wir zwei Gerichte zu – mit und ohne Fleisch – sowie Reisvariationen. Zum Abschluss verwöhnen wir den Geschmackssinn mit einem Dessert.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37560 Di., 21.04.26, 17:45-21:30 Uhr
Halle, Berufskolleg, Küche,
Kättkenstr. 14
35,90 €

Indische Sommerküche – köstlich & voller Genuss!

Manuela Markowski

Erfrischender Joghurt, cremige Kokosmilch und feine Gewürze bringen Leichtigkeit auf den Teller. Wir bereiten Sommergerichte wie Raita, Salate, milde Currys (mit und ohne Huhn) und frische Chutneys zu. Die indische Küche zeigt sich von ihrer frischen, aromatischen Seite – ideal für heiße Tage. Alle Zutaten sind im üblichen Handel erhältlich.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37570 Mi., 24.06.26, 18:30-21:30 Uhr
Vermold, CJD Sekundarschule, Küche,
Schulstr. 14
32,40 €

Vitalität pur – indische Gemüse-Currys vegetarisch

Manuela Markowski

Aromatisch, belebend und voller Energie: In diesem Kurs bereiten wir köstliche Gemüse-Currys zu. Gewürze, Gemüse, Linsen, wertvolles Ghee/ geklärte Butter und harmonische Aromen machen dieses Gericht zu einem Genuss für Körper, Geist und Sinne. Erleben Sie, wie schnell und leicht ein wärmendes, vegetarisches Wohlfühlgericht entsteht – gut bekömmlich und voller Geschmack.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37580 Mo., 02.03.26, 18:30-21:30 Uhr
Vermold, CJD Sekundarschule, Küche,
Schulstr. 14
31,40 €

Afghanische Küche

Würzig, exotisch, vielfältig und köstlich – Neue Rezepte

Mehri Ruhangiz Goodarzani

Afghanistan liegt zwischen dem Iran, Indien, Pakistan und China. Die Kochtechniken, unterschiedlichen Zutaten und geschmackvollen Gewürze aus den Nachbarländern wurden mit der Zeit in die Afghanische Küche aufgenommen und diese Einflüsse verleihen ihr Einzigartigkeit. Sie haben einen besonderen Platz, dabei dürfen Salz, Pfeffer, Koriander, Chili, Nelken und Kardamom nicht fehlen. An diesem Abend werden eine Vorspeise, Hauptgerichte wie Reis-, Fleisch-, Gemüsegerichte und ein süßer Nachtisch zubereitet.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37590 Do., 18.06.26, 17:45-21:30 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
33,90 €



Gaumenfreuden – einfach nur lecker!

Elke Niemann

An diesem Abend dürfen Sie sich auf eine köstliche Genussreise freuen! Zur Begrüßung stoßen wir mit einem Glas Prosecco an. Es wird herzhaftes Bärlauch-Cremesuppe geben, gefolgt von Spargel-Sticks, gebackenem Camembert mit Cranberry-Chutney, Spargel-Nudel-Auflauf mit Hähnchen. Wir zaubern Farfalle mit Zitronen Zucchini und Bärlauch. Außerdem kochen wir Knusper-Medallions mit Spargel. Den süßen Abschluss bildet ein Sauerrahm Mousse mit Himbersoße.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37600 Mo., 23.03.26, 18:00-21:45 Uhr
Werther, P.-A.-Böckstiegel-Gesamtschule, Küche, Weststr. 12
34,90 €

Partyküche – Häppchen, Fingerfood, Cocktails und mehr

Linette Weiß

Wer bei sich zuhause einen Geburtstag oder ein anderes Fest feiert, will sicherlich den Gästen etwas tolles zu Essen und Trinken anbieten. In diesem Kurs bereiten wir ein kunterbuntes vegetarisch-veganes Büffet zu, lassen uns diese Häppchen schmecken und spielen ein paar Spiele, die man mit Freunden in geselliger Runde ruhig mal austesten kann!

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter

37610 Mi., 11.03.26, 18:00-21:45 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
35,90 €



Quiches und Tartes

Jetzt geht es rund

Kerstin Leimkühler

Quiches und Tartes sind sowohl geschmacklich als auch optisch eine runde Sache. Sie schmecken warm oder kalt, als Mittag- oder Abendessen und können ebenso als Snack oder Vorspeise serviert werden. Der Jahreszeit entsprechend bereiten wir frühsummerliche Quiches und Tartes mit verschiedenen Teigvarianten und saftigen Belägen zu.

Bitte mitbringen: evtl. Schürze, scharfes Messer, Getränk, 2 Geschirrtücher, Restebehälter

37650 Mo., 20.04.26, 18:00-21:45 Uhr
Vermold, CJD Sekundarschule, Küche,
Schulstr. 14
34,90 €



Brei, Brei, Baby – Für mein Baby frische Breimahlzeiten im Nu mit dem Thermomix zubereitet

Alina Farthmann

Brei frisch kochen, Inhaltsstoffe wirklich kennen und dabei Zeit sparen – genau das ist das Ziel dieses Baby-Brei-Kurses! In diesem Thermomix-Kochkurs bereiten wir gemeinsam verschiedene Breimahlzeiten für Babys zu: vom klassischen Gemüse-Start über feine Kombibreie bis hin zu sättigenden Abendbreien. Du lernst, wie du mit dem Thermomix schnell und schonend garst, pürierst und Portionen clever vorbereitest – frisch, nährstoffreich und geschmacklich angepasst an das kleine Bäuchlein. Wir sprechen über sinnvolle Lebensmittelkombinationen, Konsistenzen, Portionsgrößen, Haltbarkeit, Einfrieren und wie du Breie stressfrei vorbereiten kannst – damit du im Alltag weniger Druck hast und trotzdem gesund und vielfältig fütterst. Natürlich probieren wir vor Ort und du darfst fertige Portionen mit nach Hause nehmen. Ideal für Eltern, Großeltern und alle, die Babys im Beikoststart begleiten – auch für Thermomix-Neueinsteiger*innen.

Bitte mitbringen: kl. Vorratsbehälter oder Babybrei-Gläschen, Geschirrtuch

37660 Do., 19.02.26, 10:00-12:00 Uhr
Steinhagen, Alte Dorfschule
Brockhagen, Küche,
Brockhagener Str. 224
19,20 €

Fit mit dem Thermomix, Winterspeck adé, der Sommer kommt

Alina Farthmann

Mehr Energie, leichter fühlen, fitter werden – genau das ist das Ziel dieses Thermomix-Kurses! „Winterspeck adé“ bedeutet nicht Diätstress, sondern smarte, alltagstaugliche Gerichte, die lange satt machen, lecker schmecken und trotzdem figurfreundlich sind. Wir kochen gemeinsam leichte Hauptgerichte, gesunde Snacks und schnelle Frühstücksideen – alles mit Fokus auf viel Gemüse, ausreichend Protein und wenig versteckte Kalorien. Du lernst, wie du mit deinem Thermomix nahrhafte Mahlzeiten zubereitest und gleichzeitig Zeit sparst. Im Kurs bekommst du außerdem praktische Tipps und kleine Routinen, die du sofort im Alltag umsetzen kannst – ganz ohne Verbote und ohne komplizierte Rezepte. Natürlich wird vor Ort probiert und du kannst Portionen für Zuhause mitnehmen. Ideal für alle, die sich gesünder ernähren, abnehmen oder sich einfach wohler im eigenen Körper fühlen möchten – egal ob Thermomix-Einsteiger*in oder erfahren.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Restebehälter

37670 Do., 05.03.26, 17:30-20:00 Uhr
Borgholzhausen, P.-A.-Böckstiegel-
Gesamtschule, Küche
(über der Sporthalle), Osningstr. 14
27,30 €



Grill & Chill mit dem Thermomix® – raffinierte Beilagen, Dips, Salate & Drinks für den perfekten Grillabend

Alina Farthmann

Frisch, aromatisch, unkompliziert – und richtig schnell: In diesem Thermomix-Kochkurs bereiten wir alles zu, was einen rundum gelungenen Grill-Abend ausmacht. Ob als Gast oder als Gastgeber*in, mit den richtigen Beilagen, selbstgemachten Dips, kreativen Salaten wird jedes Grillen zum kleinen Fest! Wir kochen gemeinsam verschiedene Komponenten, die ideal zum Grillgut passen: knackige bunte Salate, selbstgemachte Grillsoßen, Dips & Grillbutter, dazu leichte, erfrischende Getränke – alles frisch aus dem Thermomix und mit Zutaten, die auch saisonal gut funktionieren. Natürlich wird im Kurs probiert – und du kannst Teile davon fürs nächste Grillen mit nach Hause nehmen, wenn noch etwas übrigbleibt. Ideal für alle, die beim Grillen mehr Abwechslung möchten und Lust haben, mit einfachen Mitteln geschmacklich neue Level zu erreichen.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Restebehälter

37680 Di., 09.06.26, 17:30-20:00 Uhr
Werther, P.-A.-Böckstiegel-Gesamt-
schule, Küche, Weststr. 12
27,30 €



Was Großmutter noch wusste

Einkochen und Einmachen mit heimischem Obst und Gemüse – Neue Rezepte

Asgard Knehans-Gläser

Suppe, Soße, Kuchen oder Marmelade: Beim Einmachen weiß man, was man isst. Alles kommt schon fertig ins Glas und wann immer man Lust darauf hat, kann man es öffnen und essen. Keine Angst mehr vor Zusatzstoffen, Plastik- oder Aluminiumverpackungen!

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, kleine Gläser mit Schraubdeckelverschluss und/oder Einkochgläser mit Gummiringen und Klemmen. Bei Bedarf können diese auch am Abend bei der Kursleiterin erworben werden.

37690 Di., 16.06.26, 18:00-21:45 Uhr
Halle, Berufskolleg, Küche,
Kättkenstr. 14
34,90 €



Waffeln, Crêpes & Pfannkuchen – wer kann da widerstehen?

Dirk Gerdau

Lernen Sie neben den Klassikern wie Apfelpfannkuchen, Belgischen Waffeln und Pancakes auch andere – deftigere – Variationen aus Pfanne und Waffeleisen kennen. Je nach Zubereitungsart können Sie nicht nur einen begehrten Snack, sondern eine vollwertige Mahlzeit zaubern. Wir rollen, stapeln, falten und bringen so Abwechslung in den Speiseplan. Überzeugen Sie sich davon, wie aus Mehl, Eiern und Milch in Kombination mit herzhaften Füllungen leckere Köstlichkeiten entstehen.

Bitte mitbringen: evtl. Schürze, Getränk, Geschirrtuch, Restebehälter

37710 Mi., 10.06.26, 17:45-21:30 Uhr
Halle, Berufskolleg, Küche,
Kättkenstr. 14
35,90 €



Sahnetorten herstellen leicht gemacht

Dirk Gerdau

Vom Kuchenboden bis hin zum Dekor zeige ich Ihnen Schritt für Schritt die Herstellung von hausgemachten Sahnetorten. Wir backen die Böden, stellen Füllungen her und überziehen und dekorieren die Kunstwerke. Ich zeige Ihnen, wie Sie mit Spritzbeutel und Palette arbeiten und dass Sie keine Angst vor Gelatine haben müssen! Am Ende des zweiteiligen Workshops sollten Sie sich unbedingt Gäste für den Nachmittag einladen, denn jeder nimmt eine Auswahl der verschiedenen Meisterstücke mit nach Hause.

Bitte mitbringen: evtl. Schürze, Getränk, Tortenbutter, Geschirrtuch

37720 Fr., 17.04.26, 17:30-21:45 Uhr
 Sa., 18.04.26, 11:00-14:00 Uhr
 Steinhagen, Alte Dorfschule
 Brockhagen, Küche,
 Brockhagener Str. 224
 54,80 €

Pralinen, Trüffel & Co. zum Osterfest

Dirk Gerdau

Verwöhnen Sie sich selbst - oder stellen Sie Geschenke her, die einmalig sind und immer dankbare Abnehmer finden: himmlische Pralinen, Trüffel und feines Konfekt. Dabei werden wichtige Fertigkeiten wie das Befüllen von Schokoladen-Hohlkörpern, das Temperieren von Schokolade, das Überziehen von Pralinen und Trüffel und der gekonnte Umgang mit dem Spritzbeutel vermittelt. Der österliche Aspekt steht natürlich im Vordergrund, deshalb verwenden wir Zutaten wie Nougat, Marzipan, Nüsse und Mandeln.

Bitte mitbringen: evtl. Schürze, Getränk, Geschirrtuch, Restebehälter

37730 Mi., 25.03.26, 17:30-21:30 Uhr
 Borgholzhausen, P.-A.-Böckstiegel-
 Gesamtschule, Küche
 (über der Sporthalle), Osningstr. 14
 39,10 €





In der Welt
zu Hause

Deutsch Grundbildung Fremdsprachen

INHALT	Deutsch-Integrationskurse	170
	Deutsch-Prüfungen, Einbürgerungstests	171
	LernTREFF, Lesen und Schreiben	174
	Englisch, Englisch mit Muße	175
	Französisch, Spanisch, Italienisch	180
	Niederländisch, Schwedisch, Norwegisch	183
	Türkisch, Arabisch, Griechisch	186
	Japanisch, Chinesisch	187
	Kursbezeichnungen im Sprachenbereich	189



Deutsch-Integrationskurse

Die Integrationskurse sind aufgeteilt in einen Basiskurs (Module 1-3), einen Aufbaukurs (Module 4-6) und einen Orientierungskurs. Jedes Modul umfasst 100 Stunden. Der gesamte Kurs besteht aus 700 Stunden. Alphabetisierungs-, Geringlitalisierten- und Zweitschriftlernerkurse haben einen Umfang von 1000 Stunden. Nach Beendigung des Kurses wird der „Deutsch-Test für Zuwanderer A2/B1“ (DTZ) abgelegt. Der anschließende Orientierungskurs (100 U.-Std.) vermittelt Grundkenntnisse der deutschen Rechtsordnung, Geschichte, Kultur und Gesellschaft.

Die vhs Ravensberg bietet bei Bedarf Kurse in allen Verbandsgemeinden an. Berechtig/verpflichtet sind folgende Personengruppen:

- Spätaussiedler*innen,
- neu zugewanderte Ausländer*innen mit auf Dauer angelegtem Aufenthaltsstatus,
- Geflüchtete mit einer Aufenthaltsgestattung zur Durchführung des Asylverfahrens,
- Ausländer*innen, die bereits länger in Deutschland leben,
- Deutsche mit Migrationshintergrund und
- Ausländer*innen, die von der Ausländerbehörde zur Teilnahme aufgefordert werden.

Die Eigenbeteiligung der Teilnehmer*innen mit Berechtigung bzw. mit einer Verpflichtung der Ausländerbehörde beträgt in der Regel je Modul 229,- €. Teilnehmer*innen ohne Berechtigung zahlen 458,- €. Bei Bezug von Sozialleistungen (Bürgergeld, Wohngeld) kann ein Antrag auf Kostenbefreiung gestellt werden.

Informationen zu allen Bereichen der Integrationskurse gibt es im Internet unter <https://www.bamf.de>.

Mehr Informationen zu unseren Integrationskursen erhalten Sie bei uns telefonisch unter **05201/8109-25, -45**.

Unter <https://bamf-navi.bamf.de/de/> können Sie einsehen, welche Integrationskurse in Ihrer Nähe stattfinden.



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Beratung und Einstufung

Vor Beginn des Integrationskurses findet eine Beratung und Einstufung statt. Dabei wird festgestellt, ob Teilnehmende schon etwas Deutsch sprechen und schreiben können und ob sie einen Allgemeinen Integrationskurs, einen Integrationskurs mit Alphabetisierung, einen Geringlitalisiertenkurs oder einen Zweitschriftlernerkurs benötigen. Auch wird in dem Test festgestellt, ab welchem Kursabschnitt (Modul) der Einstieg sinnvoll ist.

Zur Vereinbarung eines Termins melden Sie sich bitte telefonisch unter 05201/8109-25, -45 oder persönlich in der Volkshochschule, Kiskerstraße 2, 33790 Halle.

Bitte bringen Sie Ihren Pass/Ausweis oder Aufenthaltstitel mit.



Deutsch-Prüfungen

Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer A2/B1“



Die vhs Ravensberg ist ein anerkanntes Prüfungszentrum für Deutsch und bietet je nach Bedarf Prüfungen an. Der „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) ist für Migrant*innen in Deutschland entwickelt worden und wird seit 2009 eingesetzt. Die Prüfung besteht aus einer schriftlichen Gruppenprüfung und einer mündlichen Prüfung in Zweiergruppen. In jedem Prüfungsteil – Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen – können die Teilnehmenden entweder die Stufe (A2) oder (B1) erreichen.

Seit dem 01.01.2023 können ausschließlich folgende Personengruppen zum DTZ zugelassen werden:

- Personen mit einer Teilnahmeberechtigung für den Integrationskurs oder (sofern keine Teilnahmeberechtigung vorhanden)
- Personen, die mindestens ein Kursabschnittsmodul des Integrationskurses besucht haben.

Für interessierte Selbstzahler, die keine Teilnahmeberechtigung besitzen und nicht an mindes-

tens einem Kursabschnitt (Modul) teilgenommen haben, gibt es die Prüfungen „telc Deutsch A2/ B1“ und „Zertifikat Deutsch/telc Deutsch B1“.

Für Personen, die die Prüfung wiederholen oder die keine Berechtigung besitzen, aber an mindestens einem Kursabschnitt (Modul) in einem Integrationskurs teilgenommen haben, kostet die Prüfung 150,- €. Nach Anmeldeschluss werden im Falle eines Rücktritts die der vhs entstandenen Kosten in Rechnung gestellt. Bitte melden Sie sich frühzeitig persönlich an. Weitere Informationen erhalten Sie auch telefonisch: 05201/8109-45, -25.

- | | |
|--------------|---|
| 41500 | Sa., 31.01.26, 08:30-16:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14 |
| 41502 | Sa., 14.02.26, 08:30-16:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14 |
| 41503 | Sa., 28.03.26, 08:30-16:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14 |
| 41504 | Sa., 09.05.26, 08:30-16:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14 |
| 41505 | Sa., 20.06.26, 08:30-16:00 Uhr
Steinhagen, Rathaus, Am Pulverbach 25 |



Prüfung „telc Deutsch A2/B1“

Die Prüfung „telc Deutsch A2/B1“ ist eine Deutsch-Prüfung auf den GER-Stufen (A2) und (B1). Das Zertifikat bescheinigt Deutschkompetenz im Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen auf Niveau (A2) und (B1). Diese Prüfung eignet sich insbesondere für Personen ohne Integrationskursbezug, die ohne Kursteilnahme an einer Prüfung teilnehmen möchten. Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Interessierte Teilnehmende erhalten einen Modelltest unter: <https://www.telc.net/sprachpruefungen/zertifikatspruefung/deutsch/telc-deutsch-a2b1/>

Die Prüfung muss als Gesamtprüfung (schriftlich und mündlich) abgelegt werden.

Nach Anmeldeschluss werden im Falle eines Rücktritts die der vhs entstandenen Kosten in Rechnung gestellt. Wichtig: Das Mindestalter bei Teilnahme an der Prüfung ist 16 Jahre und muss durch Vorlage des Passes nachgewiesen werden. Bitte melden Sie sich frühzeitig persönlich an. Weitere Informationen erhalten Sie auch telefonisch: 05201/8109-45, -25.

41520 Sa., 07.03.26, 08:30-16:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14
160,00 €

Prüfung „Deutsch-Test für den Beruf B2“

Diese Prüfung bescheinigt Sprachkenntnisse in Deutsch auf dem Niveau (B2) nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)“ für Sprachen. Die Prüfung besteht aus einer schriftlichen Gruppenprüfung und einer mündlichen Prüfung in Zweiergruppen. Nach Anmeldeschluss werden im Falle eines Rücktritts die der vhs entstandenen Kosten in Rechnung gestellt. Wichtig: Nur Teilnehmende aus dem Berufssprachkurs Deutsch (B2) können die Prüfung ablegen. Bitte melden Sie sich frühzeitig persönlich an. Weitere Informationen erhalten Sie auch telefonisch: 05201/8109-45, -25.

41535 Sa., 11.07.26, 08:30-16:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14
gebührenfrei

Prüfung „Deutsch B2“

Diese Prüfung bescheinigt Sprachkenntnisse in Deutsch auf dem Niveau (B2) nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)“ für Sprachen. Die Prüfung besteht aus einer schriftlichen Gruppenprüfung und einer mündlichen Prüfung in Zweiergruppen. Nach Anmeldeschluss werden im Falle eines Rücktritts die der vhs entstandenen Kosten in Rechnung gestellt. Bitte melden Sie sich frühzeitig persönlich an. Weitere Informationen erhalten Sie auch telefonisch: 05201/8109-45, -25.

41540 Sa., 16.05.26, 08:30-16:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Aula, Kättkenstr. 14
180,00 €

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie unter:





Einbürgerungstests

Ein bestandener Test zu Fragen aus Politik, Kultur und Geschichte Deutschlands ist eine von mehreren Voraussetzungen für eine Einbürgerung. Der Test besteht aus 30 Fragen zur Bundesrepublik und 3 Fragen zum jeweiligen Bundesland. Von diesen insgesamt 33 Fragen müssen mindestens 17 richtig beantwortet werden. Die Bewerber*innen haben 1 Stunde Zeit zur Bearbeitung. Weitere Informationen und einen Mustertest gibt es im Internet: www.bamf.de/Einbürgerung

Für diese Prüfung ist eine persönliche Anmeldung, spätestens 4 Wochen vorher, erforderlich. Weitere Infos unter: 05201/8109-45, -25. Bei bestandenerm Abschlusstest im Orientierungskurs ist ein Einbürgerungstest nicht mehr notwendig. Die Gebühr beträgt 25,- €.

Prüfungsort: Halle, Bürgerzentrum Remise, Kiskerstr. 2

41550	Fr., 13.02.26, 09:00-10:00 Uhr
41551	Di., 10.03.26, 15:00-16:00 Uhr
41552	Fr., 17.04.26, 09:00-10:00 Uhr
41553	Di., 19.05.26, 15:00-16:00 Uhr
41554	Mi., 17.06.26, 09:00-10:00 Uhr
41555	Di., 14.07.26, 15:00-16:00 Uhr

Sprach- und Begegnungscafé

in Kooperation mit **Impuls**, der Flüchtlingsberatung der Stadt Halle (Westf.) und Ehrenamtlichen

Jeden Dienstag von 18:00 bis 19:30 Uhr findet im Café der Remise das Sprach- und Begegnungscafé statt. Es bietet einen offenen Treffpunkt für Geflüchtete und Einheimische gleichermaßen. Das erwartet Sie:

- Raum für Begegnung: Lernen Sie neue Menschen kennen und knüpfen Sie wertvolle Kontakte.
- Gegenseitiges Kennenlernen: Tauchen Sie ein in die Vielfalt der Kulturen und Traditionen.
- Bewusst deutschsprachige Kommunikation: Verbessern Sie Ihre Deutschkenntnisse in entspannter Atmosphäre.

- Austausch zu persönlichen Situationen und Erfahrungen: Teilen Sie Ihre Erlebnisse und hören Sie von anderen.
- Benennung von Unterstützungsbedarfen und Lösungssuche: Finden Sie gemeinsam Antworten auf Fragen und Herausforderungen.
- Zugang zu örtlichen Freizeitangeboten (Sport, Kultur...): Entdecken Sie die vielfältigen Freizeitmöglichkeiten in Halle.
- Einbindung in das gesellschaftliche Leben: Seien Sie ein Teil unserer Gemeinschaft.

Information & Anmeldung:

Ljubov Greiffenberg & Wibke May

E-Mail: impuls@hallewestfalen.de

oder Tel. 05201/183-210



**#LASS
ES
RAUS**
und werde
jetzt Dozent*in
in der vhs!





Lesen und Schreiben

LernTREFF im Quartier

Gabriele Ortner

Komm zum LernTREFF! Hier bekommst du Unterstützung beim Lesen, Schreiben, Rechnen und anderen Alltagsfragen. Wir haben dafür Lernmaterialien, Bücher, Spiele und iPads. Vielleicht bist du auch auf der Suche nach Weiterbildungsangeboten oder Hilfen im Alltag? Eine Dozentin der Volkshochschule hilft dir gerne. Das Lerncafé ist für alle ab 16 Jahren, ohne Anmeldung und kostenlos. Wir freuen uns auf dich!

41700 Mi., 21.01.26 - 15.07.26,
22 Termine, 14:30-16:00 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise, Raum 5,
Kiskerstr. 2

Lesen und Schreiben im Alltag – für Menschen mit und ohne Behinderung in Zusammenarbeit mit dem Begegnungszentrum Halle

Gabriele Ortner

Dieser Kurs richtet sich an Menschen mit oder ohne Behinderung, die nicht gut oder gar nicht lesen und schreiben können. Es wird auf jede Person individuell eingegangen. In einem Gespräch vorab wird geklärt, welche Unterstützung jede einzelne Person braucht und was sinnvoll ist. Dieses Angebot ist gebührenfrei – mit finanzieller Unterstützung des Landes NRW und der Europäischen Union. Weitere Informationen zum Europäischen Sozialfonds siehe www.esf.nrw.

41775 Mi., 21.01.26 - 15.07.26,
22 Termine, 17:30-19:00 Uhr
Halle, Begegnungszentrum Halle,
Klingenhagen 10 a

Lesen und Schreiben im Alltag – für Menschen mit und ohne Behinderung in Zusammenarbeit mit der FLEX® Eingliederungshilfe gGmbH

Karin Bösch

Dieser Kurs richtet sich an Menschen mit und ohne Behinderung, die aus verschiedenen Gründen nicht oder nicht mehr gut lesen und schreiben können. Erwachsene, die an diesem Kurs teilnehmen, können ihre Lese- und Schreibfähigkeiten verbessern. Es wird auf jede*n Teilnehmer*in individuell eingegangen. Dieses Angebot ist gebührenfrei - mit finanzieller Unterstützung des Landes NRW und der Europäischen Union. Weitere Informationen zum Europäischen Sozialfonds siehe www.esf.nrw.

41780 Di., 20.01.26 - 14.07.26,
22 Termine, 09:30-11:00 Uhr
Werther, Haus Werther,
Konferenzraum (Raum 1), Schloßstr. 36

Lesen und Schreiben mit Vorkenntnissen

Karin Bösch

Es gibt viele Menschen, die nicht gut lesen und schreiben können. In diesem Kurs wird Ihnen geholfen, Ihre Scheu zu überwinden und Ihre Lese- und Schreibkenntnisse zu verbessern. Der Unterricht findet in einer kleinen Gruppe statt, in der auf jede*n Teilnehmer*in persönlich eingegangen wird. Dieses Angebot ist gebührenfrei - mit finanzieller Unterstützung des Landes NRW und der Europäischen Union. Weitere Informationen zum Europäischen Sozialfonds siehe www.esf.nrw.

41785 Di., 20.01.26 - 14.07.26,
22 Termine, 15:00-16:30 Uhr
Werther, Haus Werther,
Konferenzraum (Raum 1), Schloßstr. 36

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen





Englisch

Englisch für Anfänger*innen (A1.1)

Evelyn Schlingmann

Möchten Sie gerne Englisch lernen, um sich z.B. bei Reisen ins Ausland besser verständigen zu können? Wenn Sie noch Anfänger*in sind oder das Gefühl haben, früher Gelerntes aus dem Englischunterricht längst vergessen zu haben, sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Hier kommen Sie der englischen Sprache Schritt für Schritt näher. Es erwartet Sie ein abwechslungsreicher Mix aus Wortschatz, Grammatik und Sprachübungen.
Lehrbuch: Great! A1, 2nd edition, Hybride Ausgabe allango, ISBN 978-3-12-501753-5, Klett Verlag, Unit 1

42100 Do., 12.02.26 - 18.06.26,
15 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Steinhagen, Realschule, Laukshof 10
111,00 (57,00) €

Englisch für den Urlaub (A1.2) mit geringen Vorkenntnissen

Joanna Zajackowska

Sie planen demnächst einen Urlaub und möchten Ihre Englischsprachkenntnisse gerne auffrischen? In diesem Kurs werden alle relevanten Redewendungen für den Urlaub vermittelt. Außerdem werden viele authentische Sprachanlässe geschaffen und Gespräche simuliert, um das dialogische Sprechen intensiv zu üben. Die Aussprache wird dabei ebenfalls trainiert. Der Kurs eignet sich für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen. Das Material wird zur Verfügung gestellt.
Bitte mitbringen: Die Kopierkosten in Höhe von 3,- € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

42105 Mi., 11.02.26 - 29.04.26,
10 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 37,
Kättkenstr. 14
95,00 (49,00) €



Englisch (A2.1)

Syed Aziz Shah

Haben Sie früher einmal Englisch in der Schule gelernt, fühlen sich heute aber unsicher, weil vieles in Vergessenheit geraten ist? In diesem Kurs können Sie Ihre Kenntnisse wieder aktivieren. Neben Wortschatz und Grammatik legen wir besonderen Wert auf die mündliche Kommunikation, damit Sie mehr Sicherheit im Umgang mit der englischen Sprache gewinnen.

Lehrbuch: Great! A2, 2nd edition, Hybride Ausgabe allango, ISBN 978-3-12-501757-3, Klett Verlag, Unit 1

42200 Di., 10.02.26 - 09.06.26,
15 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 35,
Kättkenstr. 14
111,00 (57,00) €

Englisch (A2.2)

Evelyn Schlingmann

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, Ihre schlummernden Englischkenntnisse weiter aufzufrischen! Neben Wortschatz und Grammatik spielt auch die Kommunikation eine große Rolle, damit Sie mehr Sicherheit beim Englischsprechen gewinnen. Freuen Sie sich auf vielfältige Themen und abwechslungsreiche Übungen.

Lehrbuch: Great! A2, 2nd edition, Hybride Ausgabe allango, ISBN 978-3-12-501757-3, Klett Verlag, ca. Unit 5

42220 Mi., 11.02.26 - 03.06.26,
15 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Steinhagen, Realschule, Laukshof 10
111,00 (57,00) €

Englisch intensiv (A2/B1)

Lernen in kleiner Gruppe

Stephen Parsick

Der Kurs legt den Fokus auf mündliche Kommunikation, um die Angst vor Fehlern in Englisch abzubauen. Durch freie Themenwahl können die Teilnehmer*innen ihren Wortschatz erweitern und Alltagssituationen durchspielen, die im Beruf oder auf Reisen relevant sind. Grundlagen der englischen Grammatik werden ebenfalls behandelt und eingeübt. Zudem ist jede*r Teilnehmende eingeladen, eigene Themen und Interessen in den Unterricht einzubringen.

42250 Mo., 16.02.26 - 18.05.26,
12 Termine, 20:15-21:45 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 3,
Alte Bielefelder Str. 14
133,00 €

Englisch intensiv (A2/B1) – Auffrischung monatlich

Monika Stricker

Möchten Sie einmal im Monat Ihre Englischkenntnisse auffrischen? Wir treffen uns in einer lockeren Gesprächsrunde, wobei auch grammatische Fragen erörtert werden. Come and join us!

42260 Do., 12.02.26, 18:00-20:15 Uhr
Do., 12.03.26, 18:00-20:15 Uhr
Do., 16.04.26, 18:00-20:15 Uhr
Do., 21.05.26, 18:00-20:15 Uhr
Do., 11.06.26, 18:00-20:15 Uhr
Vermold, Haus der Familie,
Obergeschoss, Altstadtstr. 4
63,00 (33,00) €



Englisch (B1.1)

Syed Aziz Shah

Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmende, die bereits Vorkenntnisse auf (A2)-Niveau haben und neben Wortschatz und Grammatik auch die Kommunikationsfähigkeit auffrischen und ausbauen möchten. Es erwarten Sie abwechslungsreiche Sprachübungen.

Lehrbuch: Great! B1, 2nd edition – Hybride Ausgabe allango, ISBN 978-3-12-501776-4, Klett Verlag, Unit 1

42300 Mi., 11.02.26 - 03.06.26,
15 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 30,
Kättkenstr. 14
111,00 (57,00) €

Englisch (B1.2)

Yvonne Hildebrandt

Dieses Angebot soll diejenigen ansprechen, die bereits Vorkenntnisse auf (A2)-Niveau haben und neben Wortschatz und Grammatik auch die Kommunikationsfähigkeit auffrischen und ausbauen möchten. Es erwarten Sie abwechslungsreiche Übungen. Neben der Arbeit mit dem Lehrbuch kommen tagesaktuelle Themen zur Sprache sowie gerne Themen, die Teilnehmer*innen einfließen lassen.

Lehrbuch: Great! B1, 2nd edition - Hybride Ausgabe allango, ISBN 978-3-12-501776-4, Klett Verlag, Unit 4

42305 Di., 10.02.26 - 09.06.26,
15 Termine, 18:00-19:30 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 30,
Kättkenstr. 14
111,00 (57,00) €

English Conversation (B1/B2)

Joanna Zajackowska

Do you want to improve your English speaking skills? In this class, we are going to discuss many different topics in a friendly and relaxed atmosphere. Besides, we are going to repeat some grammar. If you are on (B1)-level, you are welcome to be part of the circle.

Bitte mitbringen: Die Kopierkosten in Höhe von 5,- € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

42310 Do., 12.02.26 - 18.06.26,
15 Termine, 18:00-19:30 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 30,
Kättkenstr. 14
123,00 (63,00) €

Englisch intensiv (B1/B2)

Lernen in kleiner Gruppe

Stephen Parsick

Der Kurs richtet sich an Interessierte, die in einer kleinen Gruppe schnell und intensiv vorhandene Englischkenntnisse auffrischen und ausbauen möchten. Die Teilnehmenden sollten 5-6 Jahre Schulenglisch gehabt haben, da die Unterrichtssprache Englisch ist. Schwerpunkte des Kurses sind neben dem Aufbau und der Ergänzung des Wortschatzes, die Auseinandersetzung mit Grammatik sowie das Training in Aussprache und Hörverstehen.

42330 Mo., 16.02.26 - 18.05.26,
12 Termine, 18:45-20:15 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 3,
Alte Bielefelder Str. 14
133,00 €



The Soundtrack of a Generation

Rock Music in the 60s & 70s (B1–C1)

(online)

Richard Derman

Some songs don't just entertain — they change the way we see the world. In this course, we explore the music of legends like Bob Dylan, The Beatles and David Bowie. We'll listen to their iconic tracks, talk about the stories and ideas behind the songs, and discover how music shaped a generation. If you're able to talk about lyrical or artistic ideas in English, you'll fit right in.

You will receive your login details by email two days before the course starts.

42400



Online-Kurs

Di., 14.04.26 - 19.05.26,

6 Termine, 19:30-20:30 Uhr

43,00 €



English Conversation (C1)

Karin Wacker-Lohmann

At level (C1) you are an advanced speaker of English and if you want to keep fit or improve your command of English you will be right in this class. Conversations will be sparked up by present day life in our global village: politics, cultural topics, personal interests, environment, economy. You name it! We will have fun and if conversation runs dry, we will reactivate other language skills like listening comprehension, reading and writing skills as well as grammar by using different sorts of material. Material will be handed out (expenses).

42500

Fr., 13.02.26 - 29.05.26,

12 Termine, 09:00-10:30 Uhr

Werther, Storck-Haus, Raum 3,

Alte Bielefelder Str. 14

111,00 (57,00) €



Englisch mit Muße

Englisch mit Muße (A1)

mit geringen Vorkenntnissen

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die Englisch mit Leichtigkeit und in einer kleinen Gruppe lernen möchten. Das Lerntempo ist langsamer als in den Standard-Englischkursen. Ideal für alle, die Englisch auf Reisen, im Familien- und Freundeskreis nutzen oder sich geistig fit halten möchten – oder einfach schon immer Englisch lernen wollten.

42600 Karin Wacker-Lohmann
Fr., 13.02.26 - 29.05.26,
12 Termine, 10:45-12:15 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 3,
Alte Bielefelder Str. 14
99,00 (51,00) €

Lehrbuch: nach Absprache

42605 Regine Freitag
Di., 10.02.26 - 09.06.26,
15 Termine, 09:30-11:00 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise,
Raum 6, Kiskerstr. 2
123,00 (63,00) €

Lehrbuch: Great! A1, 2nd edition, Hybride Ausgabe allango, ISBN 978-3-12-501753-5, Klett Verlag, Unit 6

Englisch mit Muße (A2)

Kerstin Lohmann-Kreft

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit elementaren Vorkenntnissen (A2) geeignet. Im Vordergrund steht die mündliche Kommunikation. Die Verständigung in Alltagssituationen und im Urlaub wird eingeübt, es wird mit Muße und ohne Zeitdruck gelernt.

Lehrbuch: Easy English A2.2, ISBN 978-3-06-520817-8, Cornelsen Verlag, Unit 2

42620 Mi., 11.02.26 - 27.05.26,
12 Termine, 10:45-12:15 Uhr
Versmold, DRK, Ravensberger Str. 39 a
104,00 (56,00) €

Englisch mit Muße (A2)

Kerstin Lohmann-Kreft

Sie haben schon Englischkenntnisse auf der Stufe (A2) und fühlen sich beim freien Sprechen noch unsicher? In diesem Kurs erweitern und festigen Sie Ihren Wortschatz, um sich in alltäglichen Situationen gut zu verständigen. Sie lernen Kommunikationsstrategien kennen, die Ihnen helfen, ein Gespräch auch dann souverän fortzuführen, wenn Ihnen einmal eine Vokabel fehlt.

Lehrbuch: Easy English A2.2, ISBN 978-3-06-520817-8, Cornelsen Verlag, Unit 8

42625 Mi., 11.02.26 - 27.05.26,
12 Termine, 09:00-10:30 Uhr
Versmold, DRK, Ravensberger Str. 39 a
104,00 (56,00) €

Englisch mit Muße (B1)

Lesia Gnatiuk

Wenn Sie bereits über englische Grundkenntnisse auf Level (A2) verfügen, ist dies der passende Kurs für Sie. Mit abwechslungsreichen Inhalten und Übungen zum Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben erweitern Sie Ihren Wortschatz und Ihre Kommunikationsfähigkeit.

Der Kurs findet im Wechsel am Donnerstagnachmittag von 16:00-17:30 Uhr und Freitagvormittag von 09:00-10:30 Uhr statt.

Lehrbuch: Let's Enjoy English B1.2, Hybrid Edition allango, ISBN 978-3-12-501711-5, Klett Verlag Unit 3

42650 Termine und Gebühr auf Anfrage
Halle, Berufskolleg, Raum K 30,
Kättkenstr. 14 und
Halle, Bürgerzentrum Remise,
Raum 6, Kiskerstr. 2



Englisch mit Muße (B2)

Maria Lindner

In this class you will have the chance to practise your speaking skills. We'll talk about a multitude of topics that are sparked up by you and/or the teacher. As for other skills (grammar, writing, reading comprehension) a proper English book will provide us with material.

Lehrbuch: On Point (B2) Student's Book (ISBN 978-3-12-501275-2) + Workbook (ISBN 978-3-12-501276-9), Klett Verlag, Unit 9

42660 Di., 10.02.26 - 09.06.26,
15 Termine, 09:30-11:00 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 2 (Clubraum), Alte Kirchstr. 4
123,00 (63,00) €



Französisch

Französisch für Anfänger*innen (A1.1) in den Osterferien

Heidi Klusmann

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse, die Französisch z.B. für den Beruf, Urlaub oder für Kontakte zu den Nachbarn lernen möchten.

An vier Vormittagen erhalten Sie eine Einführung in Wortschatz und Aussprache in alltäglichen Situationen - als eine Grundlage für eine weitere Beschäftigung mit der Sprache.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Kurs- und Übungsbuch inkl. Lizenzschlüssel allango, ISBN 978-312529077-8, Klett Verlag, Lektion 1

43000 Di., 07.04.26 - Fr., 10.04.26,
4 Termine, 09:30-13:00 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Dachgeschoss, Alte Kirchstr. 4
75,00 €

Bonnes vacances! (A1.2)

Französisch – nicht nur – für den Urlaub

Heidi Klusmann

Sie fahren gerne nach Frankreich, mögen die französische Kultur und wollten sich schon immer einmal auf Französisch verständigen können? An insgesamt vier Vormittagen werden Sie auf Frankreich eingestimmt und lernen in der Kleingruppe alles, was Sie für die Kommunikation im nächsten Urlaub brauchen. Der Kurs eignet sich für Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen. Für den Neuanfang der französischen Sprache empfehlen wir den Intensivkurs in den Osterferien.

Lehrbuch: Französisch für den Urlaub A1. Einstieg in Sprache und Kultur (inkl. CD), ISBN 978-3-12-528825-6, Klett Verlag

43005 Mo., 20.07.26 - Do., 23.07.26,
4 Termine, 09:30-13:00 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Dachgeschoss, Alte Kirchstr. 4
75,00 €





Französisch mit geringen Vorkenntnissen (A1.3)

Heidi Klusmann

Ein Croissant in Paris, Crêpes in der Normandie, Lavendelfelder in der Provence, Surfen am Atlantik – Frankreich weckt Sehnsüchte. Doch wer Land und Leute wirklich kennenlernen will, sollte etwas Französisch sprechen. In diesem Kurs frischen wir Schulkenntnisse auf und erweitern den Wortschatz. Mit einem kommunikativen Lehrbuch und ergänzendem Material üben wir Alltagssituationen ganz ohne Druck. Alors, du courage, nur Mut! Lehrbuch: Voyages neu A1, Kurs- und Übungsbuch inkl. Lizenzschlüssel allango, ISBN 978-312529077-8, Klett Verlag, Lektion 8

43010 Mi., 11.02.26 - 03.06.26,
15 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 35,
Kättkenstr. 14
123,00 (63,00) €

Französisch mit Vorkenntnissen (A2.3) in Zusammenarbeit mit dem Museum Peter August Bockstiegel

Heidi Klusmann

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Vorkenntnisse auf (A2)-Niveau festigen und erweitern möchten. Durch alltagsnahe Übungen und Themen gewinnen Sie mehr Sicherheit in der Sprachanwendung. Besonderes Highlight in diesem Semester: Ein Kursabend (23.04.26) findet im Museum Peter August Bockstiegel in Werther statt, mit einer Führung durch das Haus in französischer Sprache. Eintritt und Führung sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Lehrbuch: Voyages Neu A2, Kurs- und Übungsbuch inkl. Lizenzschlüssel allango, ISBN 978-312529087-7, Klett Verlag, Lektion 6

43100 Do., 12.02.26 - 18.06.26,
15 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 36,
Kättkenstr. 14
126,00 (72,00) €



Nähere Informationen zu unserem Programm finden Sie unter:





Spanisch

Spanisch für Anfänger*innen (A1.1)

Dieser Kurs eignet sich für alle, die gerne Spanisch von Anfang an lernen möchten. Verschiedene Themengebiete, wichtige Redewendungen und Grammatik sind Bestandteile dieses Kurses. Tauchen Sie in die spanischsprachige Welt ein und erleben Sie Ihre ersten Spracherfolge!

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 - Hybride Ausgabe allango, ISBN 978-3-12-514676-1, Klett Verlag, Lektion 1

45000 Cristina Macarena Graef
Di., 10.02.26 - 09.06.26,
15 Termine, 19:00-20:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 22, Masch 4 c
123,00 (63,00) €

45005 Conrado Seifert
Do., 12.02.26 - 18.06.26,
15 Termine, 17:45-19:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 37,
Kättkenstr. 14
123,00 (63,00) €

Spanisch mit geringen Vorkenntnissen (A1.2)

Cristina Macarena Graef

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit ersten Spanischkenntnissen (z.B. erworben in einem vhs-Semester). Verschiedene Themengebiete, wichtige Redewendungen und Grammatik sind Bestandteile dieses Kurses. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 - Hybride Ausgabe allango, ISBN 978-3-12-514676-1, Klett Verlag, Lektion 5

45010 Do., 12.02.26 - 25.06.26,
15 Termine, 19:00-20:30 Uhr
Werther, Haus Werther, Herrenhaus,
Raum 2, Schloßstr. 36
123,00 (63,00) €

Spanisch (A2.2)

Sie haben bereits Spanisch-Grundkenntnisse und möchten diese gerne vertiefen? In diesem Kurs erweitern und festigen Sie Ihren Wortschatz und trainieren das freie Sprechen, um sich sicher und fließend in alltäglichen Situationen verständigen zu können.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2 - Hybride Ausgabe allango, ISBN 978-3-12-514682-2, Klett Verlag, Lektion 3

45100 Conrado Seifert
Di., 10.02.26 - 09.06.26,
15 Termine, 17:45-19:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 37,
Kättkenstr. 14
123,00 (63,00) €

45110 Samyra Adam Rohrig
Do., 12.02.26 - 18.06.26,
15 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Vermold, CJD Sekundarschule, Klassenraum 1, rotes Gebäude E, Schulstr. 14
123,00 (63,00) €

Spieleabend auf Spanisch (ab A2) in den Osterferien

Cristina Macarena Graef

Spanisch lernen einmal anders! An vier Abenden nach Ostern spielen wir Brettspiele, kreative Gruppenspiele und lustige Rätsel. Ideal für Lernende ab Niveau (A2), die ihren Wortschatz erweitern, das Sprechen auf Spanisch üben und dabei viel Spaß haben möchten.

45150 Di., 07.04.26 - Fr., 10.04.26,
4 Termine, 18:30-20:30 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 3,
Alte Bielifelder Str. 14
50,00 (26,50) €





Italienisch

Italienisch mit geringen Vorkenntnissen (A1.3)

Stefan Adamsky

Buongiorno! Sie haben erste Italienischkenntnisse und möchten diese erweitern? In diesem Kurs lernen Sie, alltägliche Gespräche zu führen und sich über Themen wie Hobbys, Reisen und Familie zu unterhalten. Mit abwechslungsreichen Übungen erweitern Sie Schritt für Schritt Ihren Wortschatz und lernen nützliche Redewendungen. Ob beim Besuch eines Weinguts oder des schiefen Turms von Pisa – mit Italienisch macht alles mehr Spaß! Lehrbuch: Allegro nuovo A1, Kurs- und Übungsbuch mit Audios, ISBN 978-3-12-525590-6, Klett Verlag, Lektion 9

44010 Mi., 11.02.26 - 03.06.26,
15 Termine, 17:45-19:15 Uhr
Steinhagen, Realschule, Laukshof 10
111,00 (57,00) €

Niederländisch

Niederländisch für den Urlaub (A1)

Kompaktkurs am Wochenende

Udo Graul

Reisen in die Niederlande - mit Sprachkenntnissen im Gepäck gleich viel schöner! Dieses Kompaktseminar für Anfänger*innen vermittelt an einem Wochenende grundlegende Niederländischkenntnisse für den Urlaub. Themen sind u.a. Begrüßung, kurze Gespräche, Unterkunft buchen, nach dem Weg fragen und im Restaurant bestellen. Der Fokus liegt auf praktischer Anwendung der Sprache, Grammatik wird auf das Nötigste reduziert. Sie erhalten ein Manuskript, was bereits in der Kursgebühr enthalten ist.

46000 Fr., 20.03.26, 18:00-21:00 Uhr
Sa., 21.03.26, 09:00-16:15 Uhr
So., 22.03.26, 09:00-12:15 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Dachgeschoss, Alte Kirchstr. 4
88,00 €





Niederländisch für den Urlaub (A1)

Kompaktkurs im Sommer

Ankie Buringa

Dieser Intensivkurs im Sommer richtet sich an Anfänger*innen, die sich grundlegende Niederländischkenntnisse für die Reise aneignen möchten. Behandelt werden alle relevanten Themenbereiche, die typischerweise im Urlaub von Bedeutung sind, z.B. Begrüßung und Verabschiedung, kurze Gespräche über das Befinden, eine Unterkunft buchen, nach dem Weg fragen und im Restaurant bestellen. Die konkrete Anwendbarkeit der Sprache steht im Vordergrund.

Lehrbuch: *Leve de vakantie! Niederländisch für die Reise*, Kursbuch mit Audios online, ISBN 978-3-19-037243-0, Hueber Verlag

46005 Mo., 20.07.26 - Do., 23.07.26,
4 Termine, 09:30-12:45 Uhr
Werther, Haus Werther, Herrenhaus,
Raum 2, Schloßstr. 36
83,00 €



Niederländisch für den Urlaub (A1)

mit geringen Vorkenntnissen

Crashkurs

Ankie Buringa

Der Niederländisch-Crashkurs richtet sich an Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen. Behandelt werden alle relevanten Themenbereiche, die typischerweise im Urlaub in den Niederlanden von Bedeutung sind. Dabei steht die konkrete Anwendbarkeit der Sprache im Vordergrund.

Lehrbuch: *Leve de vakantie! Niederländisch für die Reise*, Kursbuch mit Audios online, ISBN 978-3-19-037243-0, Hueber Verlag, Lektion 6 B

46010 Mo., 09.02.26, 09:30-12:45 Uhr
Di., 10.02.26, 09:30-12:45 Uhr
Mi., 11.02.26, 09:30-12:45 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 3,
Alte Bielefelder Str. 14
63,00 €



Niederländisch mit Vorkenntnissen (B1)

Stephen Parsick

Muscheln sammeln in Zeeland? Oder unterwegs auf den künstlerischen Spuren Rembrandts im Amsterdamer Rijksmuseum? Die Niederlande haben viel zu bieten, und mit Sprachkenntnissen im Gepäck wird der Urlaub noch viel schöner! Sie sollten wenigstens 6 Semester Niederländisch gelernt haben und über Grundkenntnisse der Grammatik, der Aussprache und einen Grundwortschatz verfügen. Der Dozent hat selbst niederländische Wurzeln und ist in Rufweite der limburgischen Grenze aufgewachsen.

46040 Do., 19.02.26 - 28.05.26,
12 Termine, 11:30-13:00 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr Amshausen,
Gruppenraum 1. OG, Tiergarten 44
133,00 (68,00) €

Kom nou – Niederländisch mit guten Vorkenntnissen (B1)

Stephen Parsick

Sie möchten Ihre Sprachkenntnisse weiter vertiefen und verbessern? Dieser Kurs ist für alle, die schon mit den Grundlagen der niederländischen Sprache vertraut sind sowie über einen elementaren Wortschatz verfügen. Im Unterricht wird überwiegend auf Niederländisch gesprochen, über alltägliche Dinge und besondere Situationen (Urlaub, Landeskunde usw.). Auch das Hörverständnis wird trainiert. Der Kurs lebt von den Beiträgen und Bedürfnissen der Teilnehmenden. Jeder ist also eingeladen „zijn zegje te doen“.

46050 Do., 19.02.26 - 18.06.26,
12 Termine, 09:00-10:30 Uhr
Borgholzhausen, Ev. Gemeindehaus,
Kampgarten 1
133,00 (68,00) €

Schwedisch

Schwedisch mit geringen Vorkenntnissen (A1.2)

Linda Hartwich

Alle, die schon immer einmal Schwedisch lernen wollten, sind in diesem Kurs herzlich willkommen! In angenehmer Lernatmosphäre kommen wir der Sprache des hohen Nordens Stück für Stück näher. Vi ses!

Lehrbuch: Rivstart A1/A2, 3rd edition, Kursbuch (ISBN 978-3-12-527964-3) und Übungsbuch (ISBN 978-3-12-527965-0), Klett Verlag, Lektion 3

46200 Do., 12.02.26 - 18.06.26,
15 Termine, 19:00-20:30 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
123,00 (63,00) €

Schwedisch für Fortgeschrittene (B1/B2)

Viveka Brameyer

Wenn du den folgenden Text verstehst, ist dieser Kurs für dich richtig:

- Du vill utöka ditt ordförråd
- Träna konversation
- Borsta upp din grammatik
- Läsa aktuella svenska texter
- Diskutera aktuella teman
- Läsa en bra bok
- Fira svenska traditioner

Välkommen till kursen!

Lehrbuch: Rivstart B1/B2, Schwedisch für Fortgeschrittene: Kursbuch mit Audios (ISBN 978-3-12-527994-0) und Übungsbuch (ISBN 978-3-12-527995-7), Lektion 3

46220 Mi., 11.02.26 - 10.06.26,
15 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 14,
Kättkenstr. 14
123,00 (63,00) €



Norwegisch

Norwegisch für Fortgeschrittene (B1)

Aufbau-Kurs III

Lars Fedeler

In diesem Norwegischkurs haben Sie die Möglichkeit, Ihre soliden Grundkenntnisse weiter auszubauen und zu festigen. In praxisnahen Übungen werden Basiskompetenzen für alltägliche Kommunikationssituationen, ein Grundwortschatz, Ausspracheregeln und die recht einfache norwegische Grammatik vermittelt. Der Dozent ist Muttersprachler. Das Lernmaterial wird zur Verfügung gestellt.

46300 Do., 12.02.26 - 07.05.26,
11 Termine, 19:00-20:30 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 35,
Kättkenstr. 14
91,00 (47,00) €

Türkisch


Türkisch entdecken (online)

Schnupperabend mit Sprache und Kultur

Bahar Kruse

Sie interessieren sich für Türkisch, sind sich jedoch unsicher, was Sie erwartet? Sie möchten mehr über die Sprache und Kultur erfahren? Bei diesem Kennenlernabend erhalten Sie eine erste Einführung in die türkische Sprache, machen eine visuelle Reise durch die Türkei und erfahren Wissenswertes über Land, Leute und kulturelle Besonderheiten. Dieser Schnupperabend bietet Ihnen die Möglichkeit zu entscheiden, ob ein weiterführender Türkischkurs das Richtige für Sie ist.

Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDiens- tag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

48000  Online-Kurs
Di., 27.01.26, 18:00-20:15 Uhr
5,00 €

Türkisch kurz & intensiv (B1)

Ramazan Özgentürk

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre fortgeschrittenen Türkischkenntnisse (B1-Niveau) am Wochenende intensiv auffrischen möchten. Das Kursmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist in der Gebühr enthalten. Bei Interesse kann ein Fortsetzungskurs angeboten werden.

48057 So., 25.01.26, 10:00-12:40 Uhr
So., 15.02.26, 10:00-12:40 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 3,
Alte Bielefelder Str. 14
60,00 €


Arabisch

Arabisch für Neugierige (online)

Nagy Malek

Gemeinsam tauchen wir in die arabische Sprache ein. Wir lernen die Schrift und erste Wörter kennen, mit denen wir uns verständigen können. Dazu erfahren wir Interessantes über die arabischsprachigen Länder und Kulturen.

Diese Veranstaltung aus der Reihe DigitalerDiens- tag findet online statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

48100  Online-Kurs
Di., 17.02.26, 18:00-20:15 Uhr
5,00 €



Griechisch

Griechisch für Anfänger (A1)

Christos Tsachpinis

Dieser Kurs ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Die griechische Sprache und Kultur werden lebensnah vermittelt. Am Ende der Stufe (A1) können Sie: andere begrüßen und sich vorstellen, sehr einfache Unterhaltungen (z.B. über Ihre Herkunft, Familie, Ihren Beruf) führen, Fragen stellen (z.B. in Geschäften, auf der Straße, am Bahnhof, auf dem Flughafen) und einfache Wegbeschreibungen geben. Der Dozent ist Muttersprachler.

Lehrbuch: Kalimera - Καλημέρα neu A1/A2, ISBN 978-3-12-606650-1 und Arbeitsbuch: ISBN 978-3-468-49332-4, Klett-Verlag, Lektion 1

48300 Mi., 11.02.26 - 03.06.26,
15 Termine, 19:45-21:15 Uhr
Halle, Berufskolleg, Raum K 36,
Kättkenstr. 14
123,00 (63,00) €

Japanisch

Japanisch mit Vorkenntnissen (A2)

Lukas Gawor

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen mit soliden Vorkenntnissen. Sie sollten Hiragana und Katakana schreiben sowie eigenständige Sätze mit Verben bilden können. Der Schwerpunkt liegt auf freiem Sprechen, sodass Sie häufig zum aktiven Sprachgebrauch ermutigt werden. Ergänzend erhalten Sie Einblicke in den japanischen Alltag und die Kultur. Zusatzmaterial wird kostenlos vom Dozenten bereitgestellt.

Lehrbuch: wird beim ersten Termin bekannt gegeben

48410 Mi., 11.02.26 - 10.06.26,
15 Termine, 18:00-19:30 Uhr
Steinhagen, Realschule, Laukshof 10
160,50 €



Chinesisch

Chinesisch für den Urlaub (A1)

Yen-Wen Lin-Ziervogel

Möchten Sie gerne nach China, Taiwan oder Singapur reisen und sich vor Ort gut verständigen können? In diesem Sommerkurs lernen Sie Mandarin-Chinesisch kennen und praktisch anwenden. Im Mittelpunkt steht das Sprechen, zudem werden erste Schriftzeichen vermittelt.

Nicht nur erste sprachliche Basics, sondern auch kulturelle Unterschiede sowie typische Bräuche und Sitten sind Bestandteile des Kurses. Sie erhalten ein Manuskript, was bereits in der Kursgebühr enthalten ist.

48500

Mo., 27.07.26 - Do., 30.07.26,
4 Termine, 09:30-14:00 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 22, Masch 4 c
108,00 €





**HASKENHOFF'S
SCHMIEDE**

— Eventlocation & Catering —

Entspannt & ungestört feiern

**SEIT
2021**



www.haskenhoffs-schmiede.de



Gut zu wissen...

Weitere Sprachangebote finden Sie auch bei unseren Nachbar-Volkshochschulen im Kreis Gütersloh:

vhs Gütersloh

Auskunft: Henrike Dulisch | Tel. 05241/822920

vhs Verl | Harsewinkel | Schloß Holte-Stukenbrock

Auskunft: Anke Priepeke | Tel. 05207/9174-23

vhs Reckenberg-Ems

Auskunft: Sabine Höller-Pietsch

Tel. 05242/9030316

Kursbezeichnungen im Sprachenbereich

Unsere Kurse orientieren sich an den sechs Kompetenzstufen des Europäischen Referenzrahmens für das Sprachenlernen, die Sie im Folgenden beschrieben finden. Damit ist ein international vergleichbarer Maßstab für die sprachliche Handlungskompetenz entstanden. Bezogen auf die klassischen Fertigkeiten Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben kann man einschätzen, inwieweit eine Fremdsprache beherrscht wird. Bei den einzelnen Kursen haben wir für Sie angegeben, welche Niveaustufe am Ende des Semesters erreicht sein soll.

Elementare Sprachverwendung

A1 – am Ende dieser Stufe können Sie...

Hören: einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen.

Sprechen: sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen.

Lesen: einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten.

Schreiben: Formulare, z.B. im Hotel oder in Behörden, ausfüllen.

A2 – am Ende dieser Stufe können Sie...

Hören: einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche in kurzen Mitteilungen verstehen.

Sprechen: kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen.

Lesen: kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen.

Schreiben: kurze Notizen und Mitteilungen abfassen.

Selbstständige Sprachverwendung

B1 – am Ende dieser Stufe können Sie...

Hören: das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird.

Sprechen: in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen und Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben.

Lesen: Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen.

Schreiben: persönliche Briefe schreiben.

B2 – am Ende dieser Stufe können Sie...

Hören: im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird.

Sprechen: sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten.

Lesen: Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen.

Schreiben: detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte, schreiben.

Kompetente Sprachverwendung

C1 – am Ende dieser Stufe können Sie...

Hören: Unterhaltungen, Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen.

Sprechen: sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken.

Lesen: komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen.

Schreiben: sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben.

C2 – am Ende dieser Stufe können Sie...

Hören: ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen.

Sprechen: sich mühelos an allen Gesprächen sicher und angemessen beteiligen.

Lesen: jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen.

Schreiben: anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken.





Weiterkommen mit der vhs

Beruf Digitales Umwelt

INHALT	Berufliche Bildung, Softskills, Kommunikation	192
	EDV, Digitales	196
	EDV Einzelberatung	203
	Finanzen	203
	Künstliche Intelligenz im Fokus	204
	Umwelt, Klima	208



Berufliche Bildung · Softskills · Kommunikation

„Spannend vorlesen!“ Sprechtraining für Lesepatinnen und Lesepaten

**in Zusammenarbeit mit den Bibliotheken Halle,
Steinhagen, Versmold und Werther**
Tina Kemnitz

In dieser Fortbildung für Lesepat*innen entdecken Sie, wie Sprechen funktioniert - von Atmung über Stimme bis zur Artikulation. Sie erforschen gemeinsam die Elemente lebendiger Sprechgestaltung, üben Atemtechnik, Tempowechsel, Pausen und Sprechgestus, arbeiten spielerisch mit kurzen Texten und erleben ein exemplarisches Vorlese-Coaching in der Gruppe. So gewinnen Sie Sicherheit und Freude am gestaltenden Vorlesen.

51005 Sa., 09.05.26, 10:00-12:30 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise, Saal,
Kiskerstr. 2
gebührenfrei

Einfach gründen

Schritt für Schritt zum eigenen Unternehmen

Jennifer Biermann

Sie möchten endlich Ihr eigenes Unternehmen starten? In diesem praxisnahen Workshop erfahren Sie, wie Sie die wichtigsten Gründungsschritte sicher meistern – von der Idee bis zum Erfolg: von Marktanalyse und Businessplan bis zu Rechtsform, Finanzierung und Fördermöglichkeiten. Mit klaren Erklärungen, Checklisten und persönlichem Feedback entwickeln Sie Ihren individuellen Umsetzungsplan und schaffen eine solide Basis für Ihre erfolgreiche Gründung.

Bei Interesse können Sie auch eine Einzelberatung bei unserer Dozentin buchen. Sprechen Sie uns gerne an!

51010 Sa., 09.05.26, 10:00-15:15 Uhr
Halle, vhs im Bahnhof, Raum 3,
Bahnhofstr. 40
105,00 (52,50) €

51015 Sa., 11.07.26, 10:00-15:15 Uhr
Versmold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Raum B1, Schützenstr. 2
105,00 (52,50) €





Rhetorik-Workshop (online)

Sicher auftreten – überzeugend argumentieren – souverän ankommen

Matthias Dahms

Ein überzeugendes Auftreten in Reden und Verhandlungen ist oft der Schlüssel zum Erfolg. In diesem Online-Workshop trainieren Sie mit vielen praktischen Übungen Ihre rhetorischen Fähigkeiten. Sie lernen, wie man spannend und emotional spricht, mit Blackouts und Störungen souverän umgeht, Einwände meistert und Lampenfieber überwindet.

Die Zugangsdaten und ein Handbuch erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

51025



Online-Kurs

Di., 10.03.26, 18:30-21:30 Uhr

69,00 €

Moderationstraining (online)

sicher – überzeugend – effizient

Matthias Dahms

Tauchen Sie ein in die Welt erfolgreicher Moderation! Im diesem Kurs lernen Sie, Gruppen mit klaren Impulsen zu führen. Wir reflektieren den Moderationsprozess in beruflichen, politischen und ehrenamtlichen Kontexten. Erfahrungen der Teilnehmenden fließen aktiv ein, um Strategien zu entwickeln und Fähigkeiten zu stärken. Sie erhalten praktische Tipps für jede Phase – von der Vorbereitung bis zur Reflexion.

Die Zugangsdaten und ein Handbuch erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

51030



Online-Kurs

Mi., 29.04.26, 18:30-21:30 Uhr

69,00 €

Smalltalk trainieren (online)

Beruflich und privat neue Kontakte knüpfen

Matthias Dahms

Smalltalk ist mehr als Geplauder – er öffnet Türen zu neuen Kontakten und schafft Vertrauen. Im Seminar lernen Sie, Gespräche leicht zu beginnen, passende Themen zu finden und Pausen geschickt zu überbrücken. Sie üben souveräne Reaktionen, wirkungsvolle Körpersprache und Stimme sowie Techniken für unterschiedliche Situationen – mit praktischen Übungen in realistischen Gesprächsmomenten.

Die Zugangsdaten und ein Handbuch erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

51035



Online-Kurs

Mo., 11.05.26, 18:30-21:30 Uhr

69,00 €

Nebenberuflich selbständig (online)

Von der Idee zur Umsetzung

Matthias Dahms

Sie möchten Ihre Leidenschaft zum Beruf machen, ohne die finanzielle Sicherheit zu riskieren? Dieses Seminar zeigt Ihnen, wie Sie nebenberuflich erfolgreich gründen – von der Idee bis zur Umsetzung. Sie erhalten Tipps zu Recht, Finanzen und Marketing sowie praxisnahe Beispiele für einen sicheren Start in die Selbstständigkeit – auch ohne feste Geschäftsidee.

Die Zugangsdaten und ein Handbuch erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

51040



Online-Kurs

Di., 09.06.26, 18:30-21:30 Uhr

69,00 €



Erfolg beginnt im Kopf (online)

Mental stark, selbstmotiviert und leistungsfähig

Steve Windisch

Wir alle wünschen uns, mit dem was wir tun, erfolgreich zu sein. Unser äußerer Erfolg wird dabei durch unsere innere Haltung entscheidend mitbestimmt. Aber wie können wir mutig und selbstbewusst durchs Leben gehen – ohne unseren Selbstzweifeln das Feld zu überlassen? Dieser Vortrag zeigt, wie so ein „Erfolgs-Mindset“ aussieht und wie wir es gezielt aufbauen können. So gehen wir unsere Herausforderungen selbstsicher, zuversichtlich und motiviert an. So können wir auch ambitionierte Ziele erreichen, weil wir es uns einerseits erlauben groß zu denken und andererseits in den entscheidenden Momenten dranbleiben und nicht aufgeben.

Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

51050



Online-Kurs

Mo., 23.03.26, 19:00-20:30 Uhr

9,00 €

Veränderungen aktiv gestalten, Chancen nutzen und Hindernisse überwinden

Eine Veranstaltung des Karrierenetzwerkes für Frauen in Fach- und Führungspositionen

Saskia Kuhlmann

Veränderungen sind allgegenwärtig – einige erfolgen aus eigenem Antrieb, andere treten unerwartet ein. Statt sich von äußeren Umständen überwältigen zu lassen, besteht die Möglichkeit, Veränderungen selbstbewusst zu initiieren und Herausforderungen aktiv zu steuern. In dieser Veranstaltung werden praxisnahe Strategien vermittelt, um Veränderungen nicht nur anzunehmen, sondern sie aktiv und mit innerer Stärke zu gestalten. Es werden Impulse gegeben, um Selbstmotivation zu fördern, den eigenen Handlungsspielraum zu erkennen und sich zielgerichtet für persönliche oder berufliche Ziele einzusetzen – unabhängig davon, ob der Wandel eigenständig angestoßen wird oder von außen erfolgt. Die Zukunft lässt sich aktiv gestalten – mit Klarheit, Entschlossenheit und einem stabilen inneren Fundament.



Anmeldung über die Stadt Halle (Westf.) unter:
hallewestfalen.de/karrierenetzwerk

51110 Mo., 16.03.26, 18:30-20:00 Uhr
 Halle, Bürgerzentrum Remise, Saal,
 Kiskerstr. 2
 gebührenfrei

Guter Klang, guter Stand, guter Gang Kommunikationstraining für Frauen im Rahmen der FrauenKulturWochen Kriszti Kiss

Wie kann ich als Mutter, Tochter oder Ehefrau im Berufs- oder Privatleben meine Absichten und Inhalte, ohne dass ich missverstanden werde, verständlich vermitteln? Und wie kann ich meine Gesprächspartner* innen – oder sogar eine ganze Gruppe von Zuhörer*innen von meiner Sichtweise mit meinen Argumenten erfolgreich überzeugen? Bei den vielen Rollen, in die wir Frauen tagtäglich schlüpfen, ist es erforderlich, dass wir in jeder Situation – auch in einer unangenehmen – authentisch bleiben können.

In diesem Workshop werden wir diese Aspekte genau unter die Lupe nehmen und sehr praxisorientiert üben. So wird es Dir gelingen, in einer künftigen Präsentation einen bleibenden Eindruck zu hinterlassen!

Kriszti Kiss ist diplomierte Schauspielerin und Kommunikationstrainerin.

Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen der Städte Halle (Westf.) und Werther (Westf.), vhs Ravensberg

51115 Mi., 25.03.26, 18:30-20:00 Uhr
 Halle, Bürgerzentrum Remise, Saal,
 Kiskerstr. 2
 gebührenfrei

Upper Limits sprengen – Dein Weg zu grenzenlosem Erfolg Eine Veranstaltung des Karrierenetzwerkes für Frauen in Fach- und Führungspositionen Birgit Peterschröder

Der Begriff „Upper Limits“ beschreibt unsichtbare, selbst gesetzte Grenzen, die uns oft daran hindern, unser volles Potenzial zu entfalten. Besonders Frauen in Führungspositionen und Fachkräfte erleben diese Blockaden als mentale Hürden. Sie entstehen durch innere Überzeugungen wie die Angst vor Überforderung, Misserfolg oder dem Verlust von Anerkennung. In dem Vortrag geht es darum, diese Grenzen bewusst zu erkennen und zu überwinden. Im anschließenden Speedcoaching werden konkrete Strategien entwickelt, um Blockaden zu lösen und neue Erfolgsebenen zu erreichen.

Anmeldung über die Stadt Halle (Westf.) unter:
hallewestfalen.de/karrierenetzwerk

51120 Di., 30.06.26, 18:30-20:00 Uhr
 Halle, Bürgerzentrum Remise, Saal,
 Kiskerstr. 2
 gebührenfrei

Nähere
 Informationen zu
 unserem Programm
 finden Sie hier:





5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis

(online)

Helmut Lange

Lernen kann so leicht sein! Statt alten Schulmustern folgen Sie in diesem Onlinekurs kreativen Merktechniken, mit denen Zahlen, Fakten, Namen und Vokabeln endlich im Gedächtnis bleiben. Gedächtnistrainer Helmut Lange zeigt, wie Sie Ihre Merkfähigkeit schon im Seminar deutlich steigern und mit Freude lernen.

Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

51200  Online-Kurs

Sa., 28.03.26, 09:00-16:30 Uhr
60,00 €

Kita MOVE

Bildungsurlaub

Beate Winkler, Ute Wahner

Kita MOVE (Motivierende Gesprächsführung mit Eltern) ist ein Schulungsprogramm für pädagogische Fachkräfte. Ziel ist es, Eltern frühzeitig und einfühlsam anzusprechen, Veränderungsbereitschaft zu fördern und damit den Weg zu weiteren Unterstützungsangeboten zu ebnen. Kita MOVE versteht sich als „Angebot vor dem Angebot“ – es kann entscheidend dazu beitragen, dass Eltern externe Hilfe überhaupt erst annehmen.

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub anerkannt, steht aber auch anderen Interessierten offen. Wenn Sie Bildungsurlaub beantragen möchten, beachten Sie bitte die Anmeldefrist bis zum 27.02.26, da Ihr schriftlicher Antrag auf Bildungsurlaub 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber eingereicht werden muss. Nähere Informationen erhalten Sie auf Anfrage.

51300 Mi., 15.04.26, 08:30-16:30 Uhr

Mi., 22.04.26, 08:30-16:30 Uhr

Mi., 29.04.26, 08:30-16:30 Uhr

Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14

243,00 €

EDV · Digitales

Neue Freundschaften und Kontakte im Internet knüpfen (online)

Hartmut Nehme

Viele Menschen haben im Alltag wenig Zeit, neue Kontakte zu knüpfen. Gleichzeitig bietet das Internet zahlreiche Möglichkeiten, neue Freund*innen oder Partner*innen zu finden. Ob gemeinsame Hobbys, Reisen, Freizeitaktivitäten oder Unterstützung bei Fragen – die Bandbreite ist groß. Der Vortrag zeigt aktuelle Angebote, um Gleichgesinnte online kennenzulernen, Erfahrungen zu teilen und neue Wege zu gehen.

Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

52040  Online-Kurs

Mo., 16.03.26, 18:30-21:00 Uhr
17,00 €

iPhone und iPad

Grundlagen und Bedienung (Kleingruppenkurs)

Ina-Alexandra Dünkeloh

Sie haben Fragen zur Nutzung Ihres iPhones oder iPads? In diesem Grundkurs erhalten Sie praktische Schritt-für-Schritt-Anleitungen. Gemeinsam üben wir den Umgang mit wichtigen Funktionen wie Apps, WhatsApp, Kontakten oder Kalendererinnerungen. Auch digitale Begriffe werden verständlich erklärt. Ziel ist, das iPhone/iPad sicher und sinnvoll im Alltag einzusetzen. Bringen Sie gern Ihre Fragen mit – der Kurs gibt die passenden Antworten.

Bitte mitbringen: iPhone oder iPad mit Ladekabel. Soweit vorhanden, sollten Sie die Zugangsdaten Ihrer Apple-ID und Ihre PIN kennen.

52055 Mi., 18.02.26 - Mi., 01.04.26,

6 Termine, 18:30-20:15 Uhr

Halle, vhs im Bahnhof, Raum 3,
Bahnhofstr. 40

87,00 (45,00) €



Android – Smartphone und Tablet Einfach – Verständlich – Schritt für Schritt für Anfänger*innen

Gerald Burkat

Sie möchten ein Android-Tablet oder -Smartphone nutzen oder planen den Kauf? Dieser Kurs ist ideal für Einsteiger*innen. Sie lernen die grundlegende Bedienung, Einrichtung, Sicherheitsaspekte sowie den Umgang mit Apps kennen. Eigene Geräte können mitgebracht oder ein Tablet von der vhs ausgeliehen werden. So üben Sie direkt am Gerät. Bitte beachten: Der Kurs ist nur für Android-Tablets und -Smartphones geeignet, nicht für Apple- oder Windows-Geräte. Wenn Sie ein Leihgerät benötigen, teilen Sie uns dies bitte bei der Anmeldung mit.

Bitte mitbringen: Android-Gerät mit Ladekabel. Soweit vorhanden, sollten Sie Ihre E-Mail-Adresse und das dazugehörige Passwort kennen. Bitte halten Sie auch die PIN für evtl. Updates bereit.

52070 Mo., 13.04.26 - 04.05.26,
4 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Halle, vhs im Bahnhof, Raum 1,
Bahnhofstr. 40
52,00 (27,50) €



Android – Smartphone und Tablet für Fortgeschrittene

Gerald Burkat

Ihr Smartphone / Tablet bringt einen bunten Strauß an Anwendungsmöglichkeiten mit. Die Kontakte-App beispielsweise ist nicht nur ein Telefonverzeichnis, sondern es bestehen enge Verbindungen zum Kalender, zur Navigation usw. Wir betrachten Messenger am Beispiel von Whats App, Google Maps, Discounter-Apps u.a.m. Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs ausschließlich für Smartphones / Tablets mit einem Android-Betriebssystem ist (keine Apple- Geräte und Windows-Tablets). Wenn Sie ein Leihgerät benötigen, teilen Sie uns dies bitte bei der Anmeldung mit.

Bitte mitbringen: Android-Gerät mit Ladekabel. Soweit vorhanden, sollten Sie Ihre E-Mail-Adresse und das dazugehörige Passwort kennen. Bitte halten Sie auch die PIN für evtl. Updates bereit.

52075 Mo., 08.06.26 - 29.06.26,
4 Termine, 18:30-20:00 Uhr
Halle, vhs im Bahnhof, Raum 1,
Bahnhofstr. 40
52,00 (27,50) €

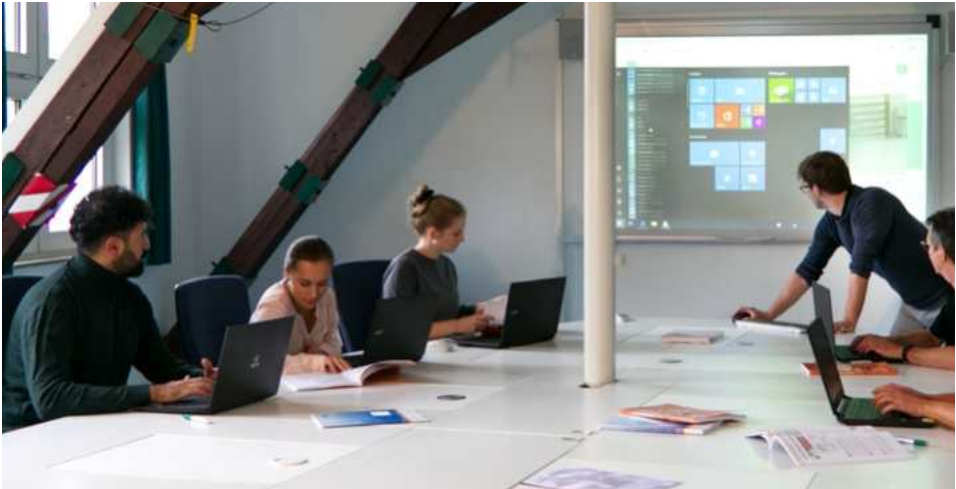
Word und Excel für den Büroalltag Kleingruppenkurs

Olaf Mahl

Der sichere Umgang mit dem Computer ist in fast allen Berufen unerlässlich. Dieser Kurs bietet eine kompakte Einführung in die Grundlagen von Microsoft Word und Excel: Sie lernen Dateien zu verwalten, Briefe und Protokolle ansprechend zu gestalten, Grafikelemente einzusetzen, Tabellen zu erstellen und Berechnungen durchzuführen – für einen professionellen und effizienten Arbeitsalltag.

Bitte mitbringen: Notebook mit installiertem Microsoft Word und Excel (ab Version 2010)

52100 Di., 03.03.26, 18:00-20:15 Uhr
Di., 10.03.26, 18:00-20:15 Uhr
Halle, vhs im Bahnhof, Raum 3,
Bahnhofstr. 40
49,00 (26,00) €



MS Outlook

E-Mails, Adressen, Termine im Griff

Brigitte Fedeler

Outlook kann mehr, als man denkt! In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie E-Mails stressfrei verwalten, Termine organisieren und Kontakte im Griff behalten. Für alle, die Ordnung ins digitale Chaos bringen wollen. Entdecken Sie praktische Tipps und Funktionen, mit denen Sie Ihre Produktivität steigern und Ihren (Arbeits-) Alltag deutlich effizienter gestalten können.

Bitte mitbringen: Notebook mit installiertem Microsoft Outlook (ab Version 2010)

52110 Di., 30.06.26, 19:15-21:00 Uhr
Di., 07.07.26, 19:15-21:00 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr
Amshausen, Gruppenraum 1. OG,
Tiergarten 44
40,00 (21,50) €

Content Creation mit KI

Ina-Alexandra Dünkeloh

Ob Text, Bewegtbild oder Audio – künstliche Intelligenz eröffnet Möglichkeiten für modernes Content-Marketing. Der Kurs vermittelt, wie KI-Tools gezielt eingesetzt werden können, um Inhalte für Social Media, Blogs oder Websites schneller, kreativer und effizienter zu erstellen.

Im Mittelpunkt steht die Kunst des klaren Promptings: Präzise Eingaben sind entscheidend für überzeugende Ergebnisse – sowohl beim Schreiben kreativer Texte als auch beim Generieren von Bildern.

Der Kurs liefert einen umfassenden Einstieg in die Zukunft der digitalen Kreativität – mit intelligenter Unterstützung durch KI und zeigt, worin ihre jeweiligen Stärken liegen, von textbasierten Systemen über Bild- und Videoerstellung bis hin zu Audioformaten.

Bitte mitbringen: Laptop oder Tablet / Smartphone

52115 Mi., 17.06.26, 18:00-20:15 Uhr
Mi., 24.06.26, 18:00-20:15 Uhr
Mi., 01.07.26, 18:00-20:15 Uhr
Mi., 08.07.26, 18:00-20:15 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
69,90 (36,50) €



Fit am PC – Keine Raketenwissenschaft! für Anfänger*innen

Brigitte Fedeler

Lernen Sie Schritt für Schritt die Grundlagen von Windows 11 kennen. Sie erfahren, wie Sie die Benutzeroberfläche bedienen, Texte erstellen, Dateien finden und sicher speichern. Außerdem nutzen Sie Internet und E-Mail sicherer. Alles in angenehmen Tempo, gut verständlich erklärt. Ideal für Einsteiger*innen oder Wiedereinsteiger*innen (Keine oder geringe PC-Kenntnisse).

Bitte mitbringen: Eigener Laptop mit Windows 11 und Ladekabel.

52120 Di., 14.04.26 - Di., 19.05.26,
5 Termine 14:30-16:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
59,00 (31,00) €

52125 Di., 14.04.26 - Di., 19.05.26,
5 Termine, 16:45-18:15 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 23, Masch 4 c
59,00 (31,00) €

Social Media für den Businessseinsatz Kleingruppenkurs

Ina-Alexandra Dünkeloh

Social Media ist fester Bestandteil erfolgreicher Marketing-Strategien. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie durch gezielten Content, Storytelling und den Einsatz von Stories, Reels und Highlights die Verweildauer erhöhen und Reichweite steigern. Über 80% der User folgen Unternehmen – ein großes Potenzial! Wir zeigen, wie Sie Business-Accounts professionell nutzen und geben Einblicke in relevante Zahlen und Fakten zu Instagram und Facebook.

Bitte mitbringen: Laptop oder Tablet / Smartphone

52130 Mi., 13.05.26, 18:00-20:30 Uhr
Mi., 27.05.26, 18:00-20:30 Uhr
Mi., 03.06.26, 18:00-20:30 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Raum 2 (Clubraum), Alte Kirchstr. 4
73,00 (38,00) €

Microsoft Office professionell nutzen

Word, Excel, Outlook & PowerPoint

Bildungsurlaub in Teilzeit

Gerald Burkat

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre MS Office-Kenntnisse auffrischen oder vertiefen möchten – ideal für Weiterbildung oder den beruflichen Wiedereinstieg. Vermittelt werden Grundlagen, wie praxisnahe Anwendungen in Word, Excel und PowerPoint: Textgestaltung, Serienbriefe, Tabellen, Formeln, Diagramme und Präsentationen – für einen sicheren und effizienten Umgang mit MS Office. Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub anerkannt, steht aber auch anderen Interessierten offen. Wenn Sie Bildungsurlaub beantragen möchten, beachten Sie bitte die Anmeldefrist bis zum 15.05.26, da Ihr schriftlicher Antrag auf Bildungsurlaub 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei Ihrem Arbeitgeber eingereicht werden muss. Nähere Informationen erhalten Sie auf Anfrage.

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit dem PC und erste Erfahrungen mit MS Office.

Bitte mitbringen: Laptop mit Ladegerät und Maus, einsatzbereites MS-Office-Paket

52185 Mo., 29.06.26 - Fr., 03.07.26,
5 Termine, 09:00-14:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
200,00 (101,50) €





Sicherheit im digitalen Alltag

Ali Asker Çevik

Dieser Kurs vermittelt leicht verständlich die wichtigsten Grundlagen, um sicher digital unterwegs zu sein. Themen wie Gerätepflege, sicheres Surfen im Internet, Passwortverwaltung, Datenschutz sowie der richtige Umgang mit WLAN stehen im Fokus. Zudem erfahren Sie, wie Updates und Backups ihre Daten zuverlässig schützen.

Bitte mitbringen: Laptop mit Ladegerät

52190 Mo., 23.02.26, 18:00-19:30 Uhr
Mo., 02.03.26, 18:00-19:30 Uhr
Halle, vhs im Bahnhof, Raum 1,
Bahnhofstr. 40
23,00 (13,00) €

Linux, Ubuntu und Co.

Der einfache Einstieg in freie Software

Ali Asker Çevik

Dieser Kurs bietet einen einfachen Einstieg in freie Betriebssysteme und zeigt deren Vorteile: hohe Sicherheit, transparente Entwicklung und große Flexibilität. Sie lernen, wie man ein Linux-System startet, installiert und erste Schritte sicher meistert. Zudem gibt es einen praktischen Einstieg in die wichtigsten Funktionen von LibreOffice, dem leistungsstarken freien Office-Paket.

Bitte mitbringen: Laptop mit Ladegerät

52195 Mo., 27.04.26, 18:00-19:30 Uhr
Mo., 04.05.26, 18:00-19:30 Uhr
Mo., 11.05.26, 18:00-19:30 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Dachgeschoss, Alte Kirchstr. 4
48,00 (25,50) €

Computer Club für Teilnehmende im besten Alter

Kleingruppenkurs für Fortgeschrittene

Gerald Burkat

Dieser Kurs ist ein Angebot für alle, die Freude an der Arbeit mit dem Computer haben und den Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten suchen. Bereits erworbene Kenntnisse werden durch Übungen und Wiederholungen vertieft und themenspezifische Fragen der Teilnehmenden beantwortet. Der Computer Club richtet sich an Fortgeschrittene und findet zweimal im Monat statt.

Bitte mitbringen: Laptop mit Netzteil, ggf. externe Tastatur und Maus.

52350 Di., 17.02.26, 17:00-18:30 Uhr
Di., 24.02.26, 17:00-18:30 Uhr
Di., 03.03.26, 17:00-18:30 Uhr
Di., 17.03.26, 17:00-18:30 Uhr
Di., 14.04.26, 17:00-18:30 Uhr
Di., 28.04.26, 17:00-18:30 Uhr
Di., 12.05.26, 17:00-18:30 Uhr
Di., 09.06.26, 17:00-18:30 Uhr
Di., 16.06.26, 17:00-18:30 Uhr
Di., 07.07.26, 17:00-18:30 Uhr
Halle, Begegnungszentrum Halle,
Klingenhagen 10 a
83,00 (43,00) €

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:





Tastatschreiben in 6 Stunden

Nils Erpenbeck

Das 10-Finger-Schreiben spart Zeit und erlaubt konzentriertes Tippen ohne Blick auf die Tastatur – ähnlich wie Radfahren: einmal gelernt, läuft es automatisch. Moderne Methoden kombinieren Pädagogik, Hirnforschung und Visualisierung, um den Lernprozess zu beschleunigen. Der Kurs ist ideal für Menschen mit wenig Zeit, denn die Übungsphasen sind bereits integriert. Das Lehrbuch ist in der Gebühr enthalten und wird am ersten Kurstag ausgehändigt.

Bitte mitbringen: eigenen Laptop mit Netzteil, möglichst externe, zusätzliche Tastatur, evtl. Snack und Getränk

52360 Fr., 12.06.26, 17:00-20:00 Uhr
 Sa., 13.06.26, 10:00-13:00 Uhr
 Borgholzhausen, Bürgerzentrum
 Haus 2, R 22, Masch 4 c
 63,90 (35,90) €




Digitales Erbe. Daten, Konten und Zugänge für den Ernstfall regeln (online)

Peter Hoffmann

Die Digitalisierung prägt unseren Alltag. Doch was passiert mit Social-Media-Accounts, E-Mails und Online-Daten im Unglücksfall oder nach dem Tod? Wie sichern Sie den Zugang zu wichtigen Konten in Notsituationen? Lernen Sie, eine Bestandsaufnahme Ihrer digitalen Besitztümer zu erstellen und diese übersichtlich zu dokumentieren. Wir stellen Ihnen Strategien, Tools und Methoden vor, um Passwörter und Zugangsdaten sicher zu verwalten. Praktische Tipps rund um das digitale Erbe ergänzen den Online-Workshop.

Hier handelt es sich um einen hybriden Kurs, d.h. man kann sowohl online als auch in Präsenz in den Räumlichkeiten der vhs Schloß Holte-Stuckenbrock teilnehmen. Bei uns können Sie sich nur für die Online-Teilnahme via Zoom anmelden. Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

52365  Online-Kurs
 Do., 05.02.26, 18:30-20:45 Uhr
 12,00 (8,00) €



Digital-Bonbons – Sommermischung

In diesem Sommer bieten wir Ihnen eine Kursreihe an, in der nützliche Apps und Digitalthemen vorgestellt werden: Die Digital-Bonbons!

Sommerzeit – Reisezeit:

Unterwegs im Internet

vhs im Sommer

Gerald Burkat

An diesem Termin erfahren Sie alles rund um das Thema: Sommerzeit – Reisezeit: Was ich beachten muss, wenn ich unterwegs im Internet bin.

Welche Apps helfen mir im Urlaub weiter, gibt es versteckte Kosten, und wie steht es um die Datensicherheit?

Bitte mitbringen: Gute Laune, Getränk, optional Tablet oder Smartphone

52400 Di., 21.07.26, 16:00-17:30 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr Amshausen,
Gruppenraum 1. OG,
Tiergarten 44
13,00 (8,00) €



Einkauf online und vor Ort

vhs im Sommer

Gerald Burkat

Dieses Mal geht es um den Einkauf online und vor Ort. Große Discounter bieten Sonderangebote speziell in Ihren Apps an, und digitale Einkaufszettel versprechen Übersichtlichkeit und Ordnung.

Wir prüfen gemeinsam, welche Apps Ihnen wirklich weiterhelfen.

Bitte mitbringen: Gute Laune, Getränk, optional Tablet oder Smartphone

52405 Do., 23.07.26, 16:00-17:30 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr
Steinhagen, Alte Feuerwehr Amshausen,
Gruppenraum 1. OG, Tiergarten 44
13,00 (8,00) €



Mediatheken, Audiotheken, Podcast

vhs im Sommer

Gerald Burkat

An diesem Abend stehen Mediatheken, Audiotheken und Podcasts auf dem Programm.

Sie versprechen seriöse multimediale Information und Unterhaltung; Vieles sogar kostenlos! Wir schauen, wie man das Meiste aus der Nutzung rausholen kann!

Bitte mitbringen: Gute Laune, Getränk, optional Tablet oder Smartphone

52410 Di., 28.07.26, 16:00-17:30 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr Amshausen,
Gruppenraum 1. OG, Tiergarten 44
13,00 (8,00) €



Passwörter – immer noch am Start!

vhs im Sommer

Gerald Burkat

In diesem Kurs dreht sich alles rund um Passwörter: Sie sollen sicher sein, dabei aber gut zu merken. Was macht ein sicheres Passwort aus, wie behalte ich die Kontrolle?

Bitte mitbringen: Gute Laune, Getränk, optional Tablet oder Smartphone

52415 Do., 30.07.26, 16:00-17:30 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr Amshausen,
Gruppenraum 1. OG, Tiergarten 44
13,00 (8,00) €





EDV Einzelberatung

Eine Stunde für Dich! EDV Einzelberatung auch online möglich

Sie haben Fragen zu Ihrem Notebook, Tablet oder Smartphone? Das Betriebssystem oder eine Office-Anwendung wie Word, Excel oder Outlook bereitet Ihnen Schwierigkeiten? Dieses Angebot bietet Ihnen individuelle Hilfe. In einer Einzelberatung durch qualifizierte und erfahrene EDV-Dozent*innen erhalten Sie Hilfestellung und Antworten auf Ihre Fragen und Probleme. Die Schulungen werden als 60-minütige „Einzelberatung“ angeboten.

Anmeldung:

1. Teilen Sie uns telefonisch oder per E-Mail Ihren Wunsch-Termin und -Ort, sowie einen oder zwei Ausweichtermine mit. Wir kümmern uns um die Terminabsprache mit den Dozent*innen. Innerhalb von spätestens 2 Werktagen melden wir uns bei Ihnen zurück.

2. Bei der Anmeldung werden eine oder auch mehrere aufeinanderfolgende Beratungsstunden von Ihnen gebucht. Die angegebene Teilnahmegebühr gilt je Zeitstunde.

3. Es ist auch möglich, den Termin online durchzuführen. Teilen Sie uns bei der Anmeldung mit, ob Sie einen persönlichen Termin oder einen Online-Termin wünschen.

Termin auf Anfrage unter Telefon: 05201/81090 oder per E-Mail an: post@vhs-ravensberg.de

Bitte mitbringen: Laptop / Smartphone / Tablet, Ladekabel

53000 44,00 €

Finanzen

Neue Trends in der Geldanlage (online)

Hartmut Nehme

Die Bedingungen für erfolgreiche Geldanlagen haben sich stark gewandelt: Banken schließen Filialen und fokussieren sich auf vermögende Kunden. Professionelle Beratung ist oft teuer und schmälert geringe Erträge weiter. In diesem Onlinekurs er-

fahren Sie, wie neue Technologien, Dienste und Anlageformen helfen können, Ihre Geldanlage zu optimieren.

Bitte beachten Sie, dass eine konkrete Anlageberatung im Rahmen dieses Kurses nicht erfolgen kann.

Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

54000  Online-Kurs

Mo., 20.04.26, 18:30-21:00 Uhr

17,00 €

Erfolgreich anlegen und investieren

Nachhaltige Anlagen (ESG)

Alexander Wiepen

Die Turbulenzen an den globalen Finanzmärkten zeigen ihre Auswirkungen auf private Anlagen. Nicht nur in diesen Zeiten entscheiden gute Informationen über erfolgreiche Anlageentscheidungen. Sie erhalten umfassend und leicht verständlich einen Überblick über die teils komplizierte Finanzwelt. Sie erfahren, welche Anlagechancen die weltweiten Entwicklungen bieten und mit welchen Risiken Sie rechnen müssen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte beachten Sie, dass eine konkrete Anlageberatung im Rahmen dieses Kurses nicht erfolgen kann.

54010 Sa., 18.04.26, 10:00-17:00 Uhr

Halle, vhs im Bahnhof, Raum 1,

Bahnhofstr. 40

72,00 (36,00) €

Im Internet – sicher – bezahlen

Gerald Burkat

Dieser Kurs erläutert wichtige Zahlungsmethoden im Internet, klärt über Vor- und Nachteile auf und beschäftigt sich mit den Risiken. Lernen Sie PayPal u. a. kennen. Ist Online-Banking einfach und sicher? Fallbeispiele und praktische Tipps runden den Kurs ab.

54020 Do., 23.04.26, 18:00-21:15 Uhr

Borgholzhausen, Bürgerzentrum

Haus 2, R 22, Masch 4 c

25,00 (14,00) €



Künstliche Intelligenz im Fokus

Zukunft gestalten

Mit KI-Technologien zum Erfolg

(Fortsetzung der Programmreihe aus dem letzten Semester)

Künstliche Intelligenz verändert die Art wie wir leben, arbeiten, kommunizieren und gestalten. Die Themenabende der Vortragsreihe „Zukunft gestalten“ machen Sie mit den Möglichkeiten und Chancen von KI vertraut und weisen auf die Risiken und Probleme hin, die sich durch deren Einsatz ergeben.

Folgende Volkshochschulen in Ostwestfalen-Lippe bieten gemeinsam die Vortragsreihen an: vhs Gütersloh, vhs Löhne, vhs Ravensberg, vhs Reckenberg-Ems, vhs Verl – Harsewinkel – Schloß Holte-Stuckenbrock und die vhs vor Ort.

Zeitmanagement mit KI (online)

Peter Hoffmann

Organisation und Planung – zwei Bausteine für weniger Stress im Alltag und im Beruf. Der Themenabend Zeitmanagement mit KI stellt Ihnen KI-gestützte Tools vor, die Ihre Organisation und Planung erleichtern. Sie erfahren, wie Sie zum Beispiel Microsoft Teams, Loop, MeisterTask oder ClickUp nutzen, um Projekte und Aufgaben effizienter zu verwalten. Sie erfahren, wie Sie mit Microsoft OneNote und Outlook Ihr Zeitmanagement optimieren oder KI-Tools wie ChatGPT, CoPilot und Perplexity für die Bearbeitung Ihrer Aufgaben nutzen.

Bei uns können Sie sich für die Online-Teilnahme via Zoom anmelden. Wenn Sie vor Ort an dem Kurs teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte bei der vhs Löhne (05732-100-588). Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

55000



Online-Kurs

Di., 03.02.26, 18:00-19:30 Uhr

12,00 (8,00) €

Mediengestaltung mit KI (online)

KI (nicht nur) für Content Creator

Peter Hoffmann

Schnell und effizient Inhalte für Social Media, Marketing, private, schulische oder berufliche Projekte erstellen – eine Herausforderung, der sich viele heute im Alltag, in der Freizeit oder im Privatleben stellen müssen. Künstliche Intelligenz schafft neue Möglichkeiten, kreative Inhalte einfach und professionell zu gestalten. Auch ohne tiefgehende Designkenntnisse, ohne tiefgehende Kenntnisse in der Bild- oder Videobearbeitung ermöglichen es Tools wie Canva, Adobe Express, Firefly, DALL-E oder Revoicer attraktive Layouts, Präsentationen, Blogposts, Werbeflyer, Videos oder Podcasts zu erstellen. Der Themenabend Mediengestaltung mit KI zeigt Ihnen, wie Sie Bilder generieren, Videoclips produzieren oder professionelle Designs und Präsentationen gestalten. Bei uns können Sie sich für die Online-Teilnahme via Zoom anmelden. Wenn Sie vor Ort an dem Kurs teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte bei der vhs Schloß Holte-Stuckenbrock (05207-9174-0). Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

55010



Online-Kurs

Di., 03.03.26, 18:00-19:30 Uhr

12,00 (8,00) €



KI kritisch nutzen (online)

KI erkennen, bewerten und verantwortungsbewusst nutzen

Peter Hoffmann

Künstliche Intelligenz prägt zunehmend den Alltag – von automatisch erzeugten Texten und Bildern bis hin zu Deepfake-Videos. Was auf der einen Seite den Produktionsprozess vereinfacht und beschleunigt, ist auf der anderen Seite eine Herausforderung für die Bewertung von Informationen, die Unterscheidung zwischen echten und manipulierten Inhalten und die ethische Verantwortung im Umgang mit dieser Technologie. Der Themenabend KI kritisch nutzen, zeigt auf, wie sich KI-generierte Texte, Bilder oder Videos erkennen lassen und bietet Raum, zu diskutieren, wie wir verantwortungsvoll mit dieser Technologie umgehen.

Bei uns können Sie sich für die Online-Teilnahme via Zoom anmelden. Wenn Sie vor Ort an dem Kurs teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte bei der vhs Gütersloh (05241-822925). Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

55020  Online-Kurs

Di., 21.04.26, 18:00-19:30 Uhr

12,00 (8,00) €



TÖNSING
TV - HIFI - Haushaltsgeräte
Telefon 05201 3162
www.toensing.tv



Büroarbeit im Wandel

Echtzeitzusammenarbeit mit KI-Unterstützung (Fortsetzung der Programmreihe aus dem letzten Semester)


Die Arbeitswelt verändert sich rasant. Die Arbeit im Team, der Einsatz künstlicher Intelligenz und die Erstellung multimedialer Inhalte mit KI-Unterstützung sind längst keine Zukunftsmusik mehr, sondern gelebter Alltag. Die Themenabende der Vortragsreihe „Büroarbeit im Wandel“ stellen die Grundfunktionen der wichtigsten Office-Anwendungen (Microsoft Office 365) vor, setzen den Schwerpunkt aber auf neue Funktionen, auf die Möglichkeiten der Zusammenarbeit in Echtzeit und auf den Einsatz von KI.

MS Excel: Dynamische Analysen und interaktive Visualisierungen (online)

Peter Hoffmann

Excel bietet weit mehr als Tabellen: leistungsstarke Analyse- und Visualisierungsfunktionen, auch im Team in Echtzeit. Der Themenabend zeigt gemeinsame Bearbeitung, Versionsverlauf, dynamische Array-Formeln, Power Query und Power Pivot. Zudem lernen Sie Diagramme, Visualisierung und die mobile App für Arbeiten und Analysen unterwegs kennen.

Bei uns können Sie sich für die Online-Teilnahme via Zoom anmelden. Wenn Sie vor Ort an dem Kurs teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte bei der vhs Reckenberg-Ems (05242-9030-0). Die Zugangsdaten erhalten Sie dann zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.


55030  Online-Kurs
Di., 10.02.26, 18:00-19:30 Uhr
12,00 (8,00) €

MS Outlook: Effektive Kommunikation und Organisation (online)

Peter Hoffmann

Outlook unterstützt Kommunikation und Organisation im Arbeitsalltag. Der Themenabend zeigt, wie Sie mit Regeln, Kategorien und Suchordnern Ihren Posteingang effizient verwalten. Sie lernen Kalenderfunktionen für bessere Zusammenarbeit und Terminplanung kennen. Weitere Schwerpunkte sind die Integration mit Microsoft Teams sowie Tipps zur mobilen Outlook-App, mit der Sie E-Mails, Kalender und Kontakte jederzeit im Griff behalten.

Bei uns können Sie sich für die Online-Teilnahme via Zoom anmelden. Wenn Sie vor Ort an dem Kurs teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte bei der vhs Schloß Holte-Stuckenbrock (05207-9174-0). Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

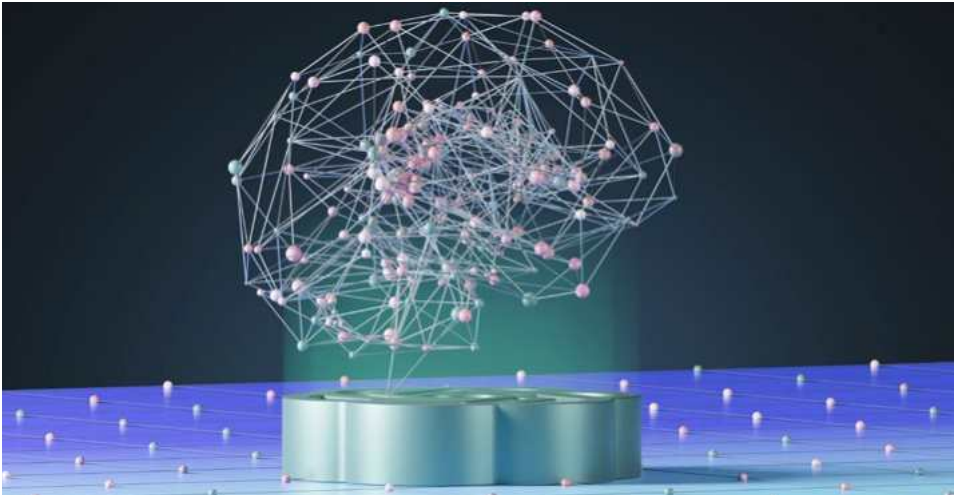
55040  Online-Kurs
Di., 10.03.26, 18:00-19:30 Uhr
12,00 (8,00) €

MS Teams: Die zentrale Plattform für Kommunikation und Zusammenarbeit

Hybrid-Kurs
Peter Hoffmann

Effiziente Teamarbeit, nahtlose Kommunikation und flexible Zusammenarbeit – Microsoft Teams und Loop sind zwei Werkzeuge, die dies ermöglichen. Der Teams-Themenabend stellt die Grundlagen von Teams und Loop vor. Sie erfahren, wie Sie Kanäle, Chats und Loop-Komponenten nutzen und wie Sie Office-Anwendungen nahtlos integrieren. Weiter richtet sich der Blick darauf, wie Sie Dateien effizient freigeben und gemeinsam bearbeiten, wie Sie Videokonferenzen professionell planen, durchführen und aufzeichnen. Letztlich werfen Sie einen Blick auf die mobile Teams-App, mit der Sie auch unterwegs problemlos kommunizieren und mit Ihrem Team zusammenarbeiten können.

Bei uns können Sie sich sowohl für die Online-, wie auch für die Präsenz-Teilnahme anmelden. In Präsenz findet der Vortrag in den Räumen der vhs Ravensberg in Halle statt. Die Zugangsdaten für die Online-Teilnahme erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.




55050 Di., 28.04.26, 18:00-19:30 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum, Kiskerstr. 2
12,00 (8,00) €

KI-Systeme im Alltag für sich nutzen (online)

Hartmut Nehme

1997 rückte KI ins öffentliche Interesse, als der Schachcomputer Deep Blue erstmals den Schachweltmeister Garry Kasparov schlug. Zunächst negativ wahrgenommen, etwa durch Datennutzung für Werbung, zeigen Sprachassistenten, ChatGPT oder DALL-E heute die Vorteile für Privatpersonen. Im Kurs lernen Sie praxisnah, wie Sie KI zur Text-, Bild- und Musikerstellung, für Übersetzungen, Gesundheit, Bildung, Spiele und eigene Projekte nutzen.


Die Zugangsdaten für die Online-Teilnahme erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

55155  Online-Kurs
Mo., 11.05.26, 18:30-21:00 Uhr
17,00 €

**Prompting – Die effektive
Kommunikation mit der KI** (online)
Hartmut Nehme

Der Kurs zeigt, wie präzise Prompts die Qualität von KI-Antworten deutlich steigern. Sie lernen Aufbau und Struktur wirksamer Prompts, Kommunikationstechniken für mehr Faktentreue sowie den Einsatz eigener Dokumente. Dabei behandeln wir Standard-Prompts, Templates, Bild- und Videoerstellung, Prompt-Kataloge und benutzerdefinierte GPTs.

Die Zugangsdaten für die Online-Teilnahme erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

55160  Online-Kurs
Mo., 08.06.26, 18:30-21:00 Uhr
17,00 €



Umwelt · Klima

Bewässerung im Garten

Ressourcenschonend und clever in Kooperation mit den Gemeindewerken Steinhagen

Nils Hasenbein

Im diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie ihren Garten effizient und ressourcenschonend versorgen. Vorgestellt werden smarte Bewässerungssysteme und pflanzenangepasste Methoden. Ziel ist es, Wasser zu sparen, Pflanzen gesund zu halten und nachhaltige Routinen für den Gartenalltag zu entwickeln – für ein grünes, vitales und umweltfreundliches Gartenparadies.

Einleitend stellen die Gemeindewerke Steinhagen die Ergebnisse der lokalen Wasserstudie vor.

56050 Do., 07.05.26, 17:30-19:30 Uhr
Steinhagen, Gemeindewerke, Foyer,
Westernkamp 12
gebührenfrei

Englische Gärten

Tanja Minardo

Englische Gärten stehen für beeindruckende Vielfalt – von den üppigen Staudenrabatten in Sissinghurst oder Great Dixter bis zu weitläufigen Landschaftsgärten mit Seen, alten Bäumen und historischen Bauten. Formale Sammler- und Kennergärten bilden oft atmosphärische Gartenzimmer mit farbenfrohen oder harmonisch abgestimmten Rabatten. Dieser Vortrag lädt zu einem inspirierenden Streifzug durch Südenlands schönste Anlagen ein.

56060 Fr., 24.04.26, 18:00-19:30 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise, Saal,
Kiskerstr. 2
5,00 (3,00) €

Anbieterwechsel – gewusst wie! in Kooperation mit der Beratungsstelle Güters- loh der Verbraucherzentrale NRW e.V.

Julian Lambracht

Verbraucher*innen können aus einer großen Auswahl an Strom- und Gasstarifen wählen. Die günstigsten neu abschließbaren Tarife sind aber immer noch teurer als vor der Energiekrise. Die regelmäßige Überprüfung des Energieliefervertrags hilft Haushalten, ihre Energiekosten zu senken. Der Vortrag gibt Tipps für die Onlinerecherche eines neuen Strom- und Gasanbieters und erklärt, welche Filtereinstellungen auf Vergleichsportalen hilfreich sind, welche Fristen und Laufzeiten bei Energielieferverträgen gelten und wie man den geeigneten Anbieter auswählt.

56080 Di., 03.03.26, 19:00-20:30 Uhr
Steinhagen, Heimathaus,
Dachgeschoss, Alte Kirchstr. 4
gebührenfrei

Zählerstand ablesen – Stromrechnung prüfen!

in Kooperation mit der Beratungsstelle Güters- loh der Verbraucherzentrale NRW e.V.

Julian Lambracht

Der Workshop zielt darauf ab, ein Verständnis für den eigenen Stromverbrauch und die Systematik des monatlichen Abschlags zu vermitteln. In praktischen Übungen erlernen die Teilnehmenden, Zählerstände zu vergleichen, den Stromverbrauch fürs ganze Jahr hochzurechnen und eine Stromrechnung auf Richtigkeit zu prüfen.

56090 Di., 10.03.26, 19:00-20:30 Uhr
Werther, Haus Werther, großer Saal,
Schloßstr. 36
gebührenfrei



Unsere Bioabfälle – aus der Biotonne zur wertvollen Komposterde

Exkursion zur Kompostierungsanlage in Gütersloh in Kooperation mit den Abfallberatungen der Nordkreiskommunen

Leon Buxel

Seit dem Jahr 1992 werden Bioabfälle im Kreis Gütersloh in einer separaten Biotonne gesammelt und im Kompostwerk in Gütersloh zu wertvollem Kompost verarbeitet. Im Jahr 2011 wurde die Anlage um eine Vergärungsstufe erweitert um den Bioabfall auch energetisch, in Form von Biogas, zu nutzen.

Die getrennte Erfassung von Bioabfällen ist ein wichtiger Bestandteil in der kommunalen Abfallentsorgung. Ziel war und ist es den Restabfall zu entlasten und zu minimieren. Leider hat sich in den letzten Jahren die Sortierqualität in den Biotonnen verschlechtert. Neben Plastiktüten finden sich Restabfälle, gefüllte Verpackungen und anderes in den Biotonnen. Grund genug niedrigere Grenzwerte festzulegen.

Bei dem Besuch des Kompostwerkes haben wir die Möglichkeit zu schauen, wie die gesammelten Bioabfälle weiterverarbeitet werden, welche Möglichkeiten es gibt, aber auch welche Probleme die Verarbeitung erschweren.

Mit dem Bus geht es zusammen nach Gütersloh. Nach einer kurzen Präsentation startet der geführte Rundgang (nicht barrierefrei!)

Einstiegsorte

Halle: alter ZOB und Steinhagen: ZOB/Mobilstation

Abfahrt: 14:15 Uhr in Halle, 14:30 Uhr in Steinhagen

Ankunft: 17:30 in Steinhagen, 17:45 Uhr in Halle

Die Führung findet von 15:00 - 17:00 Uhr statt. Eine eigene Anfahrt zum Kompostwerk Gütersloh ist ebenfalls möglich.

56110 Fr., 24.04.26, 14:15-17:45 Uhr
Gütersloh, Kompostwerk,
Am Stellbrink 25, 33334 Gütersloh
gebührenfrei





Kompostierung leicht gemacht in Kooperation mit der Abfallberatung der Stadt Borgholzhausen

Nils Hasenbein

Kompost ist ein natürlicher Dünger und verbessert die Bodenqualität. Aufgrund seiner vielseitigen positiven Wirkungen wird er besonders geschätzt: Er versorgt den Boden mit Nährstoffen, lockert ihn auf, steigert die Wasseraufnahme- und Speicherkapazität, erhöht die Fruchtbarkeit und belebt das Bodenleben. In diesem Kurs erfahren Sie, worauf es beim Anlegen und Pflegen eines eigenen Komposthaufens ankommt und Sie lernen, was man beim Anlegen und Unterhalten eines eigenen Komposts beachten muss.

Hinweis: Grundsätzlich besteht ein Anschluss- und Benutzungszwang für die Komposttonne, von dem man sich befreien lassen kann, sofern eine vollständige Eigenkompostierung im Garten durchgeführt wird. Das Kompostieren muss aber richtig durchgeführt werden, damit es den gewünschten Zweck, den die Befreiung von der Komposttonne bietet, auch erfüllt.

56115 Sa., 21.03.26, 10:00-12:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 22, Masch 4 c
gebührenfrei

Führung Großer Berg Künsebeck – Deponie mal anders

für Erwachsene und Jugendliche

Anne Fiedler

Rund um den Großen Berg in Halle-Künsebeck lassen sich 145 Millionen Jahre wie im Zeitraffer erleben. Während die Region in der Kreidezeit vom Meer bedeckt war, prägen heute der Kalksteinbruch und die ehemalige Deponie die Landschaft. Aber auch das ist nur eine Momentaufnahme. Im Rahmen einer Führung wird der Große Berg mit seinen Geheimnissen erkundet. Das Gelände ist mit Gehhilfen wie z.B. Rollatoren nicht zu befahren, da es unbefestigte Wege und Steigungen im Gelände gibt. Treffpunkt: Am Waagenhaus (Eingangsbereich Deponiegelände)

56120 Do., 16.04.26, 16:00-18:00 Uhr
Halle, Großer Berg Künsebeck,
Kalkstraße 8, 33790 Halle
gebührenfrei



Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:





Lass es wachsen

in Kooperation mit der BUND Kreisgruppe
Gütersloh

Anette Klee, Ingold Klee

Mit vielen Fotos und kurzen Videos eröffnet der Vortrag neue Blickwinkel darauf, was im eigenen Garten möglich ist. Anhand der Entwicklung ihres einst konventionellen Gartens zeigen Anette und Ingold Klee, wie in wenigen Jahren ein lebendiger Naturraum entstehen kann. Der Vortrag macht verständlich, welchen Reiz naturnahe Gärten ausmachen und wie der Wandel gelingt. Warmherzig und ohne Belehrung berichten die Klees von ihrer Hofstelle – beginnend mit einem Einblick in die Welt der Wildbienen.

56140 Mo., 09.03.26, 18:30-20:00 Uhr
Borgholzhausen, Kultur- und
Heimathaus, Deelee, Freistr. 25
gebührenfrei

Richtig gute Pflanzen für Insekten

in Kooperation mit dem Umwelt- und Klima-
schutzmanagement der Stadt Versmold

Elke Schwarzer

In dieser Lesung stellt Elke Schwarzer ihr Buch über insektenfreundliche Gärten vor. Erfahren Sie, wie Sie mit gezielter Pflanzenauswahl wertvolle Lebensräume für Wildbienen, Schmetterlinge und andere Blütenbesucher schaffen. Mit praktischen Tipps und einfachen Ideen zeigt die Autorin, wie jeder Garten zur Oase der Artenvielfalt werden kann. Lassen Sie sich inspirieren und holen Sie sich anschauliches Wissen direkt von der Expertin!

56150 Mi., 25.03.26, 19:00-20:30 Uhr
Versmold, Begegnungsstätte Kaven-
stroth, Deelee, Schützenstr. 2
gebührenfrei



Motorsägenlehrgang für Brennholzwerber, Jäger, Naturschützer

Modul A nach DGUV Information 214-059 (Grundlagen der Motorsägearbeit)

Thorsten Mühlenhof

Viele Waldbesitzer*innen verlangen aus Sicherheitsgründen einen Ausbildungsnachweis, bevor man sein Brennholz selber sägen darf. Der Lehrgang beginnt mit einem theoretischen Teil am 12.03.2026 in den Räumen der vhs in Halle. Der praktische Teil (14.03.2026) findet auf dem Bauhof der Stadt Halle, Brandheide 47, statt.

Alle Teilnehmenden erhalten ein offizielles Zertifikat des Landesverbands Lippe.

Motorsäge und Hauungswerkzeug werden vom Ausbildungsträger gestellt.

Der Lehrgang findet in Kooperation mit dem Landesverband Lippe, Forstmanagement statt.

Bitte mitbringen: Bitte bringen Sie zum praktischen Teil des Kurses eine vollständige persönliche Schutzausrüstung (Schutzhelm mit Gesicht- und Gehörschutz, Schnitenschutzhose, Schnitenschutzschuhe, normale Arbeitshandschuhe ohne Schnitenschutz und wenn möglich Arbeitsjacke mit Signalfarben (rot, orange, gelb) mit.

56200 Do., 12.03.26, 18:00-22:00 Uhr
Sa., 14.03.26, 08:00-16:00 Uhr
Halle, Volkshochschule,
Deele/Konferenzraum, Kickerstr. 2
113,00 €

Neue Heizung – Die Wärmepumpe im Altbau

in Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW e.V.

Sven Rauscher

Wärmepumpen spielen eine Schlüsselrolle bei der Dekarbonisierung des Gebäudebestandes. Im Neubau längst Standard, wird die Technik nun vermehrt auch bei der Heizungsmodernisierung eingesetzt. Allein im ersten Halbjahr 2025 wurden deutschlandweit mehr Wärmepumpen als Gasheizungen installiert, der Großteil in Bestandsgebäuden. Doch wie funktioniert die Technik, lohnt

sich ein Einbau und was ist bei der neuen Förderung zu beachten?

56210 Di., 17.03.26, 18:00-19:30 Uhr
Vermold, Begegnungsstätte Kavenstroth, Raum B1, Schützenstr. 2
gebührenfrei

Lautlose Jäger der Nacht

Fledermauswanderung im Stadtpark Vermold in Kooperation mit der Biologischen Station Gütersloh Bielefeld e.V.

Lena Brenstein

Kaum wahrzunehmen, jagen die kleinen, fliegenden Säuger in der Dunkelheit. In der Dämmerung räumen wir mit einigen ihrer hartnäckigen Mythen auf. Gemeinsam erkunden wir ihren nächtlichen Lebensraum und erfahren, wie sie jagen und sich orientieren. Bewappnet mit Detektoren machen wir ihre sonst verborgenen Rufe hörbar und erhalten einen klaren Blick auf diese faszinierenden Tiere.

56220 Fr., 28.08.26, 20:00-23:00 Uhr
Vermold, Stadtpark, Eingang
gebührenfrei



Kofinanziert von der Europäischen Union

Ministerium für Landwirtschaft und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen





„Lebensräume mit Zukunft“ – mitmachen lohnt sich!

Unsere Region steht vor großen Herausforderungen: Klimakrise, Artensterben, verlorene Lebensräume. Die von der EU-Kofinanzierte LEADER-Förderung setzt genau hier an und bietet Möglichkeiten für mehr Klimaresilienz und lebendige Natur. Lassen Sie Ihre Projekt-Idee für eine widerstandsfähige und artenreiche Natur fördern! Werden Sie Teil des Wandels! Gemeinsam formen wir eine vielfältige, zukunftsfähige Landschaft.

Weitere Infos finden Sie unter:

www.biostationgt-bi.de

Ansprechpartnerin: Lena Brenstein

Telefon: 0160 4230765

E-Mail: lena.brenstein@biostationgt-bi.de



Müllsammelaktion Borgholzhausen

Auch in diesem Jahr lädt die Stadt Borgholzhausen alle Bürgerinnen und Bürger herzlich zur gemeinsamen Müllsammelaktion ein. Abfallsäcke und Greifzangen erhalten Sie nach Vereinbarung im Rathaus bei Frau Moldenhauer. Zusätzlich werden die Materialien auch direkt vor Beginn der Sammelaktion am Schützenhaus ausgegeben. Für den gesammelten Abfall steht eine Mulde am Schützenplatz an der Ravensberger Straße bereit. Während der gesamten Müllsammelaktion ist ein Mitarbeiter der Stadt Borgholzhausen unter der Telefonnummer 0151 15807145 erreichbar. Im Anschluss an die Müllsammelaktion sind alle Mitwirkenden herzlich zu einem gemeinsamen Abschluss mit Getränken und einem kleinen Imbiss eingeladen. Dieser findet – je nach Wetterlage – am oder im Schützenhaus an der Ravensberger Straße 35 statt.

Anmeldungen können bis zum 11.03.2026 bei Navina Moldenhauer, Telefon: 05425 807 224 E-Mail: navina.moldenhauer@borgholzhausen.de eingereicht werden.

56520 Sa., 14.03.26, 09:00-12:00 Uhr
Borgholzhausen, Schützenhaus,
Ravensberger Str. 35
gebührenfrei

Müllsammelaktion Werther

Macht Werther frisch für den Frühling und seid dabei bei der Müllsammelaktion! Diese wird vom Umweltbüro organisiert, das auf viele engagierte Bürger*innen hofft, die mit Greifzange und Müllsack losziehen möchten. Treffpunkt ist der städtische Bauhof in der Blumenstraße 14, dort geht es um 9:30 Uhr los. Wenn ihr direkt von zuhause aus starten und den gesammelten Müll mitbringen möchtet, könnt ihr euch die Ausrüstung auch vorher im Umweltbüro im Rathaus ausleihen. Die Sammelbereiche sind über das gesamte Stadtgebiet verteilt und werden vorher festgelegt.

Gegen 12:00 Uhr gibt es für alle Müllsammler*innen noch ein gemeinsames Mittagessen am Bauhof.

Bei weiteren Fragen und für die Anmeldung könnt ihr euch im Umweltbüro unter der 05203 70565 oder simone.marquardt@stadt-werther.de melden.

56530 Sa., 14.03.26, 09:30-12:00 Uhr
Werther, Städtische Bauhof,
Blumenstraße 14
gebührenfrei



Müllsammelaktion Steinhagen

Seit vielen Jahren beteiligen sich engagierte Menschen, Groß und Klein, an der jedes Frühjahr stattfindenden Müllsammelaktion in Steinhagen. Ausgestattet mit Müllzangen und Müllsäcken gehen sie los und sammeln im Ort, in den Ortsteilen und in der Landschaft den fortgeworfenen Müll zusammen. Bei einem gemeinsamen Mittagessen am Bauhof kommen die Sammlerinnen und Sammler im Anschluss zusammen, um sich zu treffen und auszutauschen. Für die jungen und kleinen Müllsammler gibt es als Dankeschön ein Eisgutschein.

Offizielle Startzeit und Ort: 9:00 Uhr am Bauhof, Westernkamp 12.

Ausgangsort und Startzeit kann jedoch auch flexibel angepasst werden.

Anmeldung bei der Abfallberatung der Gemeinde Steinhagen:

Telefon 05204 997-117, per Email: anke.ulonska@steinhagen.de oder über das Bürgerportal Steinhagen.

56540 Sa., 14.03.26, 09:00-12:00 Uhr
Steinhagen, Bauhof
gebührenfrei

Steinhagener Umweltmarkt

Gemeinsam sind wir Klimaschutz

Bereits zum 19. Mal findet der Steinhagener Umweltmarkt statt. Bürgerinnen und Bürger haben wieder die Gelegenheit sich rund um den Kirchplatz über den Klimaschutz in Steinhagen, zahlreiche neue Projekte und Initiativen zu informieren. Vereine, Verbände, Schulen und regionale Produzenten bieten die Möglichkeit ihre Produkte kennen zu lernen und sich über Artenschutz, Gartengestaltung, Mobilität, Energie und viele weitere Umwelt- und Klimaschutzthemen auszutauschen. Auch Spiel, Spaß und Unterhaltung kommen nicht zu kurz!

56550 So., 14.06.26, 11:00-17:00 Uhr
Steinhagen, rund um den Kirchplatz
gebührenfrei



Volkshochschule Ravensberg
Borgholzhausen | Halle (Westf.)
Steinhagen | Vermold | Werther

Gut zu wissen...



Besuchte 2018
den Kurs „Fit im Alter“



Die Volkshochschule
**Vielleicht der
Beginn von etwas
ganz Großem.**

Sechzig ist das neue Zwanzig. Mit Sport hältst du dich fit, jung und gesund – bis ins hohe Alter. Surfe jetzt durch unser vielfältiges Kursangebot.





Zukunft bilden!

Junge vhs

INHALT

ANGEBOTE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Schwimmen, Selbstverteidigung	218
Kreativkurse, Pfannkuchen-Kochkurs	220
PC-Führerschein, Tastschreiben	222
Vokabeln lernen, Stop Motion Animation	223
Lesung „Mein Lotta-Leben“, Reiter-Schnuppertag	224

ANGEBOTE FÜR FAMILIEN

Fledermäuse, Alpakas, Honigbienen	225
Blasrohrschießen und Lichtzielschießen	226
Lesespaß	227
Ausflug zur Dr. Oetker Welt, Sternwarte	228

ANGEBOTE FÜR ELTERN UND ERZIEHER*INNEN

Wie Kinderfüße gesund wachsen	229
Händigkeitsberatung	230
Workshop-Reihe für Mütter	230
Medien im Familienalltag	231



Angebote für Kinder und Jugendliche

Schwimmkurs für Anfänger*innen

ab 5 Jahren

Marceline Daukant

Ihr Kind baut zunächst Vertrauen zum Element Wasser und zur Dozentin auf. Nach der Wassergewöhnung werden spielerisch erste Grundlagen des Schwimmens vermittelt. In einer kleinen Gruppe (5 Kinder) werden Brustschwimmbewegung, der Sprung vom Beckenrand, das Abtauchen in schulertiefes Wasser und das Herausheben eines Tauchrings geübt – ganz ohne Leistungsdruck. Ihr Kind sollte aus eigener Motivation schwimmen lernen wollen.

Bitte 15 Minuten vor Kursbeginn im Eingangsbereich der Schwimmhalle sein. Dort werden Sie von der Dozentin in Empfang genommen und können Ihren Kindern ggf. noch beim Umziehen in der Umkleide behilflich sein.

Bitte mitbringen: Badesachen, Handtuch, Duschgel, Haargummi oder Badekappe (bei langen Haaren), Badeschlappen

60000 Fr., 06.02.26 - 20.03.26,
7 Termine, 13:30-14:15 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
45,00 €



60010 Fr., 06.02.26 - 20.03.26,
7 Termine, 15:00-15:45 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
45,00 €

60020 Fr., 24.04.26 - Fr., 03.07.26,
8 Termine, 13:30-14:15 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
51,00 €

Schwimmkurs für Fortgeschrittene ab 5 Jahren

Marceline Daukant

Nach der ersten Wassergewöhnung werden geübte Techniken weiter vertieft – alles ohne Leistungsdruck und in einer kleinen Gruppe von 5 Kindern. Bitte kommen Sie jeweils 15 Minuten vor Kursbeginn in den Eingangsbereich der Schwimmhalle. Dort werden Sie von der Dozentin in Empfang genommen und können Ihren Kindern ggf. noch beim Umziehen in der Umkleide behilflich sein.

Bitte mitbringen: Badesachen, Handtuch, Duschgel, Haargummi oder Badekappe (bei langen Haaren), Badeschlappen

60100 Fr., 06.02.26 - 20.03.26,
7 Termine, 14:15-15:00 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
45,00 €

60110 Fr., 06.02.26 - 20.03.26,
7 Termine, 15:45-16:30 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
45,00 €

60120 Fr., 24.04.26 - Fr., 03.07.26,
8 Termine, 14:15-15:00 Uhr
Halle, Bernsteinschule, Schwimmhalle,
Bredenstr. 3
51,00 €



Feministische Selbstverteidigung für Rebellinnen Girls (6–11 Jahre)

Du musst nicht stärker sein – Du musst wissen, was Du tust

Sarah Dannhäuser

Du eroberst die Welt – wild, neugierig, voller Funken. Und hier bekommst du den Raum, den du dafür brauchst: laufen, brüllen, Grenzen setzen, Power spüren. Ist doch egal, wenn jemand meint, Mädchen müssten „lieb“ sein. Im Training aktivierst du genau das, was in dir steckt: Körpergefühl, Mut, Klarheit, Lautstärke. Wir arbeiten mit echten Alltagssituationen und du probierst aus, wie es sich anfühlt, wenn du dich groß machst, reagierst und in deiner Kraft landest – sicher, spielerisch, frei. Plötzlich ist da dieses Gefühl: Ich kann das. Ich darf so sein. Ich bin stark.

Hinweis für Eltern: Bitte 20 Minuten vor Kursende dazukommen. Ihr erhaltet wichtige Infos zum Thema Selbstschutz.

Bitte mitbringen: Sportklamotten, einen Pulli und etwas zu trinken

60300 Fr., 20.03.26, 15:00-18:00 Uhr
Halle, Coaching und Selbstverteidigung
DIE Rebellin Sarah Dannhäuser,
Lange Straße 19
45,00 €

Feministische Selbstverteidigung für Rebellinnen Teens (12–17 Jahre)

Du musst nicht stärker sein – Du musst wissen, was Du tust

Sarah Dannhäuser

Dunkle Wege. Feiern gehen. Grenzüberschreitungen. Dieses komische Gefühl, wenn jemand zu nah kommt. Oder wenn du spürst: Hier stimmt was nicht. Hier bekommst du Raum, laut zu werden, zu reagieren und deinen Körper so klar zu erleben, dass du innerlich wie äußerlich Haltung bekommst. Kein Rumgetue, kein Erklären – machen. Im Training üben wir echte Situationen aus dem Teen-Alltag: blöde Sprüche, unangenehme Nähe, Druck und Gruppendynamik. Du erlebst, wie sich Durchsetzung anfühlt: laut, klar, entschieden und ganz du selbst. Lass dir nichts einreden von Leuten, die denken, du dürftest „nicht so auffällig“ sein: Deine Sicherheit geht vor. Immer.

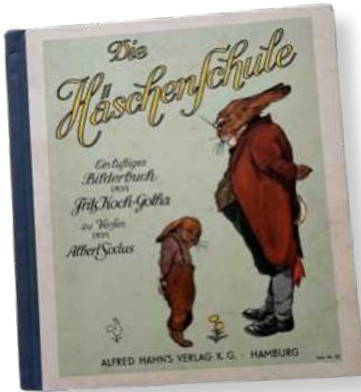
Hinweis für Eltern: Bitte 20 Minuten vor Kursende dazukommen. Ihr erhaltet kurze, praktische Tipps zum Selbstschutz eures Teens.

Bitte mitbringen: Sportklamotten, einen Pulli und etwas zu trinken

60350 Sa., 25.04.26, 15:30-18:30 Uhr
Halle, Coaching und Selbstverteidigung
DIE Rebellin Sarah Dannhäuser,
Lange Straße 19
45,00 €

Nähere Informationen zu unserem Programm finden Sie hier:





Osterwerkstatt „Die Häschenschule“

für Kinder ab 6 Jahren

Klaudia Defort-Meya

Der 1924 erschienene Kinderbuchklassiker „Die Häschenschule“ ist Inspiration für unsere Häschenschule, die zwar nicht mitten im Wald, sondern im Werkraum der Grundschule Werther stattfindet, aber dennoch die Kinder in eine andere Zeit eintauchen lässt. Die Kinder spielen einzelne Szenen der Geschichte nach, zeichnen in kleine Hasenschulhefte, bemalen und verzieren Ostereier, gestalten Hasenbilder und lernen andere wichtige Dinge, die Osterhasen wissen und können müssen! Die Materialien sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Malkittel und ein Getränk

61000 Di., 17.03.26, 15:00-18:00 Uhr
Halle, Lindenschule (Grundschule),
Werkraum, Bismarckstr. 8
23,00 €



Hase, Eule, Fuchs und Reh: Die Tiermalschule für Kinder ab 6 Jahren

Klaudia Defort-Meya

Kinder lieben Tiere! In der Tiermalschule dreht sich alles um Tiere: Tiergeschichten und -märchen werden vorgelesen, Tierbilder berühmter Maler wie Franz Marc und Pablo Picasso gezeigt und besprochen. Dazu werden die Kinder zunächst mit Kreide Skizzen in ein selbstgemachtes Tierheft zeichnen und anschließend mit Acrylfarben auf Holzplatten ihre Lieblingstiere malen. Die Materialien sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Malkittel und ein Getränk

61010 Di., 21.04.26, 15:00-18:00 Uhr
Halle, Lindenschule (Grundschule),
Werkraum, Bismarckstr. 8
23,00 €





Stein für Stein

**Mosaik-Workshop für Kinder ab 8 Jahren
in Zusammenarbeit mit dem Museum Peter
August Böckstiegel**

Maria Ferreira-Obenhaus

In diesem Workshop tauchen wir in die bunte Welt der Mosaik ein! Aus vielen kleinen Glassteinchen entsteht Stück für Stück dein eigenes Kunstwerk. Du lernst, Formen und Farben zu kombinieren, bis aus vielen Teilen ein großes Ganzes wird. Dabei entdecken wir, wie Peter August Böckstiegel seine Mosaik geschaffen hat, die noch heute im Künstlerhaus Werther-Arrode zu sehen sind. Vorkenntnisse sind nicht nötig – nur Lust am Gestalten!

Bitte mitbringen: ggf. Snack und Getränk

61050 So., 05.07.26, 14:30-17:30 Uhr
Werther, Museum Peter August
Böckstiegel, Schloßstr. 109/111
23,00 €

Gieß dich glücklich!

**Formengießen mit Keramikpulver
für Jugendliche ab 13 Jahren**

Michelle Schulte

In diesem Kurs arbeitet ihr mit dem angesagten Relief-Gießpulver, das geruchlos, ungiftig und einfach zu verarbeiten ist. Nach einer kurzen Einführung stellt die Dozentin verschiedene Formen bereit, aus denen ihr Dekorationselemente gießt. Nach einer kurzen Trockenzeit wird ausgeformt und ihr erhaltet viele Gestaltungsideen. So könnt ihr z.B. vor dem Gießen das Pulver einfärben, Glitzerpulver einarbeiten, im Anschluss Stempel verwenden, das fertige Deko-Element anmalen etc. Ihr nehmt eure Ergebnisse direkt mit nach Hause. Der Kurs fördert Kreativität und ist ein guter Einstieg in die Gießarbeit! Materialkosten sind inklusive.



Bitte mitbringen: Schürze/Kittel oder schmutzempfindliche Kleidung und einen kleinen Karton für den Transport

61080 Mo., 09.03.26, 17:30-20:00 Uhr
Mo., 16.03.26, 17:30-20:00 Uhr
Mo., 23.03.26, 17:30-20:00 Uhr
Halle, vhs im Bahnhof, Raum 1,
Bahnhofstr. 40
58,00 €

**Treffpunkt Küche: Pfannkuchen-Allerlei
Kochen für Teens ab 11 Jahren**

Kerstin Leimkühler

Pfannkuchen, wer mag sie nicht? Süß oder pikant, klein oder groß, dick oder dünn, belegt oder gefüllt – es gibt viele Varianten. Sie sind lecker als Mittag- oder Abendessen oder auch kalt als Snack für die Pause. Einige davon lassen wir uns heute schmecken!

Bitte mitbringen: Geschirrtücher, Restbehälter, gute Laune!

62010 Do., 19.03.26, 17:00-20:00 Uhr
Vermold, CJD Sekundarschule, Küche,
Schulstr. 14
29,00 €





PC-Führerschein für Kinder von 8-13 Jahren

Brigitte Fedeler

Der Einsatz neuer Medien in der Schule ist nicht mehr wegzudenken. In diesem Kurs werden Ihre Kinder bestmöglich auf das Lernen und Arbeiten am Computer vorbereitet. So können sie sicher und selbstständig durch die digitale Welt navigieren. Im Fokus steht die Einführung in die Welt des Arbeitens am PC. Folgende Inhalte werden im Kurs vermittelt:

- Kennenlernen von Windows oder iOS
- Korrektes Speichern, Wiederfinden & Öffnen von Dateien
- Tabellen erstellen und Bilder einfügen
- Kinder-Suchmaschinen kennenlernen

Am Ende des Kurses bekommt jedes Kind den „PC-Führerschein“ ausgehändigt.

Bitte mitbringen: Laptop mit Windows Betriebssystem (mind. Word/Excel-Version 2010) und Netzteil, ggf. externe Tastatur und Maus, USB-Stick, Schreibmaterial (Stift), evtl. ein Getränk

63010 Di., 30.06.26, 17:00-19:00 Uhr
Di., 07.07.26, 17:00-19:00 Uhr
Steinhagen, Alte Feuerwehr
Amshausen, Gruppenraum 1. OG,
Tiergarten 44
27,00 €

Tastatschreiben mit dem eigenen Laptop für Kinder ab 10 Jahren

Nils Erpenbeck

In diesem Kurs lernen Kinder das 10-Finger-Blindschreiben, um schnell und effizient Hausaufgaben, E-Mails und anderes zu tippen. Dank moderner Trainingsmethoden wird dies mit viel Spaß und wenig Zeitaufwand vermittelt. Das Lehrbuch ist in der Gebühr enthalten. Bitte stellen Sie sicher, dass Ihr Kind die Zugangsdaten für den Laptop bereit hat sowie ein Textprogramm öffnen kann.

Bitte mitbringen: eigenen Laptop mit Netzteil, möglichst externe, zusätzliche Tastatur, evtl. Snack und Getränk

63030 Sa., 18.04.26, 10:00-13:00 Uhr
So., 19.04.26, 10:00-13:00 Uhr
Halle, Volkshochschule, Deelee/
Konferenzraum, Kiskerstr. 2
53,00 €






Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt für Schüler*innen (online)

Helmut Lange

Wer möchte nicht im Sekundentakt und mit Spaß Vokabeln lernen können? Die Schlüsselwortmethode hilft dabei, Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zigfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Bestsellerautor und Dipl.-Pädagoge Helmut Lange zeigt in seinem Webinar effektive Lernstrategien und verrät seine besten Vokabel-Lerntricks – für schnelle, nachhaltige Erfolge.

Die Zugangsdaten erhalten Sie zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

63040  Online-Kurs
Di., 14.04.26, 16:00-18:00 Uhr
23,00 €

Stop Motion Animation für Kinder ab 8 Jahren

Elsa Dorlian

Stop Motion baut auf verschiedenen Kunstformen wie Basteln, Malen und Fotografieren auf, um eine Idee in einen Kurzfilm umzuwandeln. Objekte werden animiert und zum Leben erweckt, indem sie Bild für Bild in ihrer Position verändert werden. Es entstehen flüssige Animationen, die sich am Ende zu Filmen oder Videos zusammenschneiden lassen.

In diesem Workshop werden wir zusammen:

- kleine Geschichten entwickeln
- Storyboards zeichnen
- Figuren basteln
- fotografieren
- Videos mit Musik und Ton bearbeiten.

Zum Abschluss gibt es eine kleine Aufführung für die Eltern, in der die Kinder ihre Kurzfilme präsentieren können.

Bitte mitbringen: Getränk, Snack für die Mittagspause, Schere und Kleber

63100 Sa., 25.04.26, 10:00-14:30 Uhr
Halle, Bürgerzentrum Remise, Saal,
Kiskerstr. 2
30,00 €



„Mein Lotta-Leben – Muh mir das Lied von der Kuh“

Lesung mit Alice Pantermüller
für Kinder ab 8 Jahren

in der Gemeindebibliothek Steinhagen

Die bekannte Autorin Alice Pantermüller liest aus dem neuesten Band ihrer Comic-Romanreihe „Mein Lotta-Leben – Muh mir das Lied von der Kuh“. Erlebe ein neues Abenteuer mit Lotta und den Wilden Kaninchen! Schneekatastrophe! Lotta ist mit ihrer Familie zu Hause eingeschneit. Besonders schlimm: ihre Spieluhr, die ständig Lieder von der Kuh dudelt. Zum Glück werden Lotta und ihre beste Freundin Cheyenne bald von einer wichtigen Aufgabe abgelenkt: Das Tierheim ist ohne Strom, ihr Lieblingshund Anton in Gefahr. Lotta muss ihn unbedingt retten. Sie hat auch schon einen Plan... denn diesmal müssen ihre Eltern einfach Ja sagen! Muh!

Alice Pantermüller, geboren 1968 in Flensburg, schuf die Reihe „Mein Lotta-Leben“ im Jahr 2012. Mittlerweile sind 21 Bände zusammengekommen – 2019 kam Lotta sogar in die deutschen Kinos.

Weitere Infos und unter: <https://steinhagen.bibliotheca-open.de/Veranstaltungen/Lesungen>
Anmeldung bei der Gemeindebibliothek Steinhagen: Tel. 05204 997160 oder per E-Mail an gemeindebibliothek@steinhagen.de

63200 Mi., 11.03.26, 16:00-17:00 Uhr
Steinhagen, Gemeindebibliothek,
Kirchplatz 26 a



Reiter-Schnuppertag auf dem Spiekerhof für Kinder im Alter von 5-8 Jahren

Britta Schröder

Ein wunderbarer Tag auf dem Spiekerhof für Kinder, die erste Erfahrungen auf dem Rücken von lieben Ponys erleben möchten. Ein Mittagessen und das Aufwärmen mit einem warmen Kakao am Kamin sind inklusive.

Bitte mitbringen: Einen Helm (Fahrradhelm ist ausreichend) und warme Kleidung

63300 So., 22.02.26, 11:00-15:30 Uhr
Borgholzhausen, Spiekerhof,
Wichlinghausen 11
58,00 €



Angebote für Familien

Fledermäuse – heimliche Nachtschwärmer auf der Burg Ravensberg
Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Stiftung Burg Ravensberg für Eltern und Kinder
 Bodo Brinkmann

In Deutschland leben 24 bedrohte Fledermausarten – und der Mensch kann viel zu ihrem Schutz beitragen. Ein Einblick in ihren nächtlichen Lebensstil hilft, Verständnis und geeignete Maßnahmen für die „Kobolde der Nacht“ zu entwickeln. Nach einer Einführung und einer kurzen Geschichte von der Fledermaus, die nicht alle Taschen im Schrank hatte (aus dem Buch „Kopf hoch, Fledermaus!“ von Jeanne Willis & Tony Ross) geht es mit Fledermaus-Detektoren rund um die Burg Ravensberg.

Kinder zahlen die ermäßigte Gebühr. Die Veranstaltung findet auch bei Regen statt.

64000 Di., 25.08.26, 20:15-22:00 Uhr
 Borgholzhausen, Burg Ravensberg,
 vor Ravensberger Klassenzimmer
 6,00 (3,00) €



64005 Mi., 26.08.26, 20:15-22:00 Uhr
 Borgholzhausen, Burg Ravensberg,
 vor Ravensberger Klassenzimmer
 6,00 (3,00) €



64010 Do., 27.08.26, 20:15-22:00 Uhr
 Borgholzhausen, Burg Ravensberg,
 vor Ravensberger Klassenzimmer
 6,00 (3,00) €



64015 Fr., 28.08.26, 20:15-22:00 Uhr
 Borgholzhausen, Burg Ravensberg,
 vor Ravensberger Klassenzimmer
 6,00 (3,00) €



Alpaka-Walk für Groß und Klein

Burkhard Bruns

Wir wandern zum Naturschutzgebiet Hühnermoor in Marienfeld, dem einzigen Hochmoor im Kreis Gütersloh. Nach einer kurzen Einweisung startet der ca. 1½-stündige Alpaka-Walk über rund 4,8 km. Anschließend können gerne noch die Farm und Herde besichtigt werden.

Keine Mitnahme von Kinderwagen, Bollerwagen etc. möglich! Bei kleinen Kindern sollten ggf. zwei Erwachsene mitgehen.

Die Gebühr gilt für einen Erwachsenen und ein Kind (mit Alpaka). Jeder weitere Erwachsene zahlt 40,- € (mit Alpaka). Ein Erwachsener ohne Alpaka zahlt 21,- €.

Bitte mitbringen: Bitte unbedingt geländegängige Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung tragen.

64070 Sa., 18.04.26, 17:00-19:00 Uhr
 Harsewinkel, Auenland Alpakas,
 Bielefelderstr. 25
 46,00 €

64075 So., 14.06.26, 10:00-12:00 Uhr
 Harsewinkel, Auenland Alpakas,
 Bielefelderstr. 25
 46,00 €





Ei-Ei-Ei was summt denn da?

Honigbienen-Nachmittag für Kinder von 5-10 Jahren mit einer Begleitperson

Stefanie Krumkühler

Imkerei – ein süßes Hobby? Auf jeden Fall ein Hobby, über das man viel erzählen kann. Wir entdecken in ca. zwei Stunden gemeinsam die Besonderheiten der Honigbienen. Bringen sie nur Honig mit? Wie viele Bienen wohnen in so einer Beute eigentlich? Wie alt werden sie? Wohin fliegen Bienen, und warum haben sie manchmal so lustig gelbe Beine? An diesem Nachmittag gehen wir diesen und noch weiteren Fragen nach, um das Leben der Honigbienen näher kennen zu lernen! Kinder zahlen die ermäßigte Gebühr. Der genaue Veranstaltungsort in Vermold wird Ihnen nach der Anmeldung bekannt gegeben.

Bitte mitbringen: langärmelige Kleidung und geschlossene Schuhe, auch bei heißen Temperaturen (Schutz vor Bienen)

64080 Mi., 27.05.26, 15:30-17:30 Uhr
11,00 (9,00) €

64085 Do., 25.06.26, 15:30-17:30 Uhr
11,00 (9,00) €



Blasrohrschießen und Lichtzielschießen für Kinder ab 8 Jahren und Erwachsene bis ins hohe Alter

Franz-Josef Moschner

Blasrohrschießen und Lichtzielschießen sind spannende Trendsportarten für die ganze Familie! An 10 Abenden können Kinder ab 8 Jahren mit (Groß-)Eltern und Erwachsene bis ins hohe Alter diese einfach zu erlernenden Sportarten unter fachkundiger Anleitung trainieren.

Das Material wird vom Schützenverein Vermold gestellt. Für Kinder bzw. Schüler*innen und ermäßigungsberechtigte Erwachsene gilt die Kursgebühr in Höhe von 48,- €.

64150 Mi., 18.02.26 - 06.05.26,
10 Termine, 18:00-19:30 Uhr
Vermold, Schützenhalle, Schützenstr. 10
93,00 (48,00) €



Lesespaß – Vorlesen für Kinder (4-6 Jahre) in der Gemeindebibliothek Steinhagen

Was kann schöner sein, als in die spannende Welt der Bücher einzutauchen? Kinder von 4-6 Jahren und eine erwachsene Begleitperson sind herzlich eingeladen zur Geschichtenzeit am Montag-nachmittag. In ca. 45 Minuten wird vorgelesen, aber auch gebastelt, gesungen und gespielt. Die Vorlesestunden finden in Steinhagen und in der Zweigstelle Brockhagen in der Alten Dorfschule statt. Das Vorleseteam der Bibliothek und unser Lesehase Mampfred freuen sich auf euch! Das Angebot findet alle zwei Wochen (ab dem 12.01.2026) statt. Die Teilnahme ist kostenlos, aber begrenzt. Darum bitten wir um eine rechtzeitige Anmeldung bei der Gemeindebibliothek Steinhagen: telefonisch 05204/997160 oder per E-Mail an gemeindebibliothek@steinhagen.de

64400 Mo., 12.01.26 - Mo., 13.07.26,
13 Termine, 16:15-17:00 Uhr
Steinhagen, Gemeindebibliothek,
Kirchplatz 26 a

Vorlesezeit für Kinder in der Stadtbücherei Halle (Westf.)

Jeden Samstag um 11:00 Uhr ist Vorlesezeit in der Stadtbücherei Halle (Westf.). Die ehrenamtlichen Lesepatinnen und Lesepaten lesen Kindern ab 4 Jahren und ihrer Begleitung Bilderbuchgeschichten vor. Ohne Anmeldung! Eintritt frei!

64450 Sa., 10.01.26 – 18.07.26,
26 Termine, 11:00-12:00 Uhr
Halle, Stadtbücherei, Kiskerstr. 2



Gemeinsam erleben – Familien entdecken die Dr. Oetker Welt für Familien mit Kindern von 7-13 Jahren am Wochenende

Gemeinsam mit den Kindern erleben Sie eine unterhaltsame Führung durch die Dr. Oetker Welt, inklusive Pause am Puddingwunder mit frischer Leckerei. Es gibt spannende Aufgaben, ein Experiment sowie einen Riech- und Fühlparcours. Zum Abschluss erwartet Sie eine Kostprobe im Bistro. Anmeldungen sind bis zum 23.06.2026 möglich. Bei einer Abmeldung nach dieser Frist fällt die volle Kursgebühr an. (Der Anmeldeschlüssel seitens Dr. Oetker lautet: Möglichst 1 Erw. und 2 Kinder) Treffpunkt: um 09:20 Uhr, Dr. Oetker Welt, Pförtnerbüro, Lutterstraße 14, 33617 Bielefeld. Die Gebühr von 15,- € gilt für einen Erwachsenen mit Kindern (von 7-13 Jahren).

64500 Mi., 29.07.26, 09:30-12:15 Uhr
Bielefeld, Dr. Oetker Welt, Lutterstr. 14
15,00 €



Die Reise ins Universum Besuch der Sternwarte Ubbedissen für Eltern und Kinder von 8-12 Jahren Bente Tamara Kähler

Mit einer Sternhimmel-Simulation lernen wir die sichtbaren Objekte am aktuellen Nachthimmel kennen. Doch zunächst heißt es: Wie finden wir uns in dem Gewimmel von Sternen zurecht? Weiter geht es mit der Entstehung der Mondphasen, wann und wo es zu Finsternissen kommt, und was die Planeten in unserem Sonnensystem unterscheidet. Bei wolkenfreiem Himmel beobachten wir den echten Sternenhimmel mit dem Teleskop. Als weiteres Thema untersuchen wir, was die Raumfahrt alles schaffen muss, damit eines Tages Menschen zum Mars fliegen können.

64550 Do., 05.03.26, 18:00-20:30 Uhr
Bielefeld, Volkssternwarte Ubbedissen,
Wietkamp 5, 33699 Bielefeld
7,00 €



Angebote für Eltern und Erzieher*innen

Starke Schritte:

Wie Kinderfüße gesund wachsen

Vortrag

Yvonne Kordt

Unsere Füße tragen uns buchstäblich durch das ganze Leben. Wie können sich die Füße unserer Kinder von Anfang an gesund entwickeln? In meinem Vortrag spreche ich über die Ursachen von Fußfehlstellungen und was Socken, Schuhe und Einlagen dazu beitragen. Dabei geht es u.a. um die kindliche körperliche Entwicklung von Muskeln, Knochen und Gangphasen sowie die Bedeutung von Muskel Dysbalancen im Einzelnen. Natürlich gehört auch dazu, wie man Füße und Schuhe richtig messen kann und was die Vorteile von Minimalschuhen bzw. Barfußschuhen sind.



65000 Fr., 13.03.26, 19:00-20:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
9,00 €

65010 Di., 09.06.26, 10:00-11:30 Uhr
Steinhagen, vhs Gesundheits-Forum,
Kirchplatz 8
9,00 €



- Weiterbildungen „Wildnispädagogik I und II“
- Jahresseminar „Pflanzen Intensiv“
- Wochenendseminar „Wildnisbasis“
- Naturhandwerke: Bogenbau, Korbflechten, Feuersteinbearbeitung, uvm.
- Kindergruppe „Kinder der Wildnis“

 **Natur- und
Wildnisschule
Teutoburger Wald**

Mödsiek 42, 33790 Halle

www.natur-wildnisschule.de



Linke Hand? Rechte Hand?

Händigkeitsberatung

Marina Blume

In diesem Seminar mit einer Händigkeitsberaterin erfahren Sie:

- Warum es wichtig ist, die Händigkeit zu erkennen und zu leben
- Wieso noch immer viele Kinder ihre nicht dominante Hand zum Malen und Schreiben nutzen
- Welche Anzeichen auf eine unerkannte Linkshändigkeit hindeuten können
- Welche möglichen Folgen eine unerkannte oder umgeschulte Händigkeit haben kann – sowohl primär als auch sekundär
- Wie einer Fehlanpassung auf die nicht dominante Hand vorgebeugt werden kann
- Praktische Tipps und Literaturempfehlungen für Eltern, Tagesmütter und Erzieher*innen

65100 Do., 16.04.26, 17:30-20:30 Uhr
Borgholzhausen, Bürgerzentrum
Haus 2, R 22, Masch 4 c
18,00 €

Zwischen Job, Familie und Chaos: Mama sein ohne Dauerstress

Nina Lanfermann

Du jonglierst Familie, Beruf und Haushalt und hast das Gefühl, nie genug Zeit für dich zu haben? In diesem dreiteiligen Kurs schauen wir gemeinsam, wie du Stress erkennst, Grenzen setzt und deine eigenen Bedürfnisse wieder in den Blick bekommst. Mit praxisnahen Übungen, Reflexionen und leicht umsetzbaren Strategien lernst du Schritt für Schritt, den Alltag entspannter zu gestalten – für mehr Energie, Gelassenheit und ein gutes Gefühl im täglichen Familienleben.

65200 Mi., 18.02.26, 19:00-21:00 Uhr
Mi., 25.02.26, 19:00-21:00 Uhr
Mi., 04.03.26, 19:00-21:00 Uhr
Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
Alte Bielefelder Str. 14
50,00 €



**Raus aus dem Gedankenkarussell:
Mental Load Schritt für Schritt abbauen**

Nina Lanfermann

Kennst du dieses Gedankenkarussell, das nie stillsteht? Während alle anderen entspannt wirken, jonglierst du Termine, To-do-Listen und den gesamten Familienalltag. Genau darum geht es in diesem Kurs: Wir machen Mental Load sichtbar, teilen Verantwortung neu auf und entwickeln Strukturen, die dir den Kopf freimachen. Mit Übungen, Austausch und vielen praktischen Ideen findest du Schritt für Schritt zurück zu mehr Ruhe, Klarheit und Leichtigkeit im Alltag – für dich und für deine Familie.

- 65210** Mi., 11.03.26, 19:00-21:00 Uhr
- Mi., 18.03.26, 19:00-21:00 Uhr
- Mi., 25.03.26, 19:00-21:00 Uhr
- Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
 Alte Bielefelder Str. 14
 50,00 €

**Von Care-Arbeit zur Rente –
Klarheit für Mütter**

Nina Lanfermann

Teilzeit arbeiten, Kinder erziehen, Familienalltag organisieren – all das prägt die Erwerbsbiografie vieler Mütter. Doch was bedeutet das für die Rente? Warum sind Frauen heute stärker von Altersarmut bedroht, und was kann dagegen helfen? Der Kurs zeigt, welche Faktoren die Altersvorsorge von Müttern beeinflussen und wie Frauen aktiv werden können. Ziel ist es, finanzielle Sicherheit auch mit kleinem Einkommen aufzubauen und gut vorbereitet in die Zukunft zu blicken.

- 65220** Mi., 15.04.26, 19:00-21:00 Uhr
- Mi., 22.04.26, 19:00-21:00 Uhr
- Mi., 29.04.26, 19:00-21:00 Uhr
- Werther, Storck-Haus, Raum 1 und 1a,
 Alte Bielefelder Str. 14
 50,00 €

**Mit Medien groß werden – bewusst &
entspannt im Familienalltag!**

Tanja Omenzetter

Smartphones, Tablets & Co. sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken – aber wie viel Mediennutzung ist für kleine Kinder sinnvoll? Welche Auswirkungen hat sie auf ihre Entwicklung? Und wie können wir als Eltern Vorbilder sein? In diesem interaktiven Workshop erhalten Sie wertvolle Infos über den Medienkonsum von Kindern (0–6 Jahre), praktische Tipps für den bewussten Umgang mit digitalen Medien und kreative Alternativen für den Familienalltag. Für alle Eltern, die einen bewussten und entspannten Medienumgang in der Familie gestalten möchten!

- 65300** Mi., 06.05.26, 19:00-20:30 Uhr
- Werther, Ev. Kindertagesstätte,
 Im Viertel 1
 9,00 €

Nähere
Informationen zu
unserem Programm
finden Sie hier:



Mit unseren Diensten bieten wir ein vielfältiges und bedarfsorientiertes Angebot für die Menschen im Kirchenkreis Halle. So sind wir den Hilfesuchenden ein verlässlicher, vertrauensvoller, langfristiger Partner.

Beratungsdienste

**Familien- und Erziehungsberatung
Paar- und Lebensberatung
Schwangerschafts(konflikt)beratung**
Martin-Luther-Straße 9, 33790 Halle
Tel. 05201/184-70

Ambulante Erziehungshilfen
Wischkamp 15, 33790 Halle
Tel. 05201/1805976

Schuldner- und Insolvenzberatung
Martin-Luther-Straße 11, 33790 Halle
Tel. 05201/184-88

Kreisfamilienzentrum Steinhagen
Brockhagener Straße 20,
33803 Steinhagen
Tel. 05204/888213

Flüchtlingsberatung Steinhagen
Brockhagener Straße 20,
33803 Steinhagen
Tel. 05204/8808870

Flüchtlingsberatung Werther
Alte Bielefelder Straße 21, 33824 Werther
Tel. 0171/6747489

Freizeitdienst Senioren
Martin-Luther-Straße 11, 33790 Halle
Tel. 05201/184-27

Diakonie Geschäftsstelle
Martin-Luther-Straße 11, 33790 Halle
Tel. 05201/184-20

Ambulante Pflege + Betreuung

**Diakoniestation Borgholzhausen
+ Tagespflege „Am Hermannsweg“**
Wellingholzhäuser Straße 4
33829 Borgholzhausen
Tel. 05425/4100

**Diakoniestation Halle
+ Tagespflege „Am Wischkamp“
+ Tagespflege „Am Sandkamp“**
Bahnhofstraße 33a, 33790 Halle
Tel. 05201/9829

**Diakoniestation Steinhagen
+ Tagespflege im
„Friedrich-von-Bodelschwingh-Haus“**
Unteres Feld 6, 33803 Steinhagen
Tel. 05204/80426

**Diakoniestation Versmold
+ Tagespflege „Haus Dieckmann“
+ Tagespflege „Am Stadtpark“**
Ravensberger Straße 48, 33775 Versmold
Tel. 05423/930186

Diakoniestation Werther
Mühlenstraße 13, 33824 Werther
Tel. 05203/881106

Wohngemeinschaften bieten wir an in:
Bockhorst, Halle, Harsewinkel,
Steinhagen, Versmold

www.diakonie-halle.de

Spendenkonto

Kreissparkasse Halle-Wiedenbrück
IBAN DE96 4785 3520 0026 0471 42



Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung

Bitte melden Sie sich rechtzeitig vor Kursbeginn an. Ohne Vorliegen Ihrer Anmeldung können wir Ihre Teilnahme nicht gewährleisten. Wir bearbeiten Anmeldungen nach der Reihenfolge des Eingangs. Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und die Datenschutzerklärung der Volkshochschule Ravensberg an, d.h. die Anmeldung ist verbindlich. Sie können sich persönlich, telefonisch, online, schriftlich oder per E-Mail anmelden. Ihre persönliche Anmeldung ist in der Geschäftsstelle in Halle, Kiskerstr. 2, möglich. Ihre telefonische Anmeldung nehmen wir unter Tel. 05201/8109-0 entgegen. Für eine schriftliche Anmeldung nutzen Sie bitte das Anmeldeformular im Programmheft. Ihre Anmeldungen per Fax senden Sie bitte an: 05201/8109-19, per E-Mail an: post@vhs-ravensberg.de. Die Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats für den Einzug der Gebühren ist Voraussetzung für die Teilnahme an unseren Veranstaltungen. Ausgenommen sind Veranstaltungen mit Abendkasse. Halten Sie bitte bei telefonischer Anmeldung die jeweilige Kursnummer und Ihre IBAN bereit.

Mehrfachanmeldungen

Bei Mehrfachanmeldungen ist grundsätzlich die anmeldende Person für alle angemeldeten Teilnehmer*innen zahlungspflichtig.

Anmeldebestätigung

Bei allen Anmeldearten erfolgt eine Anmeldebestätigung per E-Mail.

Bezahlung der Teilnahmegebühren

Die Zahlung der Gebühren erfolgt ausschließlich per Lastschrift jeweils zum 15. oder 30. des Monats nach Kursbeginn.

Bezahlung der Teilnahmegebühren per Rechnung

In Ausnahmefällen sind Zahlungen der Teilnahmegebühren per Rechnung möglich. Die Rechnung wird auf Wunsch elektronisch per E-Mail erstellt und versendet. Für den Versand der Rechnung in gedruckter Form fallen zusätzlich die anfallenden Portokosten an. Zahlungen von Auftragsmaßnahmen und Firmenschulungen erfolgen per Rechnung ohne Aufschlag. Die Zahlungsfrist bei Rechnung beträgt 14 Tage ab Rechnungsdatum.

Bankverbindungen vhs Ravensberg

KSK Halle-Wiedenbrück:

IBAN: DE52 4785 3520 0000 0570 75

BIC: WELADED1WD

VB Halle:

IBAN: DE94 4806 2051 0100 0109 00

BIC: GENODEM1H

Ermäßigung

Schüler*innen, Auszubildende, Studierende bis zur Vollendung des 30. Lebensjahres, Menschen mit Einschränkungen (und deren Begleitperson, wenn das Merkmal B eingetragen ist) sowie Bundesfreiwilligendienstleistende zahlen bei Vorlage eines entsprechenden Ausweises die in Klammern stehende Gebühr. Gleiches gilt für Personen, die zum Zeitpunkt der Anmeldung Empfänger*in von laufenden Leistungen nach dem SGB II (Bürgergeld), nach dem SGB XII (Sozialhilfe/Grundsicherung) und nach dem Asylbewerberleistungsgesetz sind. Nachweis ist der Leistungsbescheid. Für Stadtpassinhaber*innen, Personen mit Ehrenamtsausweis und Schutzengel gelten besondere Ermäßigungen.

Abmeldung, Rücktritt, Erstattung, zusätzliche Kosten

Sie können Ihre Anmeldung bis 14 Tage vor dem 1. Kurstag ohne Angabe von Gründen schriftlich (z.B. Brief, E-Mail) kostenfrei widerrufen. Nach dieser Frist erheben wir für die Abmeldung eine Verwaltungspauschale von 7,50 €.

Kochkurse: Ab dem 6. Werktag vor Kursbeginn fällt der Zutatenbeitrag in voller Höhe an.

Kreativkurse: Ab dem 6. Werktag vor Kursbeginn fallen die Materialgebühren in voller Höhe an.

Bei Abmeldungen ab dem 3. Werktag vor Kursbeginn ist die volle Kursgebühr zu entrichten. Der Samstag gilt als Werktag.

Teilnahme nach Veranstaltungsbeginn

Nach Absprache ist ein späterer Einstieg in eine Veranstaltung möglich. Ist dabei bereits die Hälfte der vorgesehenen Unterrichtsstunden erteilt, so ermäßigt sich das normale Teilnahmeentgelt um 50 %.

Teilnahmevoraussetzungen

Voraussetzung für die Durchführung einer Veranstaltung ist eine Mindestzahl von Teilnehmenden. Diese kann unter Berücksichtigung inhaltlicher und organisatorischer Gesichtspunkte unterschritten werden, wenn ein entsprechender Entgeltaufschlag gezahlt wird oder wenn in geeigneten Fällen die Kursdauer bei gleichbleibender Gebühr verkürzt wird. Spätestens am Tag des Kursbeginns stimmt die Kursleitung bzw. ein*e Mitarbeiter*in der Volkshochschule das Verfahren über Zuzahlung oder Verkürzung mit den Teilnehmenden ab. Eine rechtliche Verpflichtung hierzu besteht nicht. Die Volkshochschule behält sich vor, im Interesse des Lernerfolgs die Höchstzahl der Teilnehmenden an Veranstaltungen festzulegen. Die Teilnahme an Veranstaltungen kann von bestimmten Vorkenntnissen oder Voraussetzungen abhängig gemacht werden.

Teilnahmevoraussetzungen bei Online-Veranstaltungen

Sie benötigen eine stabile Internetverbindung, einen internetfähigen Computer/Laptop/Tablet/Smartphone mit Lautsprecher oder Kopfhörer, ggf. Kamera und Mikrofon. Die Zugangsdaten erhalten Sie in der Regel 2 Tage vor Kursbeginn.

Abweichungen von ausgeschriebenen Veranstaltungsdaten

Ausgefallene Unterrichtsstunden werden in Absprache mit den Teilnehmenden nachgeholt. Aus organisatorischen Gründen sind Termin- und Ortsänderungen möglich. Darüber werden die Teilnehmenden informiert. Die Volkshochschule behält sich vor, bei Notwendigkeit einen Wechsel der Kursleitung vorzunehmen.

Haftung bei auftretenden Schäden

Die Volkshochschule Ravensberg übernimmt grundsätzlich keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlust, Verspätungen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten. Sie übernimmt auch keine Haftung für Beschädigungen, Verlust oder Diebstahl an persönlichen Gegenständen, Kleidung und Unterrichtsmaterialien der Teilnehmenden. Die Teilnehmenden haften für die infolge ihres Verhaltens der Volkshochschule zugefügten Schäden.

Besondere Haftung (Kinderkurse/Junge vhs)

Die Volkshochschule übt eine Dienstaufsicht für Kinder/ Jugendliche, wie sie z.B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, nicht aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für das Bringen und Holen selbst zuständig. Für alle Teilnehmenden unter 18 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung sofort nachkommen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen dürfen. Die Volkshochschule behält sich vor, Kinder/Jugendliche bei gravierendem Fehlverhalten wie z.B. gruppenschädigendem Verhalten, Alkohol- oder Drogenmissbrauch vom weiteren Verlauf der Veranstaltung auszuschließen. Aus dem berechtigten Lehrgangsabbruch können keine Schadensersatzansprüche geltend gemacht werden. Die Pflicht zur Zahlung des vollen Teilnahmeentgeltes bleibt bestehen.

Menschen mit Beeinträchtigung

Wenn Sie für den Besuch einer Veranstaltung Hilfestellung benötigen, wenden Sie sich bitte rechtzeitig vor Beginn Ihrer Veranstaltung an uns.

Teilnahme

Unsere Lehrveranstaltungen dienen der Weiterbildung von Erwachsenen und Jugendlichen nach Beendigung ihrer ersten Bildungsphase. Teilnehmen kann, wer im Laufe des Semesters mindestens das 16. Lebensjahr vollendet. Von dieser Regelung ausgenommen sind unsere speziellen Kurse aus dem Fachbereich „Junge vhs“.

Datenschutz

Die bei der Anmeldung erhobenen Daten der Teilnehmenden werden elektronisch gespeichert und weiterverarbeitet. Die Verarbeitung erfolgt ausschließlich für Verwaltungs- und Abrechnungszwecke der Volkshochschule Ravensberg gemäß den Regelungen des Datenschutzgesetzes. Eine Übermittlung der Daten an Dritte erfolgt nicht. Durch ihre Anmeldung erklären die Teilnehmenden ihr Einverständnis zu dieser Verarbeitung ihrer persönlichen Daten. Weitere Informationen können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen.

Datenschutzerklärung der vhs Ravensberg

Hinweise gemäß Artikel 13

Wir, die Volkshochschule Ravensberg, haben uns dem Datenschutz verpflichtet und möchten deshalb an dieser Stelle unserer Hinweispflicht aus Artikel 13 DSGVO nachkommen und Sie informieren, was mit Ihren Daten passiert und welche Rechte Sie haben.

Verantwortlich für die Verarbeitung

Volkshochschule Ravensberg, Kiskerstr. 2,
33790 Halle (Westf.)
Tel.: 05201 8109 0, Fax: 05201 8109 19,
post@vhs-ravensberg.de

Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten

Gerald Burkat
Brockhagener Str. 84
33803 Steinhagen

Kontaktdaten des Datenschutzsachbearbeiters

Jan Rakelmann
Kiskerstr. 2
33790 Halle (Westf.)
jan.rakelmann@vhs-ravensberg.de
Tel: 05201 8109 30

Zweck der Verarbeitung

Wir verarbeiten die hier angegebenen Daten ausschließlich für Verwaltungs- und Abrechnungszwecke der Volkshochschule Ravensberg gemäß den Regelungen des Datenschutzgesetzes. Eine Übermittlung der Daten an Dritte erfolgt nicht. Bitte beachten Sie hierzu die Hinweise im folgenden Absatz. Durch Ihre Anmeldung erklären Sie Ihr Einverständnis zu dieser Verarbeitung Ihrer persönlichen Daten.

Weitergabe Ihrer Daten an Dritte

Die von Ihnen auf der Seite www.vhs-ravensberg.de unter Anmeldung eingegebenen oder die per Mail gesendeten Daten werden uns automatisch online oder per E-Mail geschickt und somit an unsere Online- bzw. E-Mail-Hoster weitergegeben, der unsere Homepage bzw. E-Mails provided. Es handelt sich hierbei um die Firma: Jochheim edv, Am Stadtgraben 10, 33829 Borgholzhausen, info@jochheim-edv.de.

Eine weitere Weitergabe Ihrer Daten erfolgt nicht. Weder an Dritte Parteien, noch an Drittländer oder internationale Organisationen.

Dauer der Speicherung

Wir speichern Ihre Daten nur für den Zeitraum der Zweckerfüllung. Sollte mit Ihrer Anfrage eine Angebots- oder Rechnungserstellung verbunden sein, speichern wir Ihre Daten gemäß den Regelungen der GoBD.

Ihre Rechte

Sie haben jederzeit folgende Rechte:

- Recht auf Widerspruch gem. Art. 21 DSGVO
- Recht auf Auskunft gem. Art. 15 DSGVO
- Recht auf Berichtigung gem. Art. 16 DSGVO
- Recht auf Löschung gem. Art. 17 DSGVO
- Recht auf Einschränkung der Verarbeitung gem. Art. 18 DSGVO
- Recht auf Datenübertragbarkeit gem. Art. 20 DSGVO
- Recht auf Beschwerde bei der Aufsichtsbehörde gem. Art. 77 DSGVO

Warum benötigen wir Ihre Daten?

Die Erhebung Ihrer Daten ist notwendig, um Ihre Anfrage bearbeiten zu können. Sie stellen uns diese freiwillig bereit. Eine Nichtbereitstellung hätte zur Folge, dass wir Ihre Anfrage nicht beantworten können.

Automatisierte Entscheidungsfindung und Profiling

Von uns werden keinerlei automatisierten Entscheidungsfindungen oder Profilings bei dieser Verarbeitung Ihrer Daten eingesetzt. Sollten Sie weitere Fragen haben, zögern Sie bitte nicht Kontakt mit uns aufzunehmen.

Organisatorisches | Impressum

Hausordnungen

Die Volkshochschule Ravensberg ist in den meisten von ihr genutzten Gebäuden Gast. Die jeweilige Hausordnung ist zu beachten. Wirtschaftliche Werbung in den Veranstaltungen der Volkshochschule ist nicht gestattet. Es besteht Rauch- und Alkoholverbot.

Werden Sie Dozent*in

Wir suchen regelmäßig freiberufliche und selbstständige Dozent*innen. Wenn Sie Ihr Wissen gerne an motivierte Kursteilnehmende weitergeben möchten, über Freude im Umgang mit Menschen sowie Kommunikationsgeschick verfügen, bewerben Sie sich gerne bei uns unter post@vhs-ravensberg.de oder über das Kontaktformular auf unserer Homepage.

Neue Angebote

Wenn Sie Interesse an Kursen haben, die bisher nicht von der vhs Ravensberg angeboten werden, rufen Sie uns bitte an oder schreiben Sie uns! Bei entsprechender Nachfrage richten wir gerne Ihren Wunschkurs ein.

Quellenhinweise Bilder

Eine Übersicht der Bildnachweise finden Sie auf den letzten Seiten.

Impressum

Die vhs Ravensberg ist Mitglied des Landesverbandes der Volkshochschulen von Nordrhein-Westfalen e. V.

Herausgeber: Volkshochschule Ravensberg

Verantwortlicher: Stefan Kuntze

Layout, Satz: Blue Werbeagentur GmbH, Löhne

Herstellung: mediaprint solutions GmbH, Eggertstraße 28, 33100 Paderborn

Gedruckt auf Papier aus nachhaltiger Forstwirtschaft



vhs



Volkshochschule Ravensberg
Borgholzhausen | Halle (Westf.)
Steinhagen | Versmold | Werther

Gut zu wissen... seit 1976

50

Verschenken Sie Bildung!

Gutscheine können über einen Wunschbetrag oder für einen bestimmten Kurs erstellt werden.

Wir beraten Sie gern!

Kiskerstr. 2 | 33790 Halle (Westf.) | Tel. 05201 8109-0

www.vhs-ravensberg.de



Bitte frankiert senden an:
Volkshochschule Ravensberg
Kiskerstraße 2
33790 Halle (Westf.)

Anmeldeformular vhs Ravensberg

Name, Vorname

Straße, Hausnr.

PLZ, Ort

Telefon- / Mobil-Nr

E-Mail

Geburtsdatum

weiblich männlich divers

Ermäßigungsgrund laut AGB's – **bitte Nachweis beifügen**

Die Verarbeitung der Daten erfolgt unter Beachtung der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO).

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Veranstaltung/-en an:

Veranstaltungsnummer | Titel | Gebühr

Mit meiner Unterschrift verpflichte ich mich zur Zahlung der Kursgebühr und akzeptiere die Teilnahmebedingungen, die Datenschutzerklärung und die Gebührenordnung der vhs Ravensberg. Die Abbuchung der Kursgebühr erfolgt am 15. oder 30. des Monats nach Kursbeginn. Widerrufsbelehrung: Mir ist bekannt, dass ich diesen Vertrag innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen schriftlich widerrufen kann (gemäß §§ 312f. BGB).

Datum/Unterschrift Teilnehmer*in (bei Minderjährigen Erziehungsberechtigte*r)

Nach Eingang Ihrer Anmeldung bekommen Sie eine Anmeldebestätigung von uns per E-Mail. Im Fall eines Kursausfalls oder einer Änderung werden wir Sie im Vorfeld per E-Mail informieren.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Zahlungsempfängerin vhs Ravensberg, die Zahlungen für von mir gebuchte Kurse von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Dieses SEPA-Lastschriftmandat ist nicht mehr gültig, wenn ich drei Jahre keinen Kurs besucht habe. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs Ravensberg auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.

HINWEIS: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name und Anschrift der Zahlungsempfängerin:

Volkshochschule Ravensberg
Kiskerstr. 2 | 33790 Halle (Westf.)
Gläubiger-Identifikationsnummer:
DE65ZZZ00000037987

Mandatsreferenz – bitte nicht ausfüllen, wird von der vhs vergeben

Name, Vorname

Straße, PLZ, Ort

Kreditinstitut

IBAN | BIC

Ort, Datum, Unterschrift Kontoinhaber*in

Bildnachweise

Kurs-Nr. © Copyright

FB 1

Führungen	5 Kommunen
10015	daniel-hug.com/Kobusch
10030	Madlein Krippendorf
10539	Stadt Werther
10545	Ben Knabe
10550	Sally Lisa Starken
11000	Universität Bielefeld
15001	Fotogruppe augenblick
Vorwort	L&M, Reiner Harscher
18003	Pascal Violo
18004	Sarah Ziegler
18005	Gereon Roemer / Martin Buschmann
18006	Olaf Schubert
18007	Reiner Harscher
19505	Dr. Wilhelm Döhrmann
19515	Dr. Wilhelm Döhrmann
19900	Lust auf Heimat vhs Ravensberg
19905	Andreas Bader
19915	Birte Brever Biologische Station Kreis Paderborn – Senne e.V

FB 2

Titelbild	DVV
20000	Alegria Exhibition
20020	Atelier NMO
22005	Stephanie Techtmann
22015	Else Leuthardt
22030	Sebastian Hamann
22035	Sebastian Hamann
22040	Sebastian Hamann
22090	Viola Richter-Jürgens
22100	Annette Gockel
22110	Annette Gockel
22120	Annette Gockel
22130	Annette Gockel
22140	Dorothea Wenzel
22150	Dorothea Wenzel
22160	Gitta Lochmüller
22170	Gitta Lochmüller
22210	Olaf Mahlstedt
23010	Michelle Schulte
24030	Petra Kuhn
24050	Petra Kuhn
24060	Judite Weitekamp
24070	Judite Weitekamp
24100	Anja Kosub
24500	Silke Storck-Schierenbeck
24510	KI generiert
25000	KI generiert
25010	Daina Lechthoff

Kurs-Nr.

© Copyright

25070	Tina Wannke
26000	Dennis Grass
26010	Tina Wannke
27001	sistergold GbR, Germany
27120	Daina Lechthoff
27150	KI generiert
27190	Martin Fetzter
28070	Wikimedia/Anolident
28150	Wikimedia/Knight_Gerry
28400	KI generiert
28440	Wikimedia/Jhayne
FB 3	
30103	LSB NRW Andrea Bowinkelmann
30145	Jürgen Hildebrand
30165	KI generiert
31028	Steve Windisch
31100	KI generiert
31235	DVV
31360	DVV
31480	Sarah Dannhäuser
31550	Wikimedia/Helisusa
31570	Rust Angelika
31600	Wikimedia/MelConfidentiel
32145	Wikimedia/Nenad Stojkovic
32285	vhs Ravensberg
32340	Wikimedia/TV Jahn-Rheine 1885 e.V.
32560	Elsmann Baerbel
32590	Wikimedia/BianHolland
32670	Ehepaar Schröder
37020	Kaffeewerft
37025	Kaffeewerft
37033	KI generiert
37070	vhs Ravensberg
37110	DVV
37510	Heidemarie Rabe
37540	Wikimedia/VinPrasad
37650	KI generiert
37680	KI generiert
37720	KI generiert
FB 4	
Titelbild	DVV 2023
41500	KI generiert
41555	Impuls/Stadt Halle (Westf.)
42100	Wikimedia/Chris
42400	Wikimedia/Rowland Scherman
42660	Britta Lechte
43010	Britta Lechte
45150	KI generiert
46040	Stephen Parsick
48300	Britta Lechte
48410	Lukas Gawor

Kurs-Nr.	© Copyright
FB 5	
Titelbild	DVV, Frank Schemmann
51015	Jennifer Biermann
52070	Wikimedia/Laboratoires Servier
52360	Wikimedia/Rainer Knäpper
55020	Wikimedia
55155	netucation.info
56110	Kompostwerk GT
56115	Wikimedia/Niwrat
56140	Anette und Ingold Klee
56220	Bernhard Walter
56550	Anke Ulonska
FB 6	
60000	Daina Lechthoff
60300	Sarah Dannhäuser
61000	Daina Lechthoff

Kurs-Nr.	© Copyright
61010	Franz Marc
61080	Sandra Ulrichs
63010	Sandra Ulrichs
63040	Elsa Dorlian
63300	Britta Schröder
64070	Annika Kröger
64080	Wikimedia
64150	Franz-Josef Moschner
64500	Dr. Oetker
64550	Sternwarte Ubbedissen
65000	Yvonne Kordt
65100	Marina Blume





Besuchte 2021 den
„DJ-Workshop for Beginners“

Die Volkshochschule

Vielleicht der Beginn von etwas ganz Großem.

Einfach besser aufgelegt sein. Und dabei
seinem eigenen Beat folgen. Klingt toll, oder?
Mix dir jetzt das Beste aus unseren Kursen.



**Weil es Wichtigeres
gibt als Geld.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Wir finden, die Welt braucht mehr Zuversicht. Deshalb unterstützen wir alle, die den Mut haben, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen. Anpacker und Frühaufsteher, die Familien oder Start-ups gründen, Hausbauer, Pläneschmieder – gemeinsam schauen wir nach vorn und sagen: Morgen kann kommen. Wir machen den Weg frei.



« SIECKENDIEK »



Bewegte Geschichte(n)

...mit vielen Glücksmomenten!

Für genau diesen Augenblick...



*Das Leben ist wie
ein Buch,
und wer nicht reist,
liest nur ein
wenig davon!*

Aurelius Augustinus (354 - 430)

*...reise ich mit
Sieckendiek!*



Reisen mit Herz!

Reisebüro & Omnibusverkehr

« SIECKENDIEK »

Fritz Sieckendiek GmbH & Co. KG

Versmold-Peckeloh

Tel. 0 54 23 94 14-30

www.sieckendiek.de