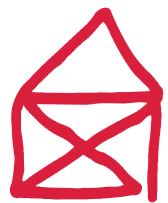


Wohntrends zum Kuscheln

Zeitlos natürlich schön



LEBENSART
LEBE IN DEINEN TRÄUMEN



2000 m² 2 Etagen
WohnSINN
Möbel Pollmann Warburg



Möbel- und Einrichtungshaus
Pollmann GmbH & Co. KG
Paderborner Tor 170, 34414
Warburg, Tel. 05641 76290
www.wohnsinn-pollmann.de
info@wohnsinn-pollmann.de

I D E E N F Ü R Z U H A U S E

vhs • Zweckverband
Diemel-Egge-Weser



VHS • Programm Frühjahr 2025 • Anmeldung ab 13.01.2025

Programm Frühjahr 2025

VHS • Programm Frühjahr 2025
Anmeldung ab 13.01.2025

www.vhs-dew.de





S-Versicherungs-
manager fühlt sich
an wie endlich
erledigt.

Einfach online mehr Überblick.

Bringen Sie Ihre Versicherungen in
Ordnung und auf den optimalen Stand mit
den genau passenden Tarifen.

**Am besten gleich beraten lassen:
sparkasse-pdh.de/versicherungsmanager**

PROVINZIAL

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Paderborn-Detmold
Höxter



WARBURGER
WALDQUELL

*Nachhaltig
erfrischend.*



warburgerwaldquell



warburger-waldquell.de

Programmverzeichnis

- Teilnahmebedingungen..... 2
- Datenschutzbestimmungen..... 4
- VHS Team..... 6
- Informationen zu Präventionskursen..... 7
- Qualitätsmanagement 8
- Anmeldeformular 9
- Deutsch als Fremdsprache..... 11
- Informationen zum Bildungsscheck..... 13



Politik, Gesellschaft und Umwelt



- Geschichte und Heimatgeschichte..... 16
- Recht und Finanzen..... 22
- Bildung für nachhaltige Entwicklung, Persönlichkeitsentwicklung..... 24
- Religion, Länderkunde..... 25
- Natur, Umwelt und Technik..... 26

Kultur und Gestalten



- Kultur..... 30
- Literatur und Theater..... 30
- VHS-KINO..... 41
- Tanzpraxis..... 43
- Kunst und Handwerk..... 45
- Foto- und Medienpraxis 59
- Musikpraxis 60

Gesundheit



- Sport und Spiel, Vorträge 64
- Entspannungskurse 65
- Bewegung und Fitness..... 75
- Selbstverteidigung 77
- Wasserkurse 78
- Gesundheitsvorsorge 81

Ernährung



- Vorträge/Betriebsbesichtigungen 85
- Kochkurse..... 85
- Tastings..... 92

Sprachen



- Deutsch..... 96
- Englisch..... 96
- Französisch..... 98
- Italienisch..... 98
- Niederländisch..... 99
- Polnisch..... 99
- Portugisisch..... 99
- Spanisch, Gebärdensprache..... 100

Arbeit und Beruf



- IT Grundlagen..... 103

Eltern und Familienbildung



- Vorträge..... 108
- Entspannungskurse..... 109
- Kochkurse..... 110
- Wassergewöhnung und Schwimmkurse..... 110
- Turnkurse..... 113

Online Seminare- E-Learning



- ChatGPT und Co..... 114
- vhs.wissen live..... 118
- vhs seminare-online..... 127
- Xpert Business..... 132

Teilnahmebedingungen

Die Volkshochschule ist eine öffentliche Einrichtung der Erwachsenen- und Weiterbildung. Teilnehmen kann, wer **mindestens 16 Jahre alt** ist. Ausnahmen gelten für besonders gekennzeichnete Kurse.

1.0 Entgelte

- 1.1. Die VHS erhebt Entgelte für ihre Leistungen. Ausnahmen sind besonders gekennzeichnet.
- 1.2. Eine Zahlungspflicht entsteht mit der Anmeldung.
- 1.3. Die Zahlungspflicht besteht auch uneingeschränkt, wenn die Teilnahme versäumt, die Veranstaltung nicht regelmäßig besucht oder der Besuch vorzeitig abgebrochen wird.
- 1.4. Die Zahlungspflicht entsteht auch ohne Anmeldung durch die Teilnahme an einer Veranstaltung oder Teilen davon.
- 1.5. Zusätzlich zu Entgelten für die Kursteilnahme können Kosten für Material, Verpflegung, Eintrittsgelder o.ä. anfallen, die in der Regel gesondert ausgewiesen sind.

2.0 Teilnahmeberechtigung und Anmeldung

- 2.1 Zur Teilnahme an Kursen berechtigt eine verbindliche Anmeldung.
- 2.2 Anmeldungen an die jeweilige VHS-Geschäftsstelle sind ausschließlich schriftlich durch das Anmeldeformular oder online über unsere Homepage möglich. Formlose Anmeldungen per Mail sowie telefonische Anmeldungen können nicht angenommen werden.
- 2.3 Plätze in Kursen werden in der Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen vergeben. Anmeldungen können nur berücksichtigt werden, soweit im gewünschten Kurs noch Plätze frei sind.

3.1 Teilnehmerbegrenzung und Mindestteilnehmerzahl

- 3.2. In teilnehmerbegrenzten Kursen wird die Anmeldung ungültig, wenn der Kurs schon ausgebucht ist. In diesem Fall erfolgt eine Benachrichtigung.
- 3.3. Eine unzureichende Zahl von Voranmeldungen kann dazu führen, dass der Kurs nicht stattfindet.

4.0 Anmeldebestätigung

- 4.1. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass in der Regel **keine Bestätigung** der Anmeldung durch die VHS erfolgt.
- 4.2. In allen Fällen gilt die Anmeldung als angenommen, sofern keine Absage durch die VHS erfolgt.

5.0 Zahlungsweise

- 5.1 Bargeldzahlungen sind nur bei Vorträgen möglich.
- 5.2 Die Zahlung der Kursgebühren erfolgt ausschließlich per Lastschrift nach Kursbeginn. Wird eine Lastschrift nicht ausgeführt, ohne dass die Volkshochschule die Gründe dafür zu vertreten hat, werden die Bankgebühren dem/der Teilnehmer*in in Rechnung gestellt.
- 5.3 Überweisungen sind nicht möglich.

6.0 Rücktritt und Abmeldung

- 6.1 Ein Rücktritt durch den Teilnehmer ist bis zehn Tage vor Kursbeginn schriftlich möglich. Die Rücktrittserklärung ist in der Geschäftsstelle abzugeben, in deren Bereich der Kurs stattfindet.
Ein späterer Rücktritt ist nur in begründeten Ausnahmefällen (Krankheit etc.) mit Nachweis möglich. Er ist ebenfalls ausschließlich an die Geschäftsstelle, in deren Bereich der Kurs stattfindet, einzureichen.

- 6.2 Findet eine Veranstaltung aus von der Volkshochschule zu vertretenden Gründen nicht, nur teilweise oder in einer gegenüber der Ankündigung wesentlich veränderten Form statt, werden die gezahlten Beträge erstattet. Weitere Ansprüche können nicht geltend gemacht werden. Der Wechsel eines/er Dozenten/in ist keine wesentliche Änderung.
- 6.3 Abmeldungen von einem laufenden Kurs sind nur in begründeten Fällen möglich. Abmeldungen werden nur durch die VHS-Geschäftsstellen bzw. die Stellenleiter (nicht durch die Dozenten!) entgegengenommen. Muss ein Teilnehmer aus triftigen Gründen (z.B. langfristige Erkrankung, Wegzug) die Teilnahme an einem Kurs, einem Lehrgang oder einem Seminar vorzeitig beenden, kann die Gebühr auf schriftlichen Antrag und Nachweis für die Zeiten der Nichtteilnahme, frühestens jedoch ab dem Zeitpunkt, an dem der Antrag der VHS-Geschäftsstelle eingeht, erlassen werden. Die Entscheidung trifft die VHS-Leitung.

7.0 Versicherungsschutz

- 7.1 Für die Teilnehmenden Dozierenden der Volkshochschule ist beim Versicherungsverband für Gemeinden und Gemeindeverbände in Köln eine Unfallversicherung abgeschlossen. Der direkte Weg von der Wohnung zu den Veranstaltungen der Volkshochschule und zurück ist in den Versicherungsschutz mit einbezogen, unabhängig davon, welche Beförderungsmittel benutzt werden. Mögliche Schadensfälle sind unverzüglich an die VHS-Geschäftsstelle zu melden.
- 7.2 Für anderweitige Schäden übernimmt die VHS keine Haftung.

8.0 Datenschutz

- 8.1 Die VHS behandelt persönliche Daten der Teilnehmer im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen. Die Daten werden vertraulich behandelt und ausschließlich zur Durchführung der Bildungsveranstaltung erhoben und verarbeitet. Nähere Informationen finden Sie unter den „Datenschutzbestimmungen“ (s. nächste Seite).

9.0 Semesterdauer - Feiertage

- 9.1 Die Kurse und Veranstaltungen im 1. Semester 2025 beginnen am **Montag, den 3. Februar 2025**. Ausgefallene Stunden werden nach Möglichkeit im Laufe des Semesters nachgeholt.

10.0 Ermäßigungen

- 10.1 Die ermäßigte Gebühr beträgt 50 % der Kursgebühr abzüglich eventueller Umlagen, Fahrt- und Sachkosten, Lehr- und Unterrichtsmittel.
- 10.2 Die ermäßigte Gebühr gilt für Schüler, Auszubildende, Studenten, Teilnehmer am Bundesfreiwilligendienst, Empfänger von Arbeitslosengeld II, Leistungsbezieher nach SGB XII und Menschen mit Behinderung (ab einem Behinderungsgrad von 70%).
- 10.3 Der Mindesterstattungsbetrag beträgt 10,00 € pro Kurs.
- 10.4 Die Gebührenermäßigung wird nur gewährt, wenn die Berechtigung hierfür bei der Anmeldung nachgewiesen wird. Eine Erstattung bei nachträglichem Nachweis erfolgt nicht.
- 10.5 Von dieser Ermäßigungsregelung sind Einzel- und Folgeveranstaltungen sowie eigens gekennzeichnete Veranstaltungen ausgeschlossen.
- 10.6 Umlagen, Fahrt- und Sachkosten, Lehr- und Lernmittel u.ä. sind in voller Höhe zu zahlen.

Hinweis

Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird im Text das generische Maskulinum verwendet. Gemeint sind jedoch immer alle Geschlechter.

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

VHS-Zweckverband Diemel-Egge-Weser, Rathaus Zwischen den Städten 9, 34414 Warburg (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortlicher im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Vorname, Name, Geburtsjahr, Straße, Haus-Nr., PLZ, Ort, E-Mail, IBAN) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind bzw. um bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN sowie Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschrift-Mandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, Ihre E-Mail-Adresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder G.a.s.t.-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüsse) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Zum Zwecke des Bankeinzugsverfahrens werden Name, Anschrift, Debitorennummer, Bankverbindung, Entgelt und Veranstaltungsnummer an die Stadtkasse der Hansestadt Warburg übermittelt. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, erfolgt das Mahn- und Vollstreckungsverfahren ebenfalls durch die Stadtkasse der Hansestadt Warburg.

4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent*in oder Kursteilnehmer*in zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet bzw. Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen **widersprechen** und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Ansprechpartners für Datenschutz lauten:

u.wille@vhs-dew.de, Tel.: 05273/392 126

Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde

Unbeschadet eines anderweitigen verwaltungsrechtlichen oder gerichtlichen Rechtsbehelfs steht Ihnen das Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde, insbesondere in dem Mitgliedstaat Ihres Aufenthaltsorts, Ihres Arbeitsplatzes oder des Ortes des mutmaßlichen Verstoßes, zu, wenn Sie der Ansicht sind, dass die Verarbeitung der Sie betreffenden personenbezogenen Daten gegen die DSGVO verstößt.

Kontaktdaten der Aufsichtsbehörde

Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit Nordrhein-Westfalen, Postfach 20 04 44, 40102 Düsseldorf

Hausanschrift: Kavalleriestr. 2-4, 40213 Düsseldorf

Tel.: 0211 38424-0, Fax-Nr.: 0211 38424-10

E-Mail: poststelle@ldi.nrw.de

Die Aufsichtsbehörde, bei der die Beschwerde eingereicht wurde, unterrichtet den Beschwerdeführer über den Stand und die Ergebnisse der Beschwerde einschließlich der Möglichkeit eines gerichtlichen Rechtsbehelfs nach Art. 78 DSGVO.

VHS-Zweckverband Diemel-Egge-Weser **Leitung und Geschäftsstellen:**

Vorsitzender der Verbandsversammlung:

Hubertus Grimm, Bürgermeister der Stadt Beverungen

Verbandsvorsteher:

Tobias Scherf, Bürgermeister der Hansestadt Warburg

Gesamtleitung:

Dr. Alexander Akel

Tel.: 05641 92-1710

Rathaus Zwischen den Städten 9

34414 Warburg

Stellvertretende Leitung und Geschäftsstellenleitung Beverungen:

Ulrich Wille

Tel.: 05273 392-126

Weserstr. 16

37688 Beverungen

Geschäftsführer:

Olaf Krane

Fachbereich Bildung, Kultur und Sport

Tel.: 05641 92-1414

Bahnhofstr. 28

34414 Warburg

Hauptgeschäftsstelle Warburg **sowie VHS-Nebenstellen Peckelsheim, Willebadessen**

Michaela Henze

Tel.: 05641 92-1711

Claudia Genau

Tel.: 05641 92-1712

Rathaus Zwischen den Städten 9

Fax: 05641 92-1901

34414 Warburg

E-Mail: warburg@vhs-dew.de

www.vhs-dew.de

Geschäftsstelle Beverungen:

Meike Freisenhausen

Tel.: 05273 392-125

Weserstr. 16

E-Mail: beverungen@vhs-dew.de

37688 Beverungen

www.vhs-dew.de

Nebenstelle Borgentreich:

Andzelika Kassan

Tel.: 05643 809-700

Orgelstadt Borgentreich

E-Mail: borgentreich@vhs-dew.de

Am Rathaus 13

34434 Borgentreich

Bankverbindung:

Kontoinhaber: VHS-Zweckverband Diemel-Egge-Weser

Kreditinstitut: Sparkasse Paderborn-Detmold-Höxter

IBAN: DE50 4765 0130 0025 0313 52

Information des VHS-Zweckverbandes „Diemel-Egge-Weser“ zu den Präventionskursen nach § 20 SGB V

Die Rahmenbedingungen, unter denen die Bescheinigung „Präventionskurse nach § 20 Abs. 1 SGB V“ erstellt werden können, haben sich verschärft. Für Kurse erfolgt eine Bezuschussung nur noch, wenn sie in eine Datenbank der Krankenkassen, der Zentralen Prüfstelle Prävention, eingestellt werden.

Aus den nachstehenden Gründen hat der VHS-Zweckverband „Diemel-Egge-Weser“ aktuell keine Kurse in dieser Datenbank gemeldet.

Qualifikation der Kursleitungen

Grundsätzlich verfügen alle Kursleitungen über sehr gute fachliche Qualifikationen für ihre Angebotsbereiche. Von den Krankenkassen wird allerdings zusätzlich eine medizinische oder pädagogische Grund-/Erstausbildung bzw. ein Studienabschluss verlangt. Somit scheidet viele Kurse aus der Zulassung aus, obwohl die Kursleitungen fachlich, methodisch und didaktisch sehr gut qualifiziert sind.

DIN ISO-Zertifizierung wird nicht berücksichtigt

Der hohe Qualitätsstandard der VHS, der durch regelmäßige Überprüfungen und ein umfangreiches Qualitätsmanagementsystem nach DIN ISO 9001 sichergestellt ist, wird von den Krankenkassen leider nicht berücksichtigt.

Kursinhalte, Stundenpläne und Dauer

Strikte, standardisierte Vorgaben der Stundenpläne, wie sie von der Prüfstelle gefordert werden, lassen sich oft nicht auf die reale Kurssituation anwenden. So werden weder unterschiedliche Gruppengrößen, Altersstrukturen und die Anzahl der Kurstermine berücksichtigt. Das Eingehen auf Teilnehmerbedürfnisse ist nicht mehr so gut möglich, wodurch wichtige Eigenschaften von VHS-Kursen wegfallen würden.

Datenschutz und juristische Risiken

Es ist datenschutzrechtlich aus unserer Sicht bedenklich, dass die Volkshochschule persönliche Daten der Dozenten an Dritte herausgibt oder in eine externe Datenbank einpflegt, was aber für diesen Prozess notwendig wäre. Da trotz sorgfältiger Prüfung bei Fehlern seitens des Kursanbieters Strafzahlungen drohen, können diese Risiken im Interesse der Volkshochschule nicht eingegangen werden.

Wir bedauern diese Situation sehr. Selbstverständlich bekommen Sie weiterhin eine VHS-interne Teilnahmebescheinigung und können versuchen, eine Bezuschussung von Ihrer Krankenkasse zu bekommen. Längst nicht alle Krankenkassen beteiligen sich an dem beschriebenen Verfahren.

Qualitätsmanagement



Seit 2009 haben wir ein Qualitätsmanagement-System (QMS) mit einer Zertifizierung nach DIN EN ISO 9001 für den allgemeinen Weiterbildungsbereich und AZAV (Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung) für Maßnahmen der beruflichen Weiterbildung installiert. Dafür wird eine ausführliche Organisations- und Leistungsuntersuchung durch die Certqua (Gesellschaft der Deutschen Wirtschaft zur Förderung und Zertifizierung von Qualitätssicherungssystemen in der Beruflichen Bildung mbH) vorgenommen. Die Zertifizierung erfolgt jeweils für drei bzw. fünf Jahre und wird jährlich überprüft.

Wir sehen das Qualitätsmanagement-System als Gelegenheit, unsere Arbeit systematisch zu reflektieren, um Ihnen als unseren Kunden in allen Belangen ein gutes Angebot zu machen. Die dabei verliehenen Zertifikate bestätigen unsere Bemühungen.

Im Februar 2024 wurde das 1. Überwachungsaudit nach DIN EN ISO 9001:2015 sowie das 1. Überwachungsaudit der Trägerzulassung nach AZAV erfolgreich durchgeführt.

Unser Qualitätsmanagement ist dokumentiert in einer Onlinedokumentation und in Verfahrens-anweisungen dazu.

Die QM-Dokumentation beschreibt Ziele und Prozesse unserer VHS. Auch das Leitbild ist Bestandteil des Handbuchs. Unser Leitbild und die Ziele unserer Arbeit ergeben sich aus Vorgaben wie z.B. des Weiterbildungsgesetzes (WbG) des Landes Nordrhein-Westfalen, den gewachsenen Strukturen innerhalb des VHS-Zweckverbandes sowie den Zielvorgaben von Verbandsvorsteher, Zweckverbandsversammlung und pädagogischer Leitung.

Die QM-Dokumentation kann in den VHS-Geschäftsstellen Warburg und Beverungen eingesehen werden.

Die Verfahrensanweisungen verdeutlichen die Umsetzung der Prozesse aus der QM-Dokumentation. Wichtiger Bestandteil dabei ist die Dokumentation unserer Arbeit, mit der die Prozesse nachverfolgt und gemessen werden, um sie steuern und verbessern zu können.

Beteiligt am Prozess des QMS sind alle Mitarbeiter, Kursleiter und Teilnehmer. Gerne können Sie Ihre Wünsche einbringen, Schwachstellen ausmachen, Verbesserungsvorschläge unterbreiten. Auch Lob ist nicht verboten!

Die Zertifizierung veranlasst uns auch weiterhin, Ihnen immer wieder Angebote von inhaltlicher Vielfalt und bester Qualität bei angemessenen Preisen zu machen.

Falls Sie Fragen haben, Anregungen oder Kritik äußern möchten, sprechen Sie uns gerne jederzeit an.

Zurück an:

Geschäftsstelle Warburg
Rathaus Zwischen den Städten 9
34414 Warburg

oder

Geschäftsstelle Beverungen
Wesersr. 16
37688 Beverungen

info@vhs-dew.de
www.vhs-dew.de

Anmeldeformular für Kurse

Kurse

Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursgebühr
Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursgebühr
Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursgebühr
Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursgebühr

Persönliche Angaben Kursteilnehmer*in

Name*	Vorname*	Geburtsjahr (Statistik)*
Straße/Nr.*	PLZ/Ort*	
Telefon	Mobil	E-Mail*

- Die allgemeinen Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und akzeptiere diese.
 Ich habe die Datenschutzerklärung zur Kenntnis genommen und akzeptiere sie.

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich zum Kurs an und verpflichte mich, bei Durchführung des Kurses zur Zahlung des angegebenen Entgelts.

Datum, Unterschrift (für Ihre Kurs-Anmeldung)

SEPA-Lastschriftverfahren

Kontoinhaber*in (Name, Vorname)
Kreditinstitut
IBAN
BIC

SEPA-Lastschriftmandat:

Hiermit ermächtige ich den VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser, bis auf Weiteres die Beträge für jetzt und zukünftig gebuchte Kurse von meinem Konto mittels SEPA-Basislastschrift einzuziehen.

Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser auf mein Konto gezogenen Lastschriften 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.

Gläubiger

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser
Rathaus Zwischen den Städten
34414 Warburg

Gläubiger Identifikations-Nr.: DE98ZZ00000108494

Datum, Unterschrift (für das SEPA-Lastschriftverfahren)

Zurück an:

Geschäftsstelle Warburg
Rathaus Zwischen den Städten 9
34414 Warburg

oder

Geschäftsstelle Beverungen
Weserstr. 16
37688 Beverungen

info@vhs-dew.de
www.vhs-dew.de

Widerrufsbelehrung

nach dem Fernabsatzgesetz (betrifft außerhalb unserer Geschäftsräume geschlossene Verträge und Fernabsatzverträge, bei denen der Vertragsabschluss mittels Telefon, Telefax, Briefwechsel, E-Mail oder Internet zu Stande kam)

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen.

Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (Hauptgeschäftsstelle VHS-Büro Warburg, Rathaus Zwischen den Städten 9, 34414 Warburg, Fax: 05641/92 1901, E-Mail: info@vhs-dew.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Widerrufsfolgen

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen sollen, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

Muster-Widerrufsformular

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser

Hauptgeschäftsstelle Warburg

Rathaus Zwischen den Städten 9

34414 Warburg

Hiermit widerrufe(n) ich/wir (*) den von mir/uns (*) abgeschlossenen Vertrag über die Erbringung der folgenden Dienstleistung(en)

Kursnummer	Kurstitel	Gebucht am

Name des Verbrauchers: _____

Anschrift des Verbrauchers: _____

Datum

Unterschrift des Verbrauchers



Deutsch als Fremdsprache



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Integrations-/Kurs nach dem Zuwanderungsgesetz

Der VHS-Zweckverband Diemel-Egge-Weser ist durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge als Träger von Integrations- und Kursen nach dem Zuwanderungsgesetz zugelassen. Die Kurse umfassen 600, 900 oder 1.200 Unterrichtseinheiten; sie schließen mit dem Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) ab, der durch die G.a.s.t. (Gesellschaft für Akademische Studienvorbereitung und Testentwicklung e.V.) in Bochum vorgegeben wird.

An den Integrationskurs schließt sich ein Orientierungskurs im Umfang von 100 UE an, der mit dem Test „Leben in Deutschland“ beendet wird.

An einem Integrationskurs kann nur teilnehmen, wer

- a) eine Berechtigung vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF)
- b) eine Berechtigung oder Verpflichtung der Ausländerbehörde
- c) eine Berechtigung oder Verpflichtung des Bundesverwaltungsamtes (BVA)
- d) eine Berechtigung oder Verpflichtung des Jobcenters
- e) eine Berechtigung oder Verpflichtung des Sozialamtes hat.

Das Dokument muss vor Beginn des Kursus bei der Volkshochschule im Original vorliegen!

Vor Kursbeginn findet ein Einstufungstest statt.

Nähere Auskünfte erteilen die Geschäftsstellen in Warburg (05641 92-1700) und Beverungen (Tel. 05273 392-125).

Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

Die Volkshochschulen im Kreis Höxter führen DTZ-Tests durch, die z.B. für die Erlangung von Aufenthaltsgenehmigungen wichtig sind. Die Tests finden ausschließlich zum Ende von Integrationskursen statt.

Externe Interessenten können nach Vorlage einer Berechtigung und einem Nachweis der Teilnahme von mindestens 100 Unterrichtsstunden an einem Integrationskurs - soweit noch freie Plätze vorhanden sind – daran teilnehmen. Dafür ist eine persönliche Anmeldung mindestens sechs Wochen vor den Prüfungsterminen notwendig.

Test-Termine erfragen Sie bitte in

Bad Driburg (05253 97-4070, info@vhs-driburg.de)

Höxter (05271 963-4302, vhs@vhs-hoexter.de)

Warburg (05641 92-1700, warburg@vhs-dew.de)

oder Beverungen (05273 392-126, beverungen@vhs-dew.de)



Test „Leben in Deutschland“ (LiD)



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Der Test „Leben in Deutschland“ (LiD) ersetzt den bisherigen Einbürgerungstest. Jeder Interessent für die deutsche Staatsbürgerschaft muss einen deutschen Schulabschluss nachweisen oder einen Einbürgerungstest erfolgreich bestehen. Der Test umfasst 33 Fragen zur Rechts- und Gesellschaftsordnung sowie zu den Lebensverhältnissen in Deutschland. Mindestens 17 Fragen müssen zutreffend beantwortet werden.

Für die Tests stellt das Bundesamt für Flüchtlinge und Migration aus dem Fundus von 300 allgemeinen und jeweils zehn landesspezifischen Fragen individuelle Bögen mit 33 Fragen zusammen, die im so genannten „Multiple Choice“-Verfahren beantwortet werden müssen.

Die gesamten Fragen können Sie zur Vorbereitung im Internet unter www.vhs-hoexter.de => Beratung => Deutsch / Integration einsehen.

Eine persönliche Anmeldung ist mindestens sechs Wochen vorher notwendig – falls noch Plätze frei sind. Das benötigte Anmeldeformular erhalten Sie in den jeweiligen VHS-Geschäftsstellen.

Die Tests „Leben in Deutschland“ (LiD) finden statt in Warburg (05641 92-1700, E-Mail: warburg@vhs-dew.de), Beverungen (05273 392-126; beverungen@vhs-dew.de), Bad Driburg (05253 88-1701, E-Mail: info@vhs-driburg.de) und in Höxter (05271 963-4302, E-Mail: vhs@vhs-hoexter.de).

Beratungsstelle für Arbeit und Beruf

Seit fast 10 Jahren bietet die Beratungsstelle für Arbeit und Beruf (bis 2019 Erwerbslosenberatungsstelle) in Höxter und Warburg Unterstützung für von Arbeitslosigkeit bedrohte Menschen und Erwerbslose, Arbeits- und Ausbildungssuchende, für Beschäftigte aus EU-Ländern und gegen Arbeitsausbeutung. Die Beratungsstelle bietet Ratsuchenden Unterstützung bei ihrer beruflichen Entwicklung an. Als Wegweiser informiert sie über Qualifizierungs- und Beschäftigungsmöglichkeiten, berät in persönlichen und sozialen Fragen und bietet Unterstützung bei der Bewältigung von Arbeitslosigkeit. Eingeladen sind ebenfalls in Deutschland beschäftigte EU-Bürger, die sich über ihre Grundrechte als Arbeitnehmer informieren wollen oder Unterstützung bei Fragen, die das Leben und Arbeiten in Deutschland mit sich bringt, benötigen.



Öffnungszeiten:

Die Beratungsstelle in Höxter ist geöffnet von montags bis mittwochs in der Zeit von 8:00 Uhr bis 13:00 Uhr sowie donnerstags von 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr, Albaxer Straße 5, 37671 Höxter.

Ansprechpartner in Höxter:

Sonja Knop-Volacek Tel.: 05271 963-4924,
Agnes Flach Tel.: 05271 963-4923

Die Beratungsstelle in Warburg ist geöffnet donnerstags von 8:00 Uhr bis 13:00 Uhr und von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr sowie freitags von 8:00 bis 13:00 Uhr im Rathaus Zwischen den Städten 9, 34414 Warburg.

Ansprechpartner in Warburg:

Individuelle Terminvereinbarung über Agnes Flach Tel.: 0160-97527569

Hinweis:

Sie als Frau planen einen **Wiedereinstieg in den Beruf**? Interessante Informationen bezüglich des Wiedereinstiegs in den Beruf, Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie Kinderbetreuungsmöglichkeiten im Kreis Höxter erhalten Sie unter www.unternehmen-und-familie.de



Förderung der beruflichen Weiterbildung für Beschäftigte

Mit finanzieller Unterstützung des Landes
Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



EUROPÄISCHE UNION

Europäischer Sozialfonds

**BILDUNGS
SCHECK**

Ministerium für Arbeit,
Integration und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ab dem 01.07.2024 ist eine Förderung Ihrer beruflichen Weiterbildung über den Bildungsscheck Nordrhein-Westfalen im individuellen Zugang leider nicht mehr möglich. Bitte beachten Sie, dass alle bis dahin ausgestellten Bildungsschecks bis 2029 gültig sind und bei den entsprechenden Weiterbildungsanbietern eingelöst werden können. Das Bundesland Nordrhein-Westfalen möchte Menschen mit geringerem Einkommen sowie ohne Unterstützung durch den Arbeitgeber bei ihrer beruflichen Weiterbildung auch nach dem Ende des Förderprogramms unterstützen. Die Einzelheiten einer so beabsichtigten Förderung werden aktuell erarbeitet.

Erlebnis Bildung: Mit VHS Gutscheinen Freude schenken!

vhs Zweckverband
Diemel-Egge-Weser

- MUSTER -

Gutschein

für eine Veranstaltung
In Ihrer Volkshochschule

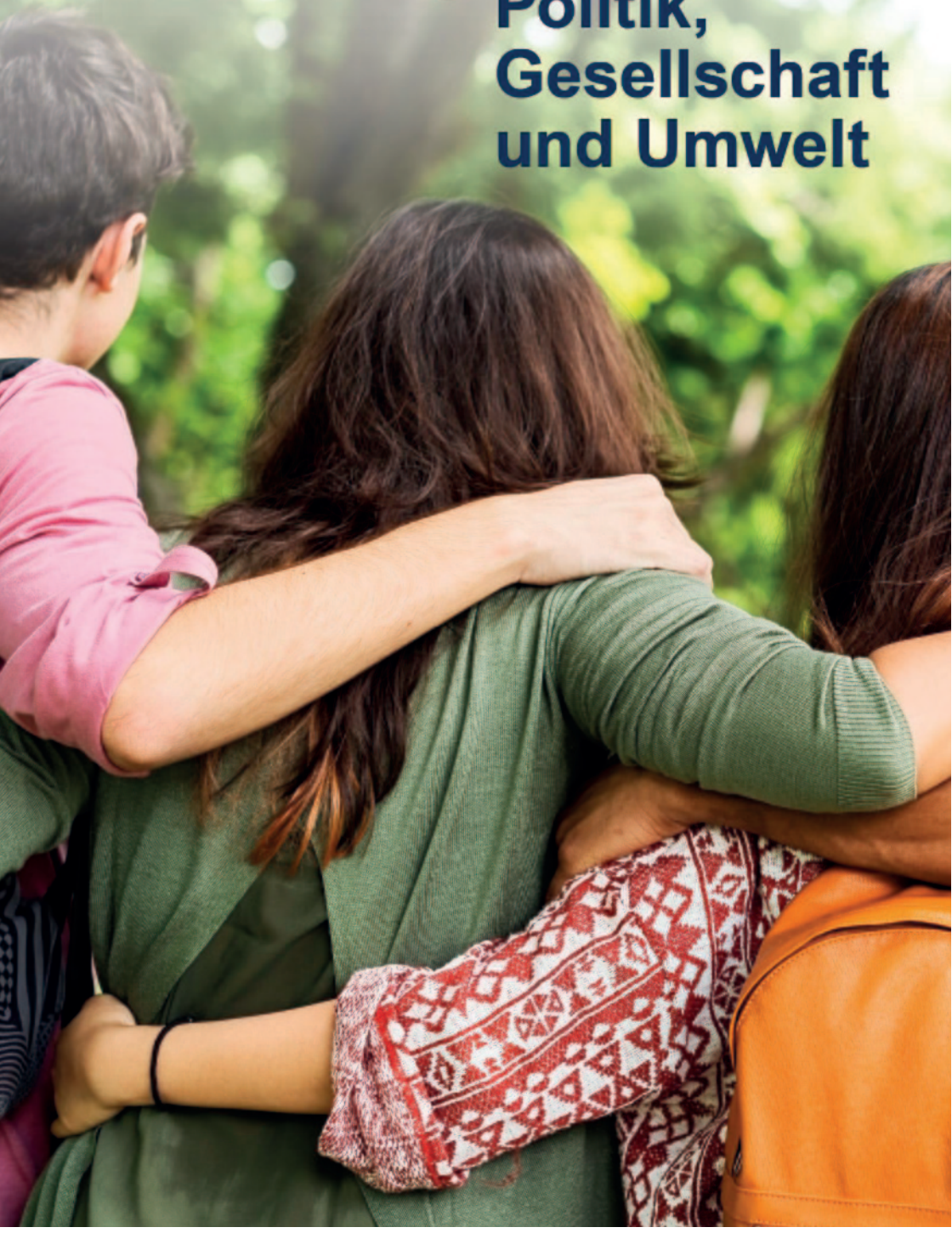


Schöner, bunter, sauberer:
Dafür stehen unsere Produkte seit 1874!





Politik, Gesellschaft und Umwelt





Geschichte und Heimatgeschichte

Wir – als Zeitzeugen: Diskussionsrunde zum aktuellen politischen Geschehen

Hier treffen sich interessierte Teilnehmer, um über aktuelle Fragen der ökonomischen und militärischen Krisen in Europa und im Nahen Osten sowie Möglichkeiten friedlicher Lösungen zu diskutieren. Vieles wird uns durch die Medien übermittelt, nicht alles ist verständlich oder gar selbstverständlich. Die Entwicklungen in der Ukraine, im Nahen Osten etc. könnten an den drei Abenden im Vordergrund stehen. Als Grundlage zur Diskussion dienen Vorträge, Erfahrungsberichte und ausgewählte Texte.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110001 | Kurs

mit Dr. Ingeborg Philipper

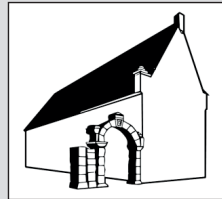
Mittwoch, 05.03., 09.04. und 14.05., jeweils von 18:30-20:00 Uhr

Warburg, „Zweite Heimat e.V.“ (Hauptstr. 45)

3 Termine, 6 UE

Gebühr: 12,00 €

Museum im „Stern“: Ausstellungsprogramm 2025 – 1. Hälfte



29.11.2024 – 26.01.2025

Einblicke – Aus dem Kunstunterricht Warburger Schulen

Traditionell bietet das Museum zum Jahreswechsel den Schülern der Warburger Schulen wieder die Möglichkeit, sich mit ihren Werken aus dem Kunstunterricht der Öffentlichkeit zu präsentieren.

09.02.2025 – 06.04.2025

HUBERTUS BACKHAUS SKULPTUR + DRUCK

Die abstrakten Skulpturen aus Alabaster, Marmor und Kalkstein wirken durch ihre elementaren Formen, rauen und glatten Oberflächen und den daraus resultierenden Lichteffekten. Linien und Flächen der schwarz-weißen Holzdrucke erzeugen kontrastreiche Wirkungen und fordern zu Assoziationen von erlebter Natur und gegenständlicher Figur heraus.

27.04.2025 – 29.06.2025

E. A. Kohlschein zum 125. – Warburg und mehr?

Am 31. Mai 1900 wurde Edmund Anton Kohlschein als jüngster Sohn der Künstlerfamilie Kohlschein geboren. Zu seinem 125. Geburtstag fragt der „Stern“: „Warburg und mehr?“. Gezeigt werden die Werke aus dem Bestand des Hauses, um Edmund Antons Wirken und Talent zu würdigen.

Museum im „Stern“, Sternstr. 35, 34414 Warburg

E-Mail: museum@warburg.de

Geöffnet täglich außer montags von 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr und nach Vereinbarung



Vortrag: Jatiwangi Art Factory: Alles für die Erde

Mit dem Vortrag „Alles für die Erde“ reisen wir auf die andere Seite der Erde zu den Menschen von Jatiwangi Art Factory (JaF) — Kulturpreisträger Indonesien 2022. Die Künstlergruppe arbeitet spirituell und praktisch für den Erhalt der Ökosysteme in West Java und erzeugt mit ihrer Arbeit zum universellen Anliegen Aufmerksamkeit auf der ganzen Welt.

Zur Documenta Fifteen hatte JaF die Warburger Erd-Charta-Ideenwerkstatt (ECI) zu einem Dialog und Workshopformat eingeladen. Seitdem besteht eine enge Kooperation.

Orientiert sich das Warburger Kollektiv an den ethischen Grundsätzen der Erd-Charta, arbeiten die Indonesier mit und an der von ihnen entwickelten New Rural Agenda: „Pigam Martabat Penghuni Bumi“ – ein Vertrag über die Würde der Erdbewohner. Anhand des in Kooperation 2023/2024 in Warburg durchgeführten Projektes „Rampak Genteng“ (Formierung eines Dachziegel-Orchesters), bestehend aus Warburger Akteuren, geht dieser Vortrag unter anderem auf Bestandteile der dritten Säule der Erd-Charta ein: „Soziale und wirtschaftliche Gerechtigkeit“. An diese Säule geknüpft ist, dass die Länder dieser Erde in Balance miteinander agieren.

Im Anschluss an den Vortrag können Interessierte sich dem Warburger-Dachziegel-Orchester anschließen. Gemeinsam wird für das 25. Jubiläum der Erd-Charta am 29.06.2025 zum „International Earth-Charter-Day“ ein Musikstück für einen gemeinsamen Auftritt einstudiert. Seien Sie herzlich eingeladen!

AK110002 | Vortrag

mit Valeria Geritzen

Donnerstag, 20.03., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Sitzungssaal
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Kurt Tucholsky – Warner vor dem Faschismus

Im Jahre 1890 in Berlin geboren und viel zu früh im Exil in Schweden 1935 gestorben: Kurt Tucholsky war Journalist und Schriftsteller und veröffentlichte seine Texte unter den Pseudonymen Kaspar Hauser, Peter Panter, Theobald Tiger und Ignaz Wrobel. Er war wohl der bedeutendste Publizist der Weimarer Republik und warnte schon sehr früh vor dem aufkommenden Faschismus. Politisch links orientiert verstand er sich als Gesellschaftskritiker in der Tradition von Heinrich Heine. Kurt Tucholsky war in allen literarischen Gattungen zu Hause und darin unglaublich produktiv, er schrieb Satiren, Romane, Kabarett- und Liedtexte, Film-, Musik- und Literaturkritiken und Essays. Die Gesamtausgabe seiner Werke und Briefe umfasst 22 Bände.

An diesem Abend wird auf die Biografie von Kurt Tucholsky eingegangen und eine Reihe seiner vielfältigen Texte rezitiert, sowie die Vertonungen einiger seiner Gedichte vorgestellt.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110003 | Kurs

mit Valeria Geritzen, Christian Holtgreve

Freitag, 21.03., 19:00-20:30 Uhr

Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Sitzungssaal

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 9,00 €

25 Jahre: Earth Charter in Action

In diesem Kurs soll im Jubiläumsjahr der Earth Charter eine inhaltliche Einführung zur Erd-Charta als wichtigem Ansatz für eine sozial gerechte und nachhaltige sowie friedliche Welt gegeben werden.

- Inhaltlicher Fokus: Die Earth Charter der Enzyklika von Papst Franziskus.

- Lokaler Fokus: Die Erd-Charta-Stadt-Warburg: Vorstellung von Aktivitäten und Potenzialen mit Workshop-Anteilen.

Hinweis: Am 29.06.2025 findet eine Feier zum 25-jährigen Jubiläum statt.



AK110004 | Workshop

mit Valeria Geritzen

Mittwoch, 25.06. und Donnerstag, 26.06.,
jeweils 18:00 - 20:15 Uhr,
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Sitzungssaal
2 Termine, 6 UE
Gebühr: 18,00 €

Von Verschwörungsmythen, deren Wirkungsweise und Auswirkungen

Anhand von historischen und aktuellen Verschwörungsmythen werden deren Ursprünge und Wirkungsweisen dargestellt sowie deren Gefahr für unsere Gesellschaft und insbesondere marginalisierte Gruppen darin aufgezeigt. Ebenso lernen die Teilnehmer Muster von Verschwörungsmythen zu erkennen und Informationen auf ihren Wahrheitsgehalt zu prüfen.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110005 | Workshop

mit Dirk Damm

Mittwoch, 05.02., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum III
2 Termine, 4 UE
Gebühr: 10,00 €

Kunst und Kulturgeschichte am Freitag-nachmittag: Arolsen Archives – ein Stück Weltgeschichte

Die beliebte Veranstaltungsreihe wird wieder unter der Leitung von Andzelika Kassan und Elisabeth Kessemeier angeboten. Sie greifen das alte Modell des gemeinsamen Reisens, Entdeckens und Genießens auf und bieten Ihnen neue und alte Reiseziele, bekannte und unbekannte Wunder unserer Region. Seien Sie dabei!

Arolsen Archives beherbergen eine der weltweit bedeutendsten Sammlungen zur Geschichte der NS-Verfolgung, des Holocaust und der Nachkriegszeit. Diese Dauerausstellung in Bad Arolsen gibt Einblicke in bewegende Schicksale und die Arbeit zur Erinnerung und Dokumentation.

Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, in einer einstündigen Führung mehr über die einzigartige Sammlung und die bewegenden persönlichen Geschichten hinter den Dokumenten zu erfahren. Die Ausstellung zeigt Originaldokumente, Briefe und Fotografien, die Einblicke in die Lebenswege Verfolgter, Überlebender und deren Familien geben. Darüber hinaus wird erklärt, wie das Archiv arbeitet, um die Erinnerung an diese Zeit lebendig zu halten und Forschung sowie Bildung zu fördern.

Im Anschluss an die Führung ist ein gemeinsames Kaffee-Trinken geplant.

Treffpunkt ist um 13:15 Uhr in Warburg am Schützenplatz zwecks Bildung von Fahrge-meinschaften. Die Rückkehr ist für ca. 17:00 Uhr in Warburg geplant.

AK110101 | Kurs

mit Andzelika Kassan

Freitag, 07.03., 13:15-17:00 Uhr
Warburg-Schützenplatz
1 Termin, 3 UE
Gebühr: 7,00 €

Kunst und Kulturgeschichte am Freitag-nachmittag: „Und vergib uns unsere Schuld? Kirchen und Klöster im Nationalsozialismus“

Die beliebte Veranstaltungsreihe wird wieder unter der Leitung von Andzelika Kassan und Elisabeth Kessemeier angeboten. Sie greifen das alte Modell des gemeinsamen Reisens, Entdeckens und Genießens auf und bieten Ihnen neue und alte Reiseziele, bekannte und unbekannte Wunder unserer Region. Seien Sie dabei!

Im Rahmen der Ausstellung „Und vergib uns unsere Schuld?“ widmet sich das Kloster Dalheim den komplexen Verbindungen der christlichen Kirchen zum Nationalsozialismus. Die Ausstellung beleuchtet die Spannungsfelder zwischen Kollaboration und Widerstand und stellt unterschiedliche Haltungen von Kirchenmitgliedern und -führern in den historischen Kontext der Zeit. Die Exponate – über 200 an der Zahl – stammen aus Archiven, Bibliotheken und privaten Sammlungen und veranschaulichen mit Fo-



tos, Plakaten und Zeitdokumenten, wie sich das nationalsozialistische Regime auf das Glaubensleben und die Kirche auswirkte. Besondere Aufmerksamkeit liegt auch auf bisher unveröffentlichten Schriftstücken aus dem vatikanischen Archiv, die persönliche Einblicke in die Handlungsweisen und moralischen Dilemmata geben, mit denen die Gläubigen damals konfrontiert waren.

Nach der gemeinsamen Führung besteht die Möglichkeit, das Klostermuseum individuell weiter zu erkunden oder sich zu einem Kaffee im Kloster-Café zusammenzufinden. Die Kosten für den Eintritt und die Führung sind in der Kursgebühr enthalten.

Treffpunkt ist um 13:00 Uhr in Warburg am Schützenplatz zwecks Bildung von Fahrgemeinschaften. Die Rückkehr ist für ca. 18:00 Uhr in Warburg geplant.

AK110102 | Kurs

mit Andzelika Kassin

Freitag, 28.03., 13:00-18:00 Uhr

Warburg-Schützenplatz

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 24,00 €

„Weißt Du noch...?“ – Erinnerungsspaziergang mit Geschichten und Anekdoten aus der Warburger Neustadt (23.03.), der Altstadt (06.04.) und vom Burgfriedhof (13.04.)

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110103 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Sonntag, 23.03., 10:00-12:00 Uhr

Warburg, Tourist-Information, Neustadt-Marktplatz

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 5,00 €

AK110104 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Sonntag, 06.04., 10:00-12:00 Uhr

Warburg, Altstadt-Bahnhof

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 5,00 €

AK110105 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Sonntag, 13.04., 10:00-12:00 Uhr

Warburg, Emil-Herz-Platz

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 5,00 €

Kreuz-Weg-Warburg – Fortsetzung

Ein weiterer Spaziergang durch die Stadt zu Orten, vorwiegend in der Warburger Altstadt, die oft unbeachtet am Wege liegen. Mit Informationen und Geschichten. Mein persönlicher Kreuzweg, etwas anders. Als Pfarrgemeinderatsvorsitzender möchte ich mit Ihnen zu Stätten christlichen Glaubens und Glaubenszeugnissen in unserer Stadt gehen.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110106 | Kurs

mit Rudi Ryll

Samstag, 12.04., 14:00-16:00 Uhr

Warburg, Treffpunkt: Parkplatz am Friedhof „Stiepenweg“ (Uhlenbreite)

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 5,00 €

Stadtführung: Auf Ossenjohanns Spuren. Schauplätze eines Warburger Hexenprozesses im 17. Jahrhundert

Der bekannteste Warburger Hexenprozess ist jener gegen Johann Engelbracht, genannt Ossenjohann. Die Prozessunterlagen sind bis heute erhalten geblieben und im Archiv der Hansestadt Warburg sicher verwahrt. Während der Führung werden die Schauplätze dieser tragischen Geschichte aufgesucht. Von der ersten Anklage gegen Ossenjohann über die Orte seiner Vernehmung, Inhaftierung und Folter bis hin zur Verurteilung und Urteilsverkündung führt der Weg. Die Führung beginnt am Altstädter und endet am Neustädter Marktplatz.

Aus organisatorischen Gründen ist eine Voranmeldung im VHS-Büro nötig.

AK110107 | Kurs

mit Dr. Alexander Schwerdtfeger-Klaus

Samstag, 26.04., 14:00-16:00 Uhr

Warburg, Treffpunkt: Altstadtmarktplatz

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 5,00 €



"Kuck mal wer da kuckt!" – Gesichter einer Stadt

Ein Spaziergang durch die Straßen von Warburg und sehen Sie Gesichter, stumme Zeugen, die überall zu entdecken sind. Erfahren Sie Geschichten, Geschichte und Dönekas im gegenseitigen Austausch über bekannte und unbekannte Menschen dieser Stadt.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110108 | Kurs

mit Rudi Ryll

Samstag, 26.04., 14:00-16:00 Uhr
Warburg, Tourist-Information, Neustadt-
Marktplatz
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 5,00 €

Betriebsbesichtigung der Privat-Brauerei Strate in Detmold

Nach einer persönlichen Begrüßung durch Frau Strate und einem Glas Detmolder Royal geht es mit einem Brauer vom Sudhaus aus durch den Betrieb. Sie erhalten einen detaillierten Einblick in die Herstellung des Bieres, erfahren mehr über die Bedeutung der Zutaten und die einzelnen Schritte des Brauprozesses.

Anschließend gibt es eine leckere Schweinshaxe mit Biersenf, Krautsalat und lauwarmem Treberbrot und natürlich eine ausgiebige Bierprobe. Alternativ können auch Hähnchenspieße oder eine leckere Gemüsefrikadelle bestellt werden.

Die Kursgebühr beinhaltet die Fahrt zur Brauerei, die komplette Verkostung, Getränke und einen Gutschein der Brauerei im Wert von 2 € (Shop).

Anmeldeschluss: 31.03.2025

Bitte beachten Sie die gesonderte Anmeldefrist! Ein kostenfreier Rücktritt ist nur bis zu diesem Termin möglich! Bitte geben Sie bei der Buchung Ihren Essenswunsch mit an (Haxe/Hähnchenspieße/Gemüsefrikadelle).

Abfahrt: 12.30 Uhr ZOB Beverungen, Zustieg: ca. 12.45 Uhr Parkplatz Felsenkeller, Rückkehr: ca. 19.00 Uhr.

AK110109 | Kurs

mit Ulrich Wille

Freitag, 02.05., 14:30-17:30 Uhr
Privat-Brauerei Strate Detmold (Palaisstr.
1, 32756 Detmold)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 67,00 €

Exkursion nach Volkmarsen: Erinnerungskultur – Rückblende gegen das Vergessen

In Volkmarsen gibt es mit dem Verein „Rückblende gegen das Vergessen e.V.“ eine sehr aktive Erinnerungskultur. Das Haus stellt sich vor: Museum, Mikwe, jüdischer Friedhof, Kulturwerkstatt und Buchcafé. Die Führung vor Ort erfolgt durch Joachim Geritzen und Arno Walprecht. Zum Abschluss der Veranstaltung findet ein gemeinsames Kaffeetrinken statt.

Individuelle Anreise; Treffpunkt ist um 14.00 Uhr der Marktplatz in Volkmarsen.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110110 | Kurs

mit Joachim Geritzen, Valeria Geritzen

Samstag, 03.05., 14:00-15:30 Uhr
Volkmarsen, Gustav-Hüneburg-Haus
(Steinweg 24)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 6,00 €

Spaziergang über den jüdischen Friedhof in Warburg

Der jüdische Friedhof in Warburg gehört zu den größten und schönsten seiner Art in Westfalen. Mit seinen mehr als 250 Grabsteinen zeugt er von der Bedeutung der jüdischen Gemeinde unserer Stadt. Wir gehen über den Friedhof und erfahren etwas über das Leben und Schicksal der jüdischen Mitbürger.

Aus Respekt vor der jüdischen Tradition wird den männlichen Teilnehmern eine Kopfbedeckung gestellt.

**AK110111 | Kurs**

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Freitag, 09.05., 14:00-16:00 Uhr

Warburg, Emil-Herz-Platz

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 5,00 €

Spaziergang über den jüdischen Friedhof in Beverungen

Der jüdische Friedhof ist mindestens 300 Jahre alt, denn bereits um 1718 soll ein Begräbnisplatz für Juden existiert haben. Offiziell eröffnet wurde der jüdische Friedhof an der Dalhauser Straße jedoch erst 1736 unter Beteiligung des Vorstehers Mose Spiro. Der älteste noch erhaltene Grabstein stammt aus den 1760er Jahren. 1924 wurden 7 Grabsteine von Kindern umgestoßen, ähnliches geschah zwischen 1933 und 1945. Nach dem 2. Weltkrieg errichteten die drei überlebenden Beverunger Juden ein Denkmal auf dem Friedhof. Der letzte in Beverungen lebende Jude, Leopold Rosenstein, wurde 1961 auf dem Friedhof beerdigt.

Der gesamte Friedhof umfasst eine Fläche von mehr als 3000 qm und es befinden sich mehrere hundert Grabsteine auf ihm. Seit 1989 steht er auf der Denkmalschutzliste.

Bei der Führung soll nicht nur auf den Friedhof, seine Geschichte sowie einzelne Gräber, deren Inschriften und Symbole eingegangen werden, sondern auch auf die jüdische Begräbniskultur überhaupt.

Männliche Teilnehmer bringen bitte eine Kopfbedeckung mit!

Eine Voranmeldung ist aus organisatorischen Gründen erforderlich!

AK110112 | Kurs

mit Christoph Reichardt

Freitag, 16.05., 18:00-19:30 Uhr

Beverungen, Feuerwehrgerätehaus (Dal-

hauser Str. 60)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 7,00 €

Fahradexkursion: Nethe-Radtour

Der landschaftlich sehr reizvolle Nethe-Radweg ist die Haupttroute der diesjährigen

Fahradexkursion unter der Leitung von Reinhard Borgiel. Gestartet wird um 9.30 Uhr in Warburg auf dem Schützenplatz. In Niesen treffen die Teilnehmer dann auf den Nethe-Radweg, der sie bis Godelheim führen wird. Von dort geht es entlang der Weser bis nach Beverungen, wo nach einer insgesamt 65 km langen Strecke die Radler mit dem Fahrradbus wieder zurück nach Warburg gebracht werden. Pausen werden in Rheder und auf einem Bauernhof in Brakel-Beller eingelegt. dort wird eigens für die Radler gegrillt.

In der Gebühr sind die Kosten für den Bus-transfer Beverungen-Warburg enthalten. Die Verpflegungskosten in Brakel-Beller sind separat zu zahlen.

Die Rückkehr ist für ca. 18.00 Uhr eingeplant. Keine Ermäßigung möglich.

AK110113 | Kurs

mit Reinhard Borgiel

Sonntag, 22.06., 9:30-18:00 Uhr

Warburg-Schützenplatz

1 Termin, 1,33 UE

Gebühr: 12,00 €

Sonntagsradtour in die Hansestadt Korbach

Die „Hansestadt-Schwester“ Korbach hat eine vielfältige und reichhaltige Geschichte. Wie unser Warburg stand sie einst unter der Herrschaft des Paderborner Bischofs. Auf einer Stadtführung und beim Besuch des mehrfach preisgekrönten (Stadt)-Museums Bonhage können wir ihren weiteren vielfältigen Weg durch die Zeitgeschichte bis in unsere Zeit verfolgen.

Wir treffen uns am Altstädtermarktplatz in Warburg um 8.30 Uhr und radeln den Twiste-Radweg entlang über Volkmarshagen – Twistensee – Twiste hinauf nach Korbach ca. 40 km.

Nach einer Mittagspause sind wir zur Stadtführung angemeldet und haben anschließend in dem nicht alltäglich ausgestalteten „Wolfgang-Bonhage-Museum“ Gelegenheit, die vielfältigen Seiten der Stadt und ihrer



Menschen näher in Augenschein zu nehmen.

Zum Abschluss bietet es sich an, entweder die Regionalbahn nach Volkmarsen zu nehmen oder einen Teil des Bahnradweges der Ederseebahn bis Höringhausen und von dort wieder zum Twistensee hinunter zu radeln. Die Kosten für Museumticket und Stadtführung (ca. 18 Euro) sind nicht in der Kursgebühr enthalten und müssen am Veranstaltungstag vor Ort entrichtet werden.

Mitzubringen sind: eigenes Fahrrad, E-Bike empfohlen, da von Twiste an es stetig hinauf nach Korbach geht, Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 18 km/h, Fahrradhelm, Wasser und kleines Picknick für unterwegs.

AK110114 | Kurs

mit Wilfried Bott, engagierter Radfahrer und Förster i.R.

Sonntag, 29.06., 8:15-19:30 Uhr
Warburg, Altstadt-Marktplatz
1 Termin, 5 UE
Gebühr: 12,00 €

Vortrag im Museum im „Stern“: Land unter! – Die Heinrichsflut 1965 in Warburg

Vor 60 Jahren richtete die später so bezeichnete Heinrichsflut in Nordhessen, Südniedersachsen und Ostwestfalen schwere Schäden an. Die Stadt Warburg war von dieser Hochwasserkatastrophe stark betroffen aufgrund ihrer Lage im Einzugsgebiet von Diemel und Twiste.

In dem Vortrag werden die Ereignisse und Auswirkungen jener Tage Mitte Juli 1965 vorgestellt und erläutert. Die Teilnehmer erhalten dadurch einen Einblick in eine vergangene Flutkatastrophe. Überflutungen und Starkregenereignisse sind aber nicht nur eine historische, sondern mehr denn je eine aktuelle Bedrohung. Die anschließende Diskussion bietet Raum für Austausch.

Die Veranstaltung richtet sich nicht nur an historisch Interessierte, sondern in besonderem Maße an Zeitzeugen, die ihre Erlebnis- se teilen möchten.

Aus organisatorischen Gründen ist eine Voranmeldung im VHS-Büro nötig.

AK110115 | Vortrag

mit Dr. Alexander Schwerdtfeger-Klaus
Mittwoch, 16.07., 19:00-20:30 Uhr
Warburg, Beyer-Saal im Museum im „Stern“
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Recht und Finanzen

Vortrag: Neuerungen im Straßenverkehr

Sie sind seit vielen Jahren bereits Verkehrsteilnehmer und haben immer wieder kleinere oder größere Fragen zur allgemeinen Verkehrsordnung?

Sie haben Ihre Fahrerlaubnis schon ein paar Jahre in der Tasche und stellen sich auch manchmal Fragen wie: Was bedeutet dieses oder jenes Verkehrszeichen noch gleich? Wie verhalte ich mich richtig in bestimmten Situationen im Straßenverkehr? Wann muss ich im Kreisverkehr blinken? Wie kann ich die hohe Anzahl von Assistenzsystemen im Fahrzeug zu meinem Vorteil nutzen?

Der Vortrag informiert Sie über die Neuerungen in der Straßenverkehrsordnung.

-Begrenzte Teilnehmerzahl-

AK110301 | Vortrag

mit Daniela Heinemann, Fahrlehrerin
Freitag, 14.03., 8:30-10:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Begleitpersonen mit Vorbildfunktionen – „Begleitetes Fahren ab 17 Jahren“

Jugendliche dürfen ab 17 Jahren Auto fahren – in Begleitung – kurz BF17 genannt.

Diese Schulung ist für Eltern, Großeltern und sonstige Begleiter.

Manchmal sind diese auf dem Beifahrersitz ungeduldig, haben vielleicht auch falsche Vorfahrtsregeln im Kopf oder sie fragen sich, wie die Rechtslage ist und ob man eingreifen darf oder nicht.



Begleitpersonen nehmen eine wichtige Rolle ein: Denn sie sind Vorbilder für Fahranfänger. Sie erhalten Antworten auf folgende Fragen: Welche Voraussetzungen sind nötig, um Begleitperson zu werden? Welche Regeln und Anforderungen müssen befolgt und beachtet werden?

AK110302 | Kurs

mit Daniela Heinemann, Fahrlehrerin

Freitag, 14.03., 18:00-19:30 Uhr

Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum III

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 7,00 €

Vortrag: „Das Schiedsamt, die erste Anlaufstelle bei Streitigkeiten“

Haben Sie schon einmal einen Streit mit Ihrem Nachbarn, einem Mieter oder einem Geschäftspartner gehabt? Konflikte sind im Alltag leider keine Seltenheit. Doch es gibt eine einfache und kostengünstige Möglichkeit, diese außergerichtlich beizulegen: das Schiedsamt.

In diesem Vortrag erfahren Sie alles Wissenswerte über diese wichtige Institution. Wir erklären Ihnen, wie das Schiedsverfahren abläuft, welche Vorteile eine außergerichtliche Streitbeilegung bietet und welche Arten von Streitigkeiten beim Schiedsamt behandelt werden können. Darüber hinaus geben wir Ihnen praktische Tipps, wie Sie sich optimal auf ein Schlichtungsverfahren vorbereiten können. Nutzen Sie die Chance, Ihre Fragen zu stellen und erfahren Sie, wie Sie selbst aktiv zur Konfliktlösung beitragen können.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110303 | Vortrag

mit Raimunde Weßler, Karola Kroworz

Montag, 24.03., 18:00-19:30 Uhr

Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 7,00 €

Vortrag: „Bitcoin Grundwissen – verstehen, handeln, aufbewahren“

Das Jahr 2008 gilt als Geburtsjahr des Bitcoins. Über ein Jahrzehnt ist seitdem vergangen und für viele Menschen ist die Kryptowährung thematisch nicht greifbar, weil sie hinter der Technologie ein Mysterium sehen. Kein Vorwissen? Kein Problem! Nach dem Vortrag verstehen Sie, wie Bitcoin entstanden ist, wieso und ob wir diese Kryptowährung überhaupt brauchen, wie und wo man Bitcoin kaufen und final sicher aufbewahren kann. Das Thema wird auch kritisch erörtert, mit all den Vorurteilen und Mythen, die in den Medien kursieren.

Der Vortrag ist nicht ausschließlich für potenzielle Bitcoin-Käufer bzw. -Investoren geeignet, sondern auch für diejenigen, die die Thematik um Bitcoin und Blockchain kompakt, einfach, verständlich und kritisch verstehen möchten.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110304 | Vortrag

mit Matthias Ebert

Dienstag, 25.03., 18:00-21:00 Uhr

Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 14,00 €

Vortrag: „Grundzüge des Arbeitsrechtes“

Der Fachanwalt für Arbeits- und Sozialrecht Till Koch gibt einen praxisnahen Überblick über die wichtigsten Regelungen, die sowohl Arbeitnehmer als auch Arbeitgeber kennen sollten. Themen sind unter anderem Besonderheiten im Ausbildungsverhältnis, verschiedene Arbeitsverträge (unbefristet, befristet, Teilzeit, Vollzeit und Minijob), Abmahnungen und Kündigungen sowie deren rechtliche Voraussetzungen. Zudem wird der Ablauf eines Verfahrens vor dem Arbeitsgericht erläutert und das betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM) kurz vorgestellt. Auch der Datenschutz und die Regelungen zur Krankschreibung werden angesprochen.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.



AK110305 | Vortrag

mit Till Koch

Donnerstag, 03.04., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Vortrag: „Vererben oder Verschenken – Möglichkeiten Vermögen zu übertragen“

Den meisten Menschen fällt es schwer, sich mit ihrem Nachlass zu befassen und diesen zu Lebzeiten rechtzeitig zu regeln. Doch gerade diese rechtzeitigen und eindeutigen Regelungen können spätere Uneinigkeiten – oder gar Streit – über den Nachlass vermeiden helfen. Der Rechtsanwalt und Notar Till Koch widmet sich in diesem Vortrag den Fragen, was die Vorteile sind, noch zu Lebzeiten Vermögen zu übertragen und welche Nachteile es gibt; welche Aspekte zu berücksichtigen sind und welche Wege überhaupt zur Verfügung stehen, wie die eigene Absicherung gewährleistet werden kann und was es mit der 10-Jahresfrist mit Blick auf den Rückgriff des Sozialhilfeträgers auf sich hat.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK110306 | Vortrag

mit Till Koch

Donnerstag, 10.04., 18:00-20:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 10,00 €

Bildung für nachhaltige Entwicklung

Vortrag der Verbraucherzentrale NRW: Sparsam heizen – ohne Schimmel

Um die kalten Monate des Jahres mit möglichst wenig Heizenergieverbrauch und nicht zu hohen Energiekosten zu überstehen, darf nicht einfach die Heizung beliebig weit runtergedreht oder gar ganz abgestellt werden. Wie Schimmel entsteht, wie er verhindert werden kann und was zu tun ist, wenn Sie

doch einmal die unliebsamen dunklen Flecken an Zimmerwänden entdecken, erklärt die anbieterunabhängige Energieberatung der Verbraucherzentrale in diesem Vortrag.

Referent: M.Eng. Alexander Wittmann,
Energieberater für die Verbraucherzentrale.

AK110400 | Vortrag

mit Alexander Wittmann, Energieberatung
der Verbraucherzentrale NRW e.V.

Donnerstag, 20.03., 18:00-19:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: gebührenfrei

Persönlichkeitsentwick- lung

Erste Hilfe am Hund – in Zusammenarbeit mit der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

In unserem Kurs „Erste Hilfe am Hund“ zeigen wir Ihnen, wie Sie im Falle eines Falles die Zeitspanne bis zur Übernahme durch den Tierarzt überbrücken und Ihrem Hund kompetent helfen können.

Unser Angebot richtet sich neben Hundebesitzern auch an alle weiteren Interessenten – denn die Erste Hilfe am Hund sollte genauso selbstverständlich beherrscht werden wie die Erste Hilfe am Menschen. In der Praxis lernen die Teilnehmer zum Beispiel den Bauch abzutasten, eine Maulschlinge anzulegen, auf die Seite zu legen oder die Pfote zu verbinden. Schautafeln und Übersichten ergänzen das Angebot.

Sie lernen unter anderem Wichtiges über:

- das Erkennen von Krankheiten und Notsituationen
- die Normalwerte des Hundes
- die Eigensicherung des Hundehalters
- die richtige Ausstattung der Hundapotheke
- die Versorgung von Verletzungen aller Art
- die Stabilisierung bei Knochenbrüchen
- die passenden Maßnahmen bei Herz-Kreislauf-Störungen
- die Herz-Lungen-Wiederbelebung
- die richtigen Handgriffe bei Hitze- und Kälteschäden



- die Vorbereitung und den Transport zum Tierarzt
 - Zeckenbisse und weitere Gefahren aus Natur und Umwelt
 - die richtige Pflege Ihres Hundes
- Nach vorheriger Absprache kann der eigene Hund, wenn sozial verträglich, mitgebracht werden, maximal jedoch 4 Hunde.

AK110500 | Workshop

mit Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Sonntag, 15.06., 10:00-15:30 Uhr
 Beverungen, Johanniter - Schulungsraum
 Beverungen (Dalhauser Str. 3)
 1 Termin, 7,33 UE
 Gebühr: 44,00 €

Religion

Besinnungstag: DIE BIBEL „... und sie hörten zu.“ – in Zusammenarbeit mit der Benediktinerinnen-Abtei vom Heiligen Kreuz Herstelle

In der Apostelgeschichte wird berichtet, wie sich im gemeinsamen Zuhören allmählich die Lösung für eine länger schwelende Streitfrage abzeichnet. Wir wollen dem Zusammenhang zwischen Reden und Hören nachgehen – im biblischen Text und in unserem eigenen Alltag.

Der Tag ist eingebettet in die klösterliche Tagesstruktur:

10.00-12.00 Uhr: 1. Arbeitseinheit / 12.00 Uhr: Läuten zum Gebet mit den Schwestern (Kirche) / 12.30 Uhr: Mittagessen (Gästehaus) / stille Zeit / ab 14.00 Uhr: Kaffee / 15.15-17.00 Uhr: 2. Arbeitseinheit.

Wer an der Gebetszeit um 18.00 Uhr (Vesper) teilnehmen möchte, ist herzlich eingeladen. Für das Mittagessen und Kaffee fallen 20,00 € an. Dieser Betrag ist in der Teilnahmegebühr nicht enthalten und vor Ort zu entrichten.

Anmeldeschluss: 31.01.2025

Nähere Informationen zum Kloster unter www.abtei-herstelle.de

AK110800 | Kurs

mit Sr. Angela Gamon

Samstag, 08.02., 10:00-17:00 Uhr
 Herstelle, Kloster/Gästehaus (Carolus-Magnus-Str. 9)
 1 Termin, 8 UE
 Gebühr: 26,00 €

Länderkunde

Von Bullerbü bis zu den Lofoten – Schwedens Süden, Norwegens Küste und der Polar

Der Norden übte schon immer eine besondere Faszination auf die Menschen aus: Nordlichter, einzigartige Fjorde und ein ganz besonderes Lebensgefühl. Nicht ohne Grund sind die nordischen Länder zu beliebten Reisezielen geworden. Reisen Sie nun mit Horst Thiel per Bahn, Fähre und Auto von der Öresundbrücke im Süden bis in den hohen Norden. Verweilen Sie beim ersten Stopp in der gemütlichen Hafenstadt Malmö und reisen weiter über die königliche Sommerresidenz auf Öland bis in Astrid Lindgrens Heimat, die zum Stoff der weltberühmten Kinderbücher wurde. Bullerbü und Katthult, die Heimat von ‚Michel aus Lönneberga‘, sind typische rote Bauernhöfe im Småland.

Von dort geht es direkt in die Hauptstadt Skandinaviens, Stockholm. Kurz hinter Göteborg überqueren Sie die Grenze nach Norwegen, folgen der Küste und den beeindruckenden Fjorden weiter gen Norden. Per Fähre reisen Sie auf die malerische Inselgruppe der Lofoten nördlich des Polarkreises, eine markante Bergkulisse mit bunten Holzdörfern.

AK110900 | Kurs

mit Horst Thiel

Montag, 28.04., 19:00-20:30 Uhr
 Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
 1 Termin, 2 UE
 Gebühr: 7,00 €



Natur, Umwelt und Technik

Obstbaumschnitt

Ohne einen entsprechenden Schnitt überaltert ein Obstbaum frühzeitig, er vergeist. Dadurch wird seine Lebenszeit verkürzt. Mit dem Schnitt wird der Kronenaufbau, der gesunde Wuchs, die Erntemenge und die Qualität von Baum und Frucht beeinflusst.

In diesem Seminar lernen die Teilnehmer die Wachstums- und Schnittgesetze sowie die Erziehungsformen der Obstbäume kennen. In Theorie und Praxis wird unter fachlicher Anleitung eines ausgebildeten Streuobstwiesenberaters der Obstbaumschnitt erklärt und gezeigt.

Mitzubringen sind: Astschere, eine Baumsäge und eine Rosenschere (falls vorhanden).

AK111005 | Workshop

mit Ulrich Engemann

Samstag, 08.02., 12:00-15:00 Uhr, Treffpunkt: Eissen, Streuobstwiese, Zum Südholz 5, (hinter dem Gehöft), Motorrad-Platz Peckelsheim, Streuobstwiese in Eissen (Zum Südholz 5, Motorrad-Platz)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 10,00 €

Motorsägenlehrgang – Bearbeitung von liegendem Holz

Der Kurs wird nach den Richtlinien der Waldarbeitsschule bei der Landesanstalt für Ökologie, Bodenordnung und Forsten NRW durchgeführt.

Kursinhalte sind:

- Arbeitssicherheits- und Unfallverhütungs Vorschriften
- die Grundbausteine der Motorsäge sowie Pflege und Instandsetzung
- verschiedene Schnittmöglichkeiten
- praktische Übungen.

Im Anschluss an den Kurs erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung für die Bearbeitung von liegendem Holz.

Der Kurs ist auch für Frauen geeignet.

Die Teilnahme am Motorsägenlehrgang befähigt nicht zum beruflichen Führen einer Motorsäge!

Teilnahmevoraussetzung: Mindestalter 18 Jahre!

Mitzubringen sind: Motorsäge mit passenden Feilen sowie vollständige persönliche Schutzausrüstung – Kopfschutzkombination mit Gehör- und Gesichtsschutz (EN 397:1995, -30°C), Schnittschutzhose (Typ A, EN 381), Schutzhandschuhe und Sicherheitsschuhe mit Schnittschutzklasse 1 (keine Arbeitsschuhe!).

Anmeldeschluss: 21.02.2025

AK111007 | Workshop

mit Martin Werner

Donnerstag, 27.02., 18:30-20:45 Uhr (Theorie) und Samstag, 01.03., 8:00-15:00 Uhr (Praxis/mit Pausen)
Wehrden, Feuerwehrgerätehaus
2 Termine, 12 UE
Gebühr: 66,00 €

Anmeldeschluss: 07.03.2025

AK111008 | Workshop

mit Martin Werner

Freitag, 14.03., 18:30-20:45 Uhr (Theorie) und Samstag, 15.3., 9:00-15:45 Uhr (Praxis/mit Pausen)
Bauhof Borgentreich, Keggenriede 2
2 Termine, 12 UE
Gebühr: 66,00 €

Motorsägenlehrgang: Sicherheit bei der Waldarbeit – Einweisung in die Motorsägearbeit und Aufarbeitung von liegendem Holz

Die Kursthemen werden in Anlehnung an die Vorgaben der DGUV-I 214-059 Modul A geschult und genügen somit auch den Vorgaben der Waldzertifizierer „FSC“ und „PEFC“.

Teilnahmevoraussetzungen: Mindestalter: 18 Jahre, körperliche und geistige Eignung zum Führen einer Motorsäge.

Kursinhalte:

- Arbeitssicherheits- und Unfallverhütungs Vorschriften



- Handhabung, Pflege und einfache Instandsetzung der Motorsäge
- einfache Schnitttechniken
- praktische Übungen

Persönliche Schutzausrüstung und Motorsäge werden vom Teilnehmer selbst gestellt.

Anforderungen an die Motorsäge: Betankung ausschließlich mit Alkylatbenzin (z.B. Aspen, Storz, Öest, Stihl-Mix). Ausnahme: Akkusäge, Betankung ausschließlich mit biologisch schnellabbaubarem Kettenöl, die Motorsäge muss den Anforderungen entsprechen und voll funktionsfähig sein, Kettenbremse, Gashebelsperre, Ein- und Ausschalter, Kettenfangbolzen. Motorsägen mit mangelhafter Kettenschärfung werden nicht zugelassen.

Persönliche Schutzausrüstung: Helm mit Gehör- und Gesichtsschutz, Schnittschutzhose (Mindeststandard = Typ A, Schnittschutzklasse 1, Sicherheitsschuhe mit Schnittschutzeinlage (Piktogramm für Schnittschutz muss lesbar sein), Arbeitshandschuhe (normale), Jacke mit Signalfarbpapiertönen oder Warnweste.

Hammer und Keile sowie anderes Handwerkszeug werden durch den Dozenten gestellt.

Es besteht die Möglichkeit, Geräte auszuleihen. Die Leihgebühr beträgt 5,00 € und wird direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

Keine Ermäßigung möglich.

Die Teilnahme an diesem Kurs befähigt nicht zum beruflichen Führen einer Motorsäge!

AK111009 | Kurs

mit Volker Guse, Forstwirtschaftsmeister
 Dienstag, 01.04., 9:00-17:00 Uhr
 Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
 9, Seminarraum II
 1 Termin, 9,33 UE
 Gebühr: 125,00 €

Vortrag: „Der pflegeleichte Garten“

Viele Gartenbesitzer suchen einen Weg, wie sie ihr Grundstück in gepflegtem Zustand halten, aber trotzdem viel Zeit mit einem

Drink im Liegestuhl verbringen können, um ihren Garten auch zu genießen. Der Vortrag gibt Tipps, wie man seinen Garten pflegearm und trotzdem schön gestalten kann und zeigt auf, welche Arbeiten unerlässlich und welche unnötig sind.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK111602 | Vortrag

mit Barbara Siebrecht

Dienstag, 11.03., 19:00-20:30 Uhr
 Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weiserstr. 10)
 1 Termin, 2 UE
 Gebühr: 7,00 €

Vortrag mit Praxisteil und Rosenimbiss: Rosen pflanzen, pflegen, schneiden und genießen

Die Königin der Blumen kann mit der richtigen Pflege und einem kräftigen Schnitt eine Pracht in Farbe und Duft sein. Durchblick für den Umgang mit Rosen vom Kauf bis zum Schnitt gibt es in diesem Vortrag mit Praxisteil im Garten der Dozentin. Zum Ausklang gibt es einen Rosenimbiss.

Der Verkostungsbeitrag ist in der Teilnahmegebühr enthalten.

Mitzubringen sind (Praxisteil): Handschuhe, wetterfeste Kleidung und Rosenschere.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK111603 | Vortrag

mit Barbara Siebrecht

Samstag, 29.03., 9:30-12:30 Uhr
 Beverungen-Ortsteil, Garten der Dozentin
 1 Termin, 4 UE
 Gebühr: 23,00 €

Workshop: „Ableger, Stecklinge & Co.“

Viele Gartenpflanzen lassen sich leicht vermehren, wenn man weiß, worauf man achten muss. So kann man schnell und preiswert viele „Ableger“ von Bodendeckern anziehen, Lieblingspflanzen vermehren oder bewährte Sorten retten. Im Workshop wird erklärt und praktisch erprobt, wie Risslinge, Schnittlinge, Wurzelstecklinge und Steckhöl-



zer gewonnen werden und wie man sie zum Anurzeln bringt.

Die Teilnehmer können Pflanzenableger aus dem Garten der Dozentin kostenlos mit nach Hause nehmen.

Mitzubringen sind: Handschuhe, wetterfeste Kleidung, Rosenschere, Messer und Transportkiste.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK111604 | Workshop

mit Barbara Siebrecht

Samstag, 26.04., 9:30-11:45 Uhr

Beverungen-Ortsteil

Garten & Garage der Dozentin

1 Termin, 3 UE

Gebühr: 16,00 €



Sie interessieren sich für eine Lehrtätigkeit bei der VHS?



Sie verfügen über eine fachliche Qualifikation in einem der folgenden Bereiche: politische oder berufliche Bildung, Fremdsprachen, Gesundheit, Kultur und Gestalten oder EDV?



Sie arbeiten gerne mit Menschen zusammen und können Ihr Wissen leicht verständlich weitergeben?

Dann freuen wir uns auf Ihre schriftliche Bewerbung und einen Programmvorschlag für das kommende Semester.

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser

Rathaus Zwischen den Städten 9

34414 Warburg

info@vhs-dew.de





Kultur und Gestalten





Kultur

Schach für Anfänger: „Warm-Up vor Semesterstart“

Haben Sie früher einmal Schach gespielt oder haben Lust, damit anzufangen? Hier haben Sie die Gelegenheit, Schach grundlegend zu erlernen und ggf. Vorkenntnisse aufzufrischen und zu vertiefen. Neben der Vermittlung von Basiswissen besteht auch die Möglichkeit zu freiem Spiel. Natürlich sind Anfänger herzlich willkommen.

Das „Königliche Spiel“ wird Sie mit seinen unerschöpflichen Möglichkeiten in seinen Bann ziehen.

AK120000 | Kurs

mit Dr. Karl Kniest

Mittwoch, 15.01., 17:00-18:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Sitzungssaal
1 Termin, 2 UE
Gebühr: gebührenfrei

Schach, das „Unsterbliche Spiel“ – Kurs für Anfänger ab 6 Jahren

Das ABC des „Königlichen Spiels“ in hantschem Ambiente erlernen, auffrischen und vertiefen:

Elementare Mattführungen, elegantes Endspiel, tückisches Mittelspiel, überraschende Eröffnungen – Fesseln-Schlagen-Opfern. Offene Linien, starke Felder, Stützpunkte, schwache Grundreihe. Spanisch, Sizilianisch, Französisch, Russisch, Gambit. Thematisch orientiertes und freies Spiel mit und ohne Uhr.

Gens una sumus! Willkommen beim Schach.

AK120001 | Kurs

mit Dr. Karl Kniest

Mittwoch, 05.02., 17:00-18:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Sitzungssaal
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 59,00 €

Literatur und Theater

„Das Geheimnis der wilden Gans“ – Einführung für Lehrer, Erzieher und sonstige Interessierte – nicht nur für Kinder

Am Montag, 07.04. findet in der Stadthalle um 19.00 Uhr als Familienaufführung und am Dienstag, 08.04. um 10.00 Uhr als Schulaufführung für Grundschulen (geplant) die Aufführung des Theaterstücks „Das Geheimnis der wilden Gans“ der mit vielen Preisen ausgezeichneten belgischen Gruppe AGORA statt.

Bei der ungewöhnlichen Theaterinszenierung handelt es sich um ein Stück für die ganze Familie, es richtet sich an Kinder im Grundschulalter. Das Stück basiert auf der Fabel „Die weisen Tiere“ von Hannah Arendt. Es ist die Geschichte einer kleinen Gänsehüterin, die eines Tages einer ganz besonderen Gans begegnet, die einen schwarzen Fleck auf der Brust hat. Dieser Gans eilt das Mädchen nach. Es verlässt sein Zuhause und macht sich auf den Weg in sein eigenes Leben.

Zur Vorbereitung der Schulaufführung sind Lehrern, Erziehern und sonstigen Interessierten eine Einführung angeboten. Neben einer Vorstellung des Inhalts des Theaterstücks werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie der Besuch auf der Grundlage einer pädagogischen Begleitmappe spielerisch vor- und nachbereitet werden kann.

Das Begleitmaterial wird den Teilnehmern zur Verfügung gestellt, die Teilnehmer erhalten eine Teilnahmebescheinigung.

AK120100 | Kurs

mit Michael Schwarzwald

Mittwoch, 26.03., 15:00-17:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum I
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 11,00 €

Besuch der 74. Bad Hersfelder Festspiele „Sommernachtsträume“

Theseus, Herzog von Athen, bereitet seine Hochzeit mit der Amazonenkönigin Hippolyta vor. Als Höhepunkt der Feierlichkeiten sollen ein Orchester spielen und ein Theaterstück



aufgeführt werden. Doch in der Nacht zuvor geraten alle Beteiligten in eine fantastische Traumwelt: Verwandlungen, Liebeswirren und skurrile Begegnungen prägen die Ereignisse. Der Fürst, als Oberon, der Herr der Elfen, irrt durch die Wälder auf der Suche nach seiner Geliebten Titania. Vier junge Leute der viktorianischen High Society, Hermia, Lysander, Helena und Demetrius, durchleben eine Reihe von emotionalen Höhen und Tiefen. Inmitten dieser turbulenten Liebesgeschichte versuchen die Handwerker, ihr neues Stück zu proben, werden jedoch zunehmend in die Konflikte der Liebenden involviert. Der Kobold Puck treibt sein Unwesen.

Die Inszenierung des Stücks erfolgt durch Joern Hinkel, wobei eigens komponierte Musik von Jörg Gollasch sowie das Orchester der Bad Hersfelder Festspiele unter der Leitung von Christoph Wohlleben zum Einsatz kommen. Die Inszenierung überrascht mit unerwarteten Wendungen, feinsinniger Melancholie und skurrilem Humor.

„Ein Sommernachtstraum“ war die erste Komödie, die bei den Bad Hersfelder Festspielen aufgeführt wurde. Im Jahr 1961 inszenierte der damalige Intendant William Dieterle das Stück und brachte es fünf Jahre hintereinander auf die Bühne.

Für die Aufführung sind Karten in den Reihen 3 bis 6 reserviert. Die Zuschauerplätze sind überdacht. Bei kühler Witterung kann eine Decke hilfreich sein.

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Bad Hersfelder Festspiele.

- 10.30 Uhr Abfahrt Beverungen, Busbahnhof/ZOB
- 12.30 Uhr (ca.) Eintreffen in Bad Hersfeld
- 14.30 Uhr Einlass
- 15.00 Uhr Beginn der Aufführung

Weitere Zustiegsmöglichkeiten nach Bedarf in Dalhausen, Borgentreich und Warburg. Die Zustiegszeiten werden rechtzeitig bekannt gegeben.

AK120101 | Kurs

mit Ulrich Wille

Sonntag, 06.07., 15:00-17:00 Uhr

Beverungen, Busbahnhof ZOB

1 Termin, 3,33 UE

Gebühr: 94,00 €

Elspe: Auf den Spuren von Karl May – „Im Tal des Todes“ live erleben

Besuchen Sie mit uns die Karl-May-Festspiele in Elspe und erleben Sie das Stück „Im Tal des Todes“. Die mitreißende Inszenierung erzählt eine packende Geschichte aus dem Wilden Westen, begleitet von beeindruckenden Stunts, Spezialeffekten und Live-Musik. Auf der Busfahrt erfahren Sie Wissenswertes über die traditionsreichen Festspiele und das Leben sowie Werke von Karl May, einem der bedeutendsten deutschen Schriftsteller. Erleben Sie auf der 100 Meter breiten Naturbühne eine spannende Inszenierung mit 60 Akteuren und über 40 Pferden. Vor Beginn der Vorstellung haben Sie genügend Zeit, das Festivalgelände auf eigene Faust zu erkunden.

Für die Aufführung sind Karten in den Reihen 13 bis 16 reserviert. Die Zuschauerplätze sind überdacht. Bei kühler Witterung kann eine Decke hilfreich sein.

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Festspiele in Elspe.

- 07.45 Uhr Abfahrt Beverungen, Busbahnhof/ZOB
- 10.45 Uhr (ca.) Eintreffen in Elspe
- 14.30 Uhr Einlass
- 14.45 Uhr Beginn der Aufführung

Weitere Zustiegsmöglichkeiten nach Bedarf in Dalhausen, Borgentreich, Warburg. Die Zustiegszeiten werden rechtzeitig bekannt gegeben.

AK120102 | Kurs

mit Ulrich Wille

Samstag, 19.07., 15:00-17:00 Uhr

Beverungen, Busbahnhof ZOB

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 60,00 €/ Kinder 52,00 €



Literaturtreff – in Zusammenarbeit mit der Buchhandlung LESBAR

Sie lesen gerne und wollen sich über Literatur austauschen? Dann sind Sie beim Literaturtreff genau richtig! Die Diskussionen beschäftigen sich mit gattungsspezifischen Einordnungen sowie alltags- und gesellschaftspolitischen Bezügen.

Der Treff findet einmal im Monat statt, in diesem Semester erstmalig am 11.02.2025, und beschäftigt sich dabei mit „Am Himmel die Flüsse“ von Elif Shafak. Die weiteren Termine und Bücher werden in gemeinsamer Absprache festgelegt.

AK120200 | Kurs

mit Dr. Andreas Knoblauch-Flach
Dienstag, 11.02., 18:15-19:45 Uhr
Beverungen, Buchhandlung „LESBAR“
(Weserstr. 7)
7 Termine, 10 UE
Gebühr: 35,00 €

Mein Lieblingsbuch: „Wie man unsterblich wird“ von Sally Nicholls – Wie macht ein Jugendbuch Mut für die „letzte Reise“?

Die beiden Hauptpersonen haben mehrere Krankenhausaufenthalte hinter sich und wissen, dass ihnen nicht mehr viel Zeit bleibt. Auf Anregung ihrer Hauslehrerin halten sie ihre Gedanken in einem Tagebuch fest und stellen Listen auf von Dingen, die sie gerne noch tun möchten: Horrorfilme schauen, Teenager sein, einen Weltrekord aufstellen, Rolltreppe fahren, mit einem Luftschiff fahren, die Erde vom Weltraum aus sehen. Diese Listen verändern etwas in ihrem Leben, denn mit ihrer Unterstützung gewinnen sie wieder ein Ziel, das auch uns Mut machen kann.

Michael Schwarzwald: „In einer besonderen Zwischenzeit war mir persönlich dieses Buch eine Hilfestellung und ich konnte die Geschichte auch mit einer ungewöhnlichen Theatergruppe für die Bühne aufbereiten und mehrfach aufführen“.

AK120201 | Kurs

mit Michael Schwarzwald
Donnerstag, 20.02., 19:00-20:30 Uhr
Warburg, „Café Johannes“ im Küstergarten
(Burggraben 73)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Mein Lieblingsbuch: „Primitivo“ von Pedro Lenz

Der Sommer 1982 hätte so gut werden können für den Maurerlehrling Charly, weil er mächtig verliebt ist. Aber es ist vor allem der Sommer, in dem der spanische Gastarbeiter Primitivo bei einem Arbeitsunfall stirbt – ein einschneidendes Erlebnis für Charly, der samstags gerne bei Primitivo saß und mit ihm über die Arbeit, über Gott, die Welt und Literatur sprach. Ursprünglich aus Asturien stammend ist der alte Maurer viel in der Welt herumgekommen, ganz anders als der junge Charly, der kaum je sein Schweizer Heimatdorf verlassen hat. Und dann ist da ja auch noch die Sache mit der Liebe, wofür Charly den Rat vom Primitivo gut hätte gebrauchen können.

AK120202 | Kurs

mit Dr. Andreas Knoblauch-Flach
Donnerstag, 27.03., 19:00-20:30 Uhr
Warburg, „Café Johannes“ im Küstergarten
(Burggraben 73)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Die Bibel

Einheitsübersetzung
Altes und Neues Testament

HERDER

1504 Seiten
fester Einband
9,90 Euro

Der aktuelle, unentbehrliche Klassiker ...

Bücher per WhatsApp
bestellen: 0151-26172038

BÜCHER
 **PODSZUN**

Warburg, Hauptstraße 44
Telefon 05641-740898
www.buecher-podszun.de




Musikschule Warburg

gGmbH



Musik verbindet Generationen - seit 1967:
Deine Musikschule in Warburg!

Unser Angebot:

- Instrumentalunterricht
- Elementarpädagogik
 - Musikzwerge/-mäuse
 - Musikalische Früherziehung
 - Blockflötenkurse
 - Orientierungsjahr
- Auffrischungskurse
- Gesangs- und Chorangebot
- Ballett 

Nähere Informationen unter:

-  www.mu-wa.de
-  info@mu-wa.de
-  05641 6629
-  0160 4529709
-  [musikschulewarburg](https://www.instagram.com/musikschulewarburg)
-  Musikschule Warburg gGmbH



ORGELMUSEUM
BORGENTREICH

Führungen
auch außerhalb
der Öffnungszeiten
nach vorheriger
Vereinbarung

Entdecken Sie die Magie der Orgel im ersten Orgelmuseum Deutschlands!

Erleben, Mitmachen und Ausprobieren für die ganze Familie.
Gewinnen Sie Einblicke in handwerkliche Entstehung, Klंगाufbau und Funktion sowie Geschichte der Königin der Instrumente.

Klangwelten erkunden, Tasten drücken – Staunen garantiert!

Öffnungszeiten: Do – So 14 – 17 Uhr, Sa 10 – 12 Uhr
Von November bis März nur Samstag und Sonntag geöffnet.

orgelmuseum-borgentreich.de

Marktstraße 6 | 34434 Borgentreich | Tel. 05643 339 oder 8090

Mitmach
Museum

Mit vielen attraktiven
Stationen zum
Ausprobieren





Mein Lieblingsbuch: „Wie ein Mann nichts tat und so die Welt rettete“ von Lukas Meisel

Wie ein Mann nichts tat – und so den Dritten Weltkrieg verhinderte. Sowjetunion, 1983. Stanislaw Petrow lebt ein beschauliches Leben mit seiner Raisa und den beiden Kindern Jelena und Dimitri. Eines Nachts übernimmt Petrow die Schichtleitung für einen erkrankten Kollegen – und wird bei seiner Rückkehr nicht mehr derselbe sein. In einer scheinbar normalen Nacht im Jahr 1983 hat Stanislaw Petrow über das Schicksal der ganzen Welt entschieden.

AK120203 | Kurs

mit Jutta Seifert

Donnerstag, 24.04., 19:00-20:30 Uhr
Warburg, „Café Johannes“ im Küstergarten (Burggraben 73)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Mein Lieblingsbuch: „Alexander von Humboldt und die Erfindung der Natur“ von Andrea Wulf

Alexander von Humboldt war seiner Zeit sehr weit voraus, als Universalgelehrter und unermüdlicher Naturforscher, er stellte bereits klimatische Veränderungen fest, vor denen er warnte. Wie kein anderer Wissenschaftler prägte er unser Verständnis von der Natur als lebendigem Ganzen, als Kosmos, in dem alles miteinander verbunden ist und dessen untrennbarer Teil wir sind. Humboldt begreift die Natur in ihrer ganzen Fülle als Lebensnetz und prägt damit auch unser Wissen um die Verwundbarkeit der Erde.

Andrea Wulf zeigt in ihrer vielfach ausgezeichneten Biografie das abenteuerliche Leben Humboldts sowie sein Werk, es ist Roman und Sachbuch gleichermaßen.

AK120204 | Kurs

mit Stephan Rumphorst

Donnerstag, 22.05., 19:00-20:30 Uhr
Warburg, „Café Johannes“ im Küstergarten (Burggraben 73)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Kreatives Schreiben zu unserer Lieblingsmusik – Texte schreiben, sich im kleinen Kreis und in angenehmer Atmosphäre austauschen und nicht nur persönliche Gruß-Worte finden

Ein Gruß muss geschrieben werden, aber keine Idee, was man schreiben kann?

Für die meisten von uns hat Musik eine große Bedeutung. Wir wollen uns deshalb von unserer Lieblingsmusik inspirieren lassen, experimentieren, suchen uns fehlende Worte und entwickeln mit Musik unseren Text, in dem sich persönliche Zeilen, Textzitate, Bilder und Musik gegenseitig ergänzen und verschiedene Sinne angesprochen werden.

Auf diese Weise können auch zu verschiedenen Anlässen wie Geburtstag, Hochzeit, Ruhestand usw. Texte entstehen, wenn uns mal wieder die passenden Worte fehlen und wir mit den vorgedruckten Grußkarten nicht zufrieden sind.

Angedacht ist eine Werkstatt mit zunächst 4 Terminen im wöchentlichen Rhythmus.

Mitzubringen sind: Laptop mit Internetzugang (evtl. auch ein Smartphone).

AK120205 | Kurs

mit Michael Schwarzwald

Donnerstag, 13.03., 19:30-21:30 Uhr
Warburg, An der Burg 23
4 Termine, 10,67 UE
Gebühr: 27,00 €

Krimi-Lese-Event mit Musik mit Christian Jaschinski „STARCK und der erste Tag“ – in Zusammenarbeit mit der Buchhandlung LESBAR

Der Lemgoer Autor und Musiker Christian Jaschinski ist in der Buchhandlung LESBAR zu Gast und hat zwei große Leidenschaften im Gepäck: Literatur und Musik.

Christian Jaschinskis Thriller „STARCK und der erste Tag“ bildet den fulminanten Auftakt zur neuen Thrillerreihe: „STARCK – Staatsanwalt im Schatten“. Zwischen engagiert vorgetragene Textpassagen plaudert der Autor mit den Gästen über Hintergründe, Recherche und die Entstehung der Geschichte.



Zwischendurch gibt es immer wieder Musik. Christian Jaschinski interpretiert am Klavier Titelmelodien bekannter Filme und Serien – von „Bourne“ über „Mission Impossible“ und „Magnum“ bis „Pink Panther“. Außerdem kommt eine besondere Komposition zur Aufführung: „Die Komplizen“ ist ein Titel, den Jaschinski eigens für die Protagonisten der STARCK-Reihe geschrieben hat.

Und worum geht es in dem Roman? Alles war ihm genommen worden. Seine Frau. Seine Tochter. Sein Ruf und die Karriere. Als Andreas Starck aus dem Gefängnis freikommt, möchte er nur eines: endlich seine Tochter Greta wieder in die Arme schließen, die er jahrelang nicht gesehen hat. Doch das Recht dazu wird ihm verweigert. Starck hat genug. Nicht nur wurde dem Ex-Staatsanwalt seine Frau genommen, jetzt versucht auch noch jemand, ihn der gemeinsamen Zukunft mit seiner Tochter zu berauben. Entschlossen beginnt er, den eigenen Fall neu zu untersuchen, unterstützt von einem eigenwilligen Kommissar. Zu spät merkt er, dass er damit mächtige Gegner verärgert.

Das LESBAR-Team sorgt während der Lesung für Getränke und Snacks, die im Preis inbegriffen sind.

Eintrittskarten im Vorverkauf gibt es bei der VHS und bei der Buchhandlung LESBAR, Karten an der Abendkasse nur nach Verfügbarkeit.

AK120211 | Kurs

mit Christian Jaschinski

Donnerstag, 30.01., 19:00-20:30 Uhr
Beverungen, Buchhandlung "LESBAR"
(Weserstr. 7)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 12,00 €

Gespräch mit Hermann Multhaupt: „Das kurze Leben der Ilse Uhlmann“

Der renommierte Autor und Journalist Hermann Multhaupt wird aus seiner Lektüre „Das kurze Leben der Ilse Uhlmann“ lesen.

Erzählt wird die tragische Geschichte eines jüdischen Mädchens, das während des Nationalsozialismus in Ovenhausen lebte. Ilse

Uhlmann erlebte die Ausgrenzung, Verfolgung und schließlich die Deportation, die ihr junges Leben gewaltsam beendete. Multhaupt beleuchtet nicht nur ihr persönliches Schicksal, sondern auch die grausame Realität vieler jüdischer Kinder in dieser Zeit. Der 24-seitige Text ist eine bewegende Hommage an Ilse und ein wichtiges Zeugnis gegen das Vergessen der Opfer des Holocaust. Der Autor schafft es, durch seine einfühlsame Erzählweise das Leben und Leiden eines unschuldigen Kindes eindrucksvoll nachzuzeichnen.

An diesem Abend besteht die Möglichkeit, einen der bedeutendsten Autoren der Region kennenzulernen. Hermann Multhaupt, geboren 1937 in Beverungen, arbeitete als Journalist in Karlsruhe, Mannheim und Baden-Baden und war von 1979 bis 2000 Chefredakteur der Kirchenzeitung „Der Dom“. Er hat über 80 Bücher geschrieben oder herausgegeben und gilt als Mitwiederentdecker der irischen Segenswünsche. Für seine kirchlichen Verdienste erhielt er 1981 den Journalistenpreis der Deutschen Bischofskonferenz.

AK120212 | Kurs

mit Hermann Multhaupt

Donnerstag, 20.02., 18:00-20:00 Uhr
Borgentreich, Orgelmuseum
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 5,00 €

Autorenlesung mit Arno Strobel: Mörderfinder – Das Muster des Bösen – in Zusammenarbeit mit der Buchhandlung LESBAR

Der neue Thriller von Nr. 1-Bestseller-Autor Arno Strobel „Das Muster des Bösen“ ist das fünfte Buch aus der Reihe Mörderfinder.

Fallanalytiker Max Bischoff und Handschriftenexperte Marvin Wagner stehen kurz vor der Eröffnung ihrer gemeinsamen Detektei WaBi Investigations, als in Düsseldorf der neunjährige Sohn eines Richters entführt wird. Ausgerechnet ein Häftling will nun, dass Max und Marvin in der Sache ermitteln. Rainer Klinke sitzt wegen Entführung einer Minderjährigen in U-Haft und fürchtet, dass er eine Mitschuld an dem aktuellen Fall tra-



gen könnte. Denn der Täter, der den Jungen in seiner Gewalt hat, hat Kontakt mit Klinke aufgenommen, will ihm zeigen, wie es „richtig geht“, damit die, die es verdient haben, bestraft werden.

Als der entführte Junge tot aufgefunden wird und erneut ein Kind verschwindet, ist Max und Marvin klar, dass ihnen extrem wenig Zeit bleibt, einen weiteren Mord zu verhindern. Und einen Irren zu stoppen, der vor nichts zurückschreckt, um seine eigene Vorstellung von Gerechtigkeit wahr werden zu lassen.

Arno Strobel, 1962 in Saarlouis geboren, gehört zu den erfolgreichsten und gefragtesten deutschen Thriller-Autoren. Unter einem Pseudonym veröffentlichte er Ende 2007 seinen ersten Thriller „Magus – Die Bruderschaft“, bevor ihm 2010 mit dem Psychothriller „Der Trakt“ der endgültige Durchbruch gelang.

Er liebt die Grenzerfahrungen, die er gerne mit seinen Lesern teilt. Seine Thriller sind spannende Entdeckungsreisen zu den dunklen Winkeln der menschlichen Seele, die auch vor den größten Urängsten keinen Halt macht. Seine Themen spürt er dabei meist im Alltag auf und erst, wenn ihn eine Idee nicht mehr loslässt und er den Hintergründen sofort mit Hilfe seines Netzwerks aus Experten auf den Grund gehen will, weiß er, dass der Grundstein für seinen nächsten Roman gelegt ist. Alle seine bisherigen Thriller waren Bestseller.

An diesem Abend besteht die Möglichkeit, tiefere Einblicke in die Entstehungsgeschichte der Romane zu erhalten, mehr über die Inspirationsquellen und Arbeitsweise des Autors zu erfahren und spannende Hintergründe zur Entwicklung der Charaktere und Handlungsstränge zu entdecken.

Eintrittskarten im Vorverkauf gibt es bei der VHS und bei der Buchhandlung LESBAR, Karten an der Abendkasse nur nach Verfügbarkeit.

AK120213 | Kurs

mit Arno Strobel

Dienstag, 18.03., 19:00-20:30 Uhr
Beverungen, Stadthalle/Saal Bever (Kolpingstr. 5)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 16,00 €

Autorenlesung mit Kathrin Heinrichs: „Gras drüber!“ – in Zusammenarbeit mit den „Germeter Begegnungen“

Die Mendener Autorin Kathrin Heinrichs ist Mitglied der Autorenvereinigungen Syndikat und Sisters in Crime.

2022 hat sie den renommierten Gläuser-Preis in der Sparte „Kurzkrimi“ für die beste deutschsprachige Krimikurzgeschichte erhalten. Nach Warburg-Germete kommt die Autorin mit ihrem neuen Kurzkrimi-Band.

Kurzkrimis sind Kathrin Heinrichs' Spezialität. Kein Wunder, dass sie ihr Publikum damit immer wieder begeistert. Die Leserschaft liebt ihre ausgelassenen Geschichten, bei denen es einen vor Lachen kaum auf dem Stuhl hält. Doch es gibt auch Geschichten, da hört man die berühmte Stecknadel fallen, so bewegend liest Heinrichs ihre Texte.

„Gras drüber!“ verspricht einen spritzigen Abend mit jeder Menge kabarettistischer Plauderei und hintersinnigem Humor.

Der Veranstaltungsort ist barrierefrei. Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung unter www.vhs-dew.de

AK120214 | Kurs

mit Kathrin Heinrichs

Samstag, 22.03., 19:30-21:00 Uhr
Warburg-Germete, Pfarrheim (Garamattweg 4)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 12,00 €

Autorenlesung mit Michaela Koßmann „Verliebt, vermalte und angepinselt“ – in Zusammenarbeit mit der Buchhandlung LESBAR

Humorvoll und ländlich geht es im Liebesroman „Verliebt, vermalte und angepinselt“ von Michaela Koßmann zu. Die Hauptfigur



Rica fährt in ihre Heimat aufs Land, um die Eltern und Oma beim Umzug in barrierefreie Wohnungen, dem Verkauf der Tiere und der Vermietung des Elternhauses zu unterstützen. Als Perfektionistin ist sie bestens vorbereitet, doch volle Schuttcontainer, leere Wohnungen und der Verkauf der Ziegen und Kaninchen verursachen ungewolltes Gefühlschaos. Als sich Ricas Schwester Melli plötzlich mehr für den neuen Mieter als für ihren eigenen Mann interessiert, ist Rica froh, Oma und die neuen Freundinnen an ihrer Seite zu haben. Und dann ist da noch der Malermeister Yo, der ihr oft den letzten Nerv raubt, aber manchmal auch kumpelhaft-einfühlsam ihren Puls in die Höhe treibt.

In dem Roman übers Entrümpeln und Renovieren von Haus und Herz geht es um eine quirlige Familie, Landleben, grüne Wiesen, Tiere und natürlich um die Liebe, aber auch um alternde Eltern, Generationenkonflikte und Neuanfang. Wenn Neues entsteht, muss Altes weichen. Doch hinterher ist alles schöner.

Michaela Koßmann (*1980) ist seit frühester Kindheit ein begeisterter Bücherwurm, stammt aus der Region, und wuchs in Haarbrück mit Eltern, Großeltern, Ziegen und Kaninchen, die damals noch richtige Nutztiere waren, auf. Der Vater und die Opas übten unterschiedliche Handwerksberufe aus, und Michaela machte nach der Fachoberschulreife in Beverungen eine Ausbildung in einer Handwerksbäckerei. Eine familiäre Ausräumaktion und Entrümpelung inspirierte sie zu ihrem Debütroman, der im Mai 2024 erschien. Heute lebt sie mit ihrem Mann in Fürstenu bei Höxter.

Eintrittskarten im Vorverkauf gibt es bei der VHS und bei der Buchhandlung LESBAR, Karten an der Abendkasse nur nach Verfügbarkeit.

AK120215 | Kurs

mit Michaela Koßmann

Donnerstag, 03.04., 19:00-20:30 Uhr
Beverungen, Buchhandlung „LESBAR“
(Weserstr. 7)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 12,00 €

Autorenlesung mit Bernd Giesecking: „Das kuriose Ostwestfalen-Buch“ – in Zusammenarbeit mit den „Germeter Be- gegnungen“

Bernd Giesecking schrieb drei Bücher über seine Reisen nach Finnland, die allesamt Verkaufserfolge waren. Mit der gleichen Neugierde, mit der er die Skurrilitäten der Finnen entdeckte, findet er Wundersames und Besonderes in Ostwestfalen-Lippe. „Das kuriose Ostwestfalen Buch“ schaffte es zum Erscheinen sogar auf die Spiegel Bestsellerliste.

Bernd Giesecking deckt die Historie der Bielefeld-Verschwörung auf, findet Luigi Colani in Rheda-Wiedenbrück, er spürt den ältesten Ostwestfalen auf und besucht das Bielefelder Kennhuhn und andere Seltsamkeiten im Hühnerstall. Er spricht mit Prominenten wie Ingolf Lück, Gustav Peter Wöhler und Jürgen von der Lippe. Arminius kommt zu Wort und zielt sogar die Fußgängerampeln in Detmold. Und was ist überhaupt dieses „sagenumwobene Lippe“?

Ein Abend mit Bernd Giesecking sprengt eigentlich immer den Rahmen einer herkömmlichen „Lesung“. Dies ist kein „dröger“ Vortrag, sondern immer wieder eine lebendige Veranstaltung, oft witzig, immer informativ.

Der Veranstaltungsort ist barrierefrei. Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung unter www.vhs-dew.de

AK120216 | Kurs

mit Bernd Giesecking

Freitag, 25.04., 19:30-21:00 Uhr
Warburg-Germete, Pfarrheim (Garamattweg 4)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 16,00 €



Theater in Warburg – Spielzeit 2024/2025

„Hexenjagd“

Schauspiel von Arthur Miller
mit Wolfgang Seidenberg, Carsten Klemm u.a.
Euro-Studio Landgraf



Dienstag, 11. Februar 2025, 20.00 Uhr, Pädagogisches Zentrum

„Rent a Friend“

Komödie von Folke Braband
mit Torsten Münchow, Caroline Beil, Bürger Lars Dietrich u. Martina Dähne
Tournée-Theater Thespiskarren

Dienstag, 11. März 2025, 20.00 Uhr, Pädagogisches Zentrum

„Die Kehrseite der Medaille“

Komödie von Florian Zeller
mit Timothy Peach, Nicola Tiggeler, Martin Armknecht und Nadine Menz
Euro-Studio Landgraf

Dienstag, 29. April 2025, 20.00 Uhr, Pädagogisches Zentrum

Abonnementverkauf: Frau Rütters-Engemann, Hansestadt Warburg, Bahnhofstr. 28, 34414 Warburg, Zimmer 416, Tel.: 05641 92-1416.

Der Einzelkartenverkauf für die Theaterraufführungen beginnt drei Wochen vor dem jeweiligen Termin in der Tourist-Information auf dem Neustadt-Marktplatz in Warburg.



„Ihre“

Buchhandlung in Beverungen

Lesungen

Literaturtreff

Buchvorstellungen

Buchgenuss nach Ladenschluss

Umfangreiches Buchsortiment vorrätig

Buch- und Schulbuchbestellungen über Nacht

Bestellungen auch online: www.lesbar-beverungen.de

Telefon 05273 366922 email: info@lesbar-beverungen.de



05273 4362977



Warburger Meisterkonzerte Saison 2024/2025

WARBURGER MEISTERKONZERTE

Amici Ensemble

Jan Nigges (Flauto dolce), Alexander von Heißen (Cembalo)
& Julia Nilsen-Savage (Barockcello/Gambe)

Samstag, 08. Februar 2025

19.30 Uhr, Aula Gymnasium Marianum

Haiou Zhang (Klavier)

Samstag, 08. März 2025

19.30 Uhr, Aula Gymnasium Marianum



Clarinet Trio Anthology

Daniel Ottensamer (Klarinette), Stephan Koncz (Violoncello),
Christoph Traxler (Klavier)

Samstag, 05. April 2025

19.30 Uhr, Aula Gymnasium Marianum

Abonnementverkauf: Frau Rütters-Engemann, Hansestadt Warburg, Bahnhofstr. 28, 34414 Warburg, Zimmer 416, Tel.: 05641 92-1416.

Der Einzelkartenverkauf für die Theaterraufführungen beginnt 3 Wochen vor dem jeweiligen Termin in der Tourist-Information auf dem Neustadt-Marktplatz in Warburg.



Sie interessieren sich für eine Lehrtätigkeit bei der VHS?



Sie verfügen über eine fachliche Qualifikation in einem der folgenden Bereiche: politische oder berufliche Bildung, Fremdsprachen, Gesundheit, Kultur und Gestalten oder EDV?



Sie arbeiten gerne mit Menschen zusammen und können Ihr Wissen leicht verständlich weitergeben?

Dann freuen wir uns auf Ihre schriftliche Bewerbung und einen Programmvorschlag für das kommende Semester.

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser

Rathaus Zwischen den Städten 9

34414 Warburg

info@vhs-dew.de





VHS-Kino

Filmklassiker im Cineplex – Kooperation zwischen dem VHS-Zweckverband „Diemel-Egge-Weser“ und dem Cineplex Warburg

Der VHS-Zweckverband „Diemel-Egge-Weser“ beginnt in diesem Semester eine neue Kooperation mit dem Warburger Cineplex Kino und präsentiert ausgewählte Film-Klassiker aus Deutschland, Hollywood und der ganzen Welt. Filme, die jeder kennt, selbst wenn man sie noch nicht gesehen hat. Filme, die Geschichte geschrieben haben und heute Kultstatus genießen. Filme, die die Kunstform vorangebracht haben, und die dank dieser neuen Reihe endlich einmal wieder auf der großen Leinwand zu sehen sind – wo sie hingehören. In restaurierten Fassungen mit perfektem Bild und Ton.

Vor jedem Film gibt der Warburger Drehbuchautor Heinrich Hadding eine ca. 15-minütige Einführung zur Entstehungsgeschichte, die Macher und die ‚Karriere‘ des Werks. Bei einem kleinen Film-Quiz gibt's Kino-Gutscheine zu gewinnen, und nach der Vorstellung bietet sich noch die Möglichkeit, gemeinsam über den Film, seine Wirkung und Bedeutung zu sprechen.

„Die Feuerzangenbowle“

Mitten im 2. Weltkrieg entstanden (1944) und seitdem zum Klassiker avanciert. Mit Deutschlands Superstar Heinz Rühmann in seiner berühmtesten Rolle als erfolgreicher Schriftsteller, der von Privatlehrern erzogen wurde und nie die Schulbank gedrückt hat. Beim Genuss einer Feuerzangenbowle animieren ihn seine Freunde, sich als Pennäler auszugeben, mit höchst amüsanten Folgen und drei ‚F‘. Noch heute gibt es an vielen Universitäten jedes Jahr traditionell eine Vorführung des Films.

Der Eintritt ist vor Ort zu zahlen oder Voranmeldung über www.cineplex.de/warburg

AK120220 | Kurs

mit Heinrich Hadding

Mittwoch, 12.02., 19:00-22:00 Uhr
Warburg, Cineplex (Oberer Hilgenstock 30)

1 Termin, 4 UE
Gebühr: 7,00 €

„Casablanca“

In jeder Abstimmung zu den besten Filmen aller Zeiten taucht einer ganz weit oben auf: Casablanca (1942). Die Geschichte von Barbesitzer Rick und dem plötzlichen Wiedersehen mit seiner großen Liebe Ilsa, die ihm einst das Herz brach, eingebettet in das Drama von verfolgten Exilanten, die 1941 über Casablanca das besetzte Europa verlassen wollen.

Mit Humphrey Bogart und Ingrid Bergman in ihren legendärsten Rollen und ausgezeichnet mit 3 Oscars. Einer der ganz Großen!

Der Eintritt ist vor Ort zu zahlen oder Voranmeldung über www.cineplex.de/warburg

AK120221 | Kurs

mit Heinrich Hadding

Mittwoch, 12.03., 19:00-22:00 Uhr
Warburg, Cineplex (Oberer Hilgenstock 30)

1 Termin, 4 UE
Gebühr: 7,00 €

„Blues Brothers“

Der Begriff ‚Kult-Film‘ wurde für Streifen wie diesen erfunden. Wer ihn nicht kennt, kann nicht wirklich mitreden. James Belushi und Dan Akroyd als Blutsbrüder und R&B-Musiker, die in kürzester Zeit Geld für einen guten Zweck aufreiben müssen, und sich dabei nicht nur mit dem Gesetz anlegen.

Trockener Humor, spektakuläre Verfolgungsjagden und vor allem unvergessliche Musik-Einlagen, u.a. mit Ray Charles und Aretha Franklin, eine Achterbahnfahrt von einem Film. In der extended Version!

Der Eintritt ist vor Ort zu zahlen oder Voranmeldung über www.cineplex.de/warburg

AK120222 | Kurs

mit Heinrich Hadding

Sonntag, 06.04., 17:00-20:00 Uhr
Warburg, Cineplex (Oberer Hilgenstock 30)

1 Termin, 4 UE
Gebühr: 7,00 €



„Das Boot“

Wenige deutsche Filme genießen weltweit ein so hohes Ansehen wie Wolfgang Petersens Meisterwerk aus dem Jahre 1981. Basierend auf Lothar Günther Buchheims autobiographischem Roman, erzählt „Das Boot“ in eindrücklichen Bildern von einer Feindfahrt eines deutschen U-Boots im Atlantik Ende 1941 und beschreibt glaubhaft die Zustände an Bord. Mit dem damals noch schauspielenden Herbert Grönemeyer in der Hauptrolle markierte „Das Boot“ außerdem den Karriere-Beginn vieler deutscher Stars. Ein niemals verherrlichender Anti-Kriegsfilm, der bis heute Maßstäbe setzt. Präsentiert in der Director's Cut Version.

Der Eintritt ist vor Ort zu zahlen oder Voranmeldung über www.cineplex.de/warburg

AK120223 | Kurs

mit Heinrich Hadding

Mittwoch, 07.05., 18:00-21:00 Uhr
Warburg, Cineplex (Oberer Hilgenstock 30)

1 Termin, 4 UE
Gebühr: 7,00 €

Widerstand im „Dritten Reich“: „Geheime Reichssache“

In Ergänzung der Reihe präsentieren Cineplex und VHS im Juli 2025 zwei Filme, die sich mit dem deutschen Widerstand während der NS-Zeit beschäftigen, eingeführt und eingeordnet von Dr. Heribert Schlinker.

Die deutschen Widerstandskämpfer vor dem Volksgerichtshof. Mit der berühmten Szene, wie Josef Wirmir dem arroganten Freisler widerspricht.

Die Lehrer der weiterführenden Schulen aus der Kernstadt Warburg werden durch Rektoren/Direktoren zu einer kostenlosen Sichtveranstaltung des Films in das „Cineplex Warburg“ eingeladen. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie beim Cineplex Warburg.

Der Eintritt ist vor Ort zu zahlen oder Voranmeldung über www.cineplex.de/warburg

AK120224 | Kurs

mit Dr. Heribert Schlinker

Dienstag, 22.07., 16:45-18:30 Uhr und
19:45-21:30 Uhr
Warburg, Cineplex (Oberer Hilgenstock 30)

1 Termin, 2,33 UE
Gebühr: 7,00 €

„In Liebe, Eure Hilde“

Wieviel Mut und Überzeugung die Widerstandskämpfer der „Roten Kapelle“ aufbrachten! Eingeführt und eingeordnet von Dr. Heribert Schlinker.

Die Lehrer der weiterführenden Schulen aus der Kernstadt Warburg werden durch Rektoren/Direktoren zu einer kostenlosen Sichtveranstaltung des Films in das „Cineplex Warburg“ eingeladen. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie beim Cineplex Warburg.

Der Eintritt ist vor Ort zu zahlen oder Voranmeldung über www.cineplex.de/warburg

AK120225 | Kurs

mit Dr. Heribert Schlinker

Mittwoch, 23.07., 16:45-18:30 Uhr und
19:45-21:30 Uhr
Warburg, Cineplex (Oberer Hilgenstock 30)

1 Termin, 2,33 UE
Gebühr: 7,00 €



Tanzpraxis

Linedance für Anfänger-Fortsetzung

Line Dance ist eine choreografierte Tanzform des Westerntanzes und wird vorwiegend zu Country- und New-Country Musik, aber auch zu Pop, getanzt.

Dazu wird nebeneinander und hintereinander in Reihen (Lines) getanzt, also im Prinzip als Formationstanz. Erlernt werden für jeden Tanz festgelegte Schrittfolgen, die mit Richtungswechseln und Drehungen in mehreren Wiederholungen den vollständigen Tanz ergeben. Da die Gruppe in Lines tanzt, wird kein Partner benötigt, niemand muss führen oder geführt werden.

Dieser Kurs richtet sich an Beginner, die wenigstens an einem Linedance-Kurs teilgenommen haben, oder anderweitig Vorkenntnisse erworben haben.

Von den Teilnehmern mitzubringen: Bequeme Schuhe mit glatter Sohle (keine Straßenschuhe) und etwas Absatz (für die Teilnehmerinnen) oder Tanzsneaker. Bitte denken Sie auch an ein Getränk.

AK120513 | Kurs

mit Georg Haase, Yvonne Haase

Donnerstag, 06.02., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Gymnastikraum der Graf-Dodiko-Schule
13 Termine, 26 UE
Gebühr: 85,00 €

Linedance für Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene

Sie haben schon einmal Linedance getanzt und können sich aber an keine Choreografie mehr erinnern, möchten aber wieder starten? Dann ist dieser Kurs genau der richtige für Sie.

Wir starten einen neuen Kurs und bauen uns ein neues Repertoire auf. Sie frischen Tänze auf, die Sie vielleicht schon einmal getanzt haben, die gefestigt und wiederholt werden.

Mitzubringen sind: bequeme Schuhe mit glatter Sohle (keine Straßenschuhe) und etwas Absatz (für die Teilnehmerinnen) oder Tanzsneaker. Bitte denken Sie auch an ein Getränk.

AK120514 | Kurs

mit Georg Haase

Montag, 03.02., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Gymnastikraum der Graf-Dodiko-Schule
15 Termine, 30 UE
Gebühr: 98,00 €

Tanzen für Paare – Anfänger-Aufbaukurs

Haben Sie Interesse am Tanzen, dann probieren Sie es mit Ihrem Partner aus. Dieser Kurs ist ein Angebot für tanzinteressierte Einsteiger-Paare in die Kursreihe „Tanzen für Paare“, die sich schon lange einmal vorgenommen haben, das Tanzen zu lernen.

Tanzen ist die charmanteste Art, auch in der zweiten Lebenshälfte leicht, aber trotzdem wirkungsvoll, Sport zu betreiben. Neben der Stärkung von Herz und Kreislauf hilft tanzen auch, körperlich und geistig fit zu bleiben. Tanzen fördert die Geselligkeit, bietet Gemeinschaft, bereitet Freude und macht Spaß, schafft neue Kontakte und Freunde.

Hinzu kommt das Erlebnis an der Bewegung im Rhythmus der Musik. Von Standardtänzen Walzer, Quickstepp, Tango und anderen bis hin zu den lateinamerikanischen Tänzen Cha-Cha, Rumba und Samba sowie auch Disco-Fox ist alles möglich. Bei uns lernen Sie qualifiziert nach brandaktueller Musik auch aus den Hitlisten, zu tanzen, aber ohne Zeitdruck, Hektik und nicht im Schnellverfahren. Es ist kein Crash-Tanzkurs. Siehe auch unter www.tanzsportkreis.de

Eine frühzeitige Anmeldung ist ratsam und das ganze Jahr über möglich. Paarweise Anmeldung ist sinnvoll.

Die Kosten für die Musikgestaltung sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

AK120515 | Kurs

mit Hildegard Schmidt

Dienstag, 21.01., 20:30-22:00 Uhr
Willebadessen-Borlinghausen, Teutonia Klippenhalle
18 Termine, 36 UE
Gebühr: 145,00 €



Tanzen für Paare – Tanzsportkreis D1

Dieser Kurs richtet sich an Tanzinteressierte, die über mittlere bis gute Tanzkenntnisse verfügen. Die vorhandene Tanzerfahrung wird durch anfängliche Wiederholungen stabilisiert, durch weitere Technik verfeinert und vertieft. Anschließend werden, je nach Fortschritt, in den einzelnen Tänzen neue elegante, schwungvolle Schrittkombinationen gelernt. Gemeinsame Tanzausflüge und interne Tanzabende können auf Wunsch der Teilnehmer wieder angeschlossen und hinzugefügt werden. Siehe auch www.tanzsportkreis.de

Die Kosten für die Musikgestaltung sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

AK120516 | Kurs

mit Hildegard Schmidt

Dienstag, 21.01., 19:00-20:30 Uhr
Willebadessen-Borlinghausen, Teutonia
Klippenhalle
18 Termine, 36 UE
Gebühr: 145,00 €

Tanzen für Paare – Tanzsportkreis F1

Der Kurs richtet sich an Tanz-Paare, die über gute umfangreiche Tanzkenntnisse im Standard- und Lateintanz verfügen, sich weiterentwickeln und ihr bisheriges Können perfektionieren wollen. Eine intensive Wiederholung der Tanzschrittfolgen des jeweiligen Tanzes steht am Anfang dieses Semesters. Nachfolgend werden aus dem Figurenkatalog weitere komplexe Tanzschritte erlernt und in die bestehenden Choreografien eingearbeitet. Auf Kopf- und Körperhaltung wird verstärkt eingegangen. Niveauevolle Tanzbälle und Tanz-Veranstaltungen werden vom Dozenten mitgeteilt. Paarweise Anmeldung ist sinnvoll.

Die Kosten für die Musikgestaltung sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

AK120517 | Kurs

mit Joachim Schmidt

Freitag, 24.01., 19:00-20:30 Uhr
Willebadessen-Borlinghausen, Teutonia
Klippenhalle
18 Termine, 36 UE
Gebühr: 145,00 €

Tanzen für Paare – Tanzsportkreis S1

Der Kurs richtet sich an Tanz-Paare, die über gute Tanzkenntnisse im Standard- und Lateintanz verfügen, sich weiterentwickeln und ihr bisheriges Können perfektionieren wollen. Neuzugänger sind herzlich willkommen.

Eine intensive Wiederholung der Tanzschrittfolgen des jeweiligen Tanzes steht am Anfang dieses Semesters. Nachfolgend werden aus dem Figurenkatalog weitere komplexe Tanzschritte erlernt und in die bestehenden Choreografien eingearbeitet.

Auf Kopf- und Körperhaltung wird verstärkt eingegangen. Niveauevolle Tanzbälle und Tanz-Veranstaltungen werden von der Dozentin mitgeteilt. Siehe auch www.tanzsportkreis.de

Die Kosten für die Musikgestaltung sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

AK120519 | Kurs

mit Joachim Schmidt

Sonntag, 19.01., 19:00-20:30 Uhr
Willebadessen-Borlinghausen, Teutonia
Klippenhalle
18 Termine, 36 UE
Gebühr: 145,00 €

Orientalischer Bauchtanz für Anfänger (auch mit Vorkenntnissen)

Der Orientalische Bauchtanz ist erdverbunden und in der Körpermitte verankert. Er ist sehr weiblich, ursprünglich und sinnlich. Diese sanfte Form der Körperarbeit stärkt die gesamte Muskulatur, die Wirbelsäule, den Beckenboden und fördert die Koordination. Im Kurs werden die Grundbewegungen erlernt. Das Becken, der Brustkorb und die Schultern entdecken neue Bewegungsmöglichkeiten. Durch langsame, kreisende und



schlängelnde Bewegungen erlangen Sie ein neues Körpergefühl und steigern Ihr Selbstbewusstsein.

Der Kurs richtet sich an alle Frauen, die Spaß an Bewegung haben, unabhängig von Alter und Gewicht.

Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Tanzschläppchen oder dicke Socken und ein Getränk.

AK120520 | Kurs mit Sevim Lathouris

Donnerstag, 13.02., 19:30-21:00 Uhr
Warburg, HPZ Gymnastikraum
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 69,00 €

Kunst und Handwerk

Geheimnis des Waldes in Kunst und Mythologie

Darstellung der typischen Eigenschaften eines Waldes, naturalistisch und abstrakt, in den Techniken Aquarell-, Öl- oder Acrylmalerei auf Leinwand.

Benötigt wird ein Skizzenbuch, Farben, Pinsel, Papier oder Leinwand für die bevorzugte Technik.

Begrenzte Teilnehmerzahl!

AK120700 | Workshop mit Udalrike Hamelmann, Kunstpädagogin, Künstlerin

Donnerstag, 06.02., 20:00-21:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum I
5 Termine, 10 UE
Gebühr: 32,00 €

Kreative Acrylmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Die Teilnehmer lernen die Vielfaltigkeit der Acrylmalerei kennen. In eigenen freien Entwürfen oder beim Malen nach Vorlagen entdeckt jeder verschiedene Maltechniken, den Umgang mit Spachtelmassen oder das Einarbeiten von verschiedenen Werkstoffen. Herzlich willkommen ist jeder, der Spaß am kreativen Gestalten hat.

Mitzubringen sind: Borstenpinsel in verschiedenen Größen, alte Teller/Palette und falls vorhanden Acrylfarben und Keilrahmen.

Begrenzte Teilnehmerzahl! Die Anfahrt zum Gymnasium Marianum erfolgt über die Sackstraße/ Am Schützenau, dann unterhalb des Brüderkirchhofes durch das Tor auf den Schulhof bis ganz zum Ende.

AK120701 | Workshop mit Heike Tewes

Dienstag, 11.03., 18:30-21:00 Uhr
Warburg, Gymnasium Marianum, Kunst-
raum (Pavillon, Eingang über den Schul-
hof)
5 Termine, 16,67 UE
Gebühr: 33,00 €

Stricken für Anfänger und Fortgeschrittene

Stricken ist „in“ und macht viel Spaß! Es ist prima zu sehen, wie das selbst hergestellte Strickstück wächst und zu einem großartigen Einzelstück wird.

Dieser Kurs ist nicht nur für Strick-Neulinge. Erlernt werden u.a. die wichtigsten Grundtechniken des Strickens: Maschenanschlag, simple und doch effektvolle Muster, Zu- und Abnahmen und das perfekte Finish des Projekts. Auch die Geheimnisse einer Strickanleitung werden gelüftet.

Fortgeschrittene können individuell ihren Projektwünschen nachgehen und neue Techniken erlernen. Dieser Kurs ist auch optimal für alle, die vielleicht schon lange ein unfertiges Strickstück liegen haben und nicht weiterkommen. Es können Tücher, Schals, Mützen, Pullover, Jacken oder Baby-/Kindersachen gestrickt werden – jeder nach Lust und Strickvermögen.

Bitte mitbringen: Wolle, entsprechende Stricknadeln und ggf. Strickanleitung.

AK120902 | Workshop mit Elke Becker

Donnerstag, 06.02., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum III
6 Termine, 12 UE
Gebühr: 39,00 €



Farb-Beratung: Mit den richtigen Farben strahlen!

Sie sind einzigartig! Bestimmte Farben lassen Sie besonders gut, frisch, gesund und jung aussehen, während manche Farben ungünstig sein können.

Durch professionell zusammengestellte Beratungstücher findet jede Teilnehmerin ihren persönlichen Farbtyp, der perfekt zur Pigmentierung der Haut, Augen und Haare passt.

Jede Farbe hat eine individuelle und einzigartige Eigenschaft, welche die Persönlichkeit gekonnt zum Strahlen bringt. Augenringe, Mimikfalten oder ein ungesunder Gelbstich können die Folgen einer falschen Farbwahl sein. Lassen Sie Farbe Wirkung zeigen!

Bei Interesse kann ein Farbpass für zusätzlich 34,95 € erworben werden.

Bitte bringen Sie aus Ihrem Kleiderschrank Oberteile in verschiedenen Farben bzw. Mustern sowie Blazer mit.

Der Kurs findet mit max. 4 Teilnehmer*innen statt.

AK120904 | Kurs

mit Selina Knipping, Augenoptikermeisterin und Image-Beraterin

Dienstag, 18.03., 15:00-19:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Sitzungssaal
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 56,00 €

Stil-Beratung: Setzen Sie Ihre Persönlichkeit in Szene

Stil ist nicht ausschließlich eine Frage des Geschmacks, sondern sollte auch zu Körperbau, Persönlichkeit und Umfeld passen. Finden Sie Ihren ganz persönlichen Look, der Ihre Vorteile hervorhebt und Ihren Typ gekonnt in Szene setzt und Ihnen besonders gut steht.

Durch eine praktische Vorgehensweise erfahren die Teilnehmer*innen, wie passende Schnitte, Muster und Materialien den persönlichen Stil unterstreichen. Kombinationsmöglichkeiten und das gezielte Einsetzen von Accessoires lassen „Problemzonen“

verschwinden. Eine Empfehlung evtl. zur Brille runden das Thema ab.

Bitte bringen Sie mehrere Hosen, Oberteile, Jacken oder Blazer und Schuhe mit. Tragen Sie bitte am Kursabend enganliegende Kleidung.

Der Kurs findet mit max. 4 Teilnehmern statt.

AK120905 | Kurs

mit Selina Knipping, Augenoptikermeisterin und Image-Beraterin

Dienstag, 20.05., 18:00-22:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Sitzungssaal
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 56,00 €

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene – Intensivkurs

In diesem Intensivkurs erlernen die Anfänger die Nähgrundlagen aus dem Schneiderhandwerk „Schritt für Schritt“, die Fortgeschrittenen vertiefen ihre Nähgrundlagen.

Mitzubringen sind: Nähmaschine, Nähutensilien und Stoff. Sollten Sie keine eigene Nähmaschine besitzen, sprechen Sie uns bitte an. Je nach Verfügbarkeit kann gegen eine Gebühr von 5,00 € pro Abend ein Leihgerät der VHS am Kursort im Rathaus Zwischen den Städten genutzt werden.

Der Kurs findet mit max. 5 Kursteilnehmern statt und bietet so eine intensive Betreuung.

Keine Ermäßigung möglich!

AK120907 | Kurs

mit Irina Jörn

Montag, 06.01., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
4 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 59,00 €

AK120909 | Kurs

mit Gudrun Hösel

Freitag, 10.01., 15:00-17:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I
4 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 59,00 €

**AK120911 | Kurs**

mit Irina Jörn

Montag, 03.02., 18:00-20:30 Uhr
 Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
 9, Sitzungssaal
 4 Termine, 13,33 UE
 Gebühr: 59,00 €

AK120912 | Kurs

mit Gudrun Hösel

Freitag, 07.02., 15:00-17:30 Uhr
 Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
 9, Seminarraum I
 4 Termine, 13,33 UE
 Gebühr: 59,00 €

AK120913 | Kurs

mit Irina Jörn

Montag, 03.03., 18:00-20:30 Uhr
 Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
 9, Sitzungssaal
 4 Termine, 13,33 UE
 Gebühr: 59,00 €

AK120914 | Kurs

mit Gudrun Hösel

Freitag, 07.03., 15:00-17:30 Uhr
 Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
 9, Seminarraum I
 4 Termine, 13,33 UE
 Gebühr: 59,00 €

AK120915 | Kurs

mit Irina Jörn

Montag, 31.03., 18:00-20:30 Uhr
 Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
 9, Sitzungssaal
 4 Termine, 13,33 UE
 Gebühr: 59,00 €

AK120916 | Kurs

mit Gudrun Hösel

Freitag, 04.04., 15:00-17:30 Uhr
 Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
 9, Seminarraum I
 4 Termine, 13,33 UE
 Gebühr: 59,00 €

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Kurs erlernen die Anfänger die Nähgrundlagen aus dem Schneiderhandwerk „Schritt für Schritt“, die Fortgeschrittenen vertiefen ihre Nähgrundlagen.

Mitzubringen sind: Nähmaschine, Nähutensilien und Stoff. Sollten Sie keine eigene Nähmaschine besitzen, sprechen Sie uns bitte an. Je nach Verfügbarkeit kann gegen

eine Gebühr von 5,00 € pro Abend ein Leihgerät der VHS am Kursort im Rathaus Zwischen den Städten genutzt werden.

AK120908 | Kurs

mit Gudrun Hösel

Mittwoch, 08.01., 19:00-21:30 Uhr
 Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
 9, Seminarraum I
 8 Termine, 26,67 UE
 Gebühr: 69,00 €

Nähen für Kinder und Jugendliche (ab 12 Jahren): Kreativ und praktisch

In diesem Kurs erlernen Jugendliche ab 12 Jahren die Grundlagen des Nähens mit der Nähmaschine. Unter fachkundiger Anleitung werden Schnittmuster erstellt, Stoffe zugeschnitten und erste eigene Projekte umgesetzt. Der Fokus liegt auf der Herstellung einer individuellen Tasche oder eines Kosmetikbeutels. Neben den technischen Fertigkeiten werden auch kreative Aspekte wie Farb- und Stoffauswahl sowie das Gestalten von Applikationen vermittelt.

Keine Ermäßigung möglich! Die Kosten für die Materialien werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK120917 | Kurs

mit Raimunde Weßler

Dienstag, 18.02., 16:00-17:30 Uhr
 Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II (Birkenstr.)
 6 Termine, 12 UE
 Gebühr: 28,00 €

Patchwork für Einsteiger – Teil 1

In diesem Kurs erlernen wir die ersten Schritte des Patchworks. Durch ein einfaches Muster nähen wir z.B.: Topflappen, Kissenbezüge oder Tischläufer.

Mitzubringen sind: eine Nähmaschine, Stecknadel und Schere. Begrenzte Teilnehmerzahl!



AK120918 | Workshop

mit Rita Janfrüchte

Donnerstag, 16.01., 19.00-20.00 Uhr und
Samstag, 25.01., 9.00-16.00 Uhr
Rimbeck, Kath. Pfarrheim, W.-Poth-Str.
2 Termine, 8 UE
Gebühr: 20,00 €

Patchwork für Einsteiger – Teil 2

In diesem Kurs erlernen wir ein weiteres, einfaches Patchworkmuster. Es ist keine Voraussetzung, dass man am 1. Kurs teilgenommen hat.

Mitzubringen sind: eine Nähmaschine, Stecknadel und Schere. Begrenzte Teilnehmerzahl!

AK120919 | Workshop

mit Rita Janfrüchte

Donnerstag, 13.02., 19.00-20.00 Uhr und
Samstag, 22.02., 9.00-16.00 Uhr
Rimbeck, Kath. Pfarrheim, W.-Poth-Str.
2 Termine, 9,33 UE
Gebühr: 20,00 €

Patchwork: UFO´s

In diesem Kurs werden mit Hilfe der Kursleiterin die angefangenen Patchwork-Arbeiten fertiggestellt.

Nähkenntnisse sind Voraussetzung. Mitzubringen sind: eine Nähmaschine, Nähseide und Schere. Begrenzte Teilnehmerzahl!

AK120920 | Workshop

mit Rita Janfrüchte

Samstag, 29.03., 9:00-16:00 Uhr
Rimbeck, Kath. Pfarrheim, W.-Poth-Str.
1 Termin, 8 UE
Gebühr: 20,00 €

Keramik selbst bemalen – für Anfänger und Fortgeschrittene

Entdecken Sie die kreative Welt der Keramikmalerei! In diesem ca. 2,5-stündigen Kurs gestalten Sie Ihre individuelle Wunscheramik. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie verschiedene Techniken kennen, um einzigartige Ergebnisse zu erzielen – sei es mit Schablonen oder freier Hand. Nach der Gestaltung wird Ihre Keramik glasiert

und gebrannt. Etwa 14 Tage später können Sie Ihr fertiges Kunstwerk in der VHS abholen.

Vor Kursbeginn wählen Sie Ihre Keramik aus einer von der VHS bereitgestellten Übersicht aus. Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte beachten Sie, dass die Mitnahme von Snacks vermieden werden sollte, da Keramik empfindlich auf Fett reagiert.

Gönnen Sie sich eine kreative Auszeit und gestalten Sie etwas Einzigartiges!

AK121000 | Workshop

mit Heike Schultz

Dienstag, 11.03., 18:00-20:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Kunstraum (Birkenstr.)
1 Termin, 3,33 UE
Gebühr: 22,00 €

AK121001 | Workshop

mit Heike Schultz

Dienstag, 18.03., 18:00-20:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Kunstraum (Birkenstr.)
1 Termin, 3,33 UE
Gebühr: 22,00 €

AK121002 | Workshop

mit Heike Schultz

Dienstag, 25.03., 18:00-20:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Kunstraum (Birkenstr.)
1 Termin, 3,33 UE
Gebühr: 22,00 €

AK121003 | Workshop

mit Heike Schultz

Dienstag, 01.04., 18:00-20:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Kunstraum (Birkenstr.)
1 Termin, 3,33 UE
Gebühr: 22,00 €

Frühlingszauber – Gestalten Sie Ihren persönlichen Frühlingskranz

In diesem Kreativkurs kreieren Sie einen individuellen Frühlingskranz. Zunächst sammeln wir bei einem gemeinsamen Waldspaziergang Zweige und andere Naturmaterialien. In der zweiten Kurseinheit entsteht daraus ein einzigartiger Kranz, der



sich ideal als Dekoration für Haustür oder Tisch eignet.

Der Kurs ist für Kinder ab einem Alter von 6 Jahren geeignet. Bitte beachten Sie, dass pro Kind eine Aufsichtsperson angemeldet werden muss, da eine alleinige Betreuung durch die Kursleitung nicht gewährleistet werden kann.

Weitere Materialien, die benötigt werden, werden mit der Dozentin direkt abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Tauchen Sie ein in die kreative Gestaltung und lassen Sie den Frühling bei sich einziehen!

AK121004 | Workshop

mit Helena Kleck

Freitag, 21.03. von 15:30 Uhr - 17:00 Uhr

Samstag, 22.03. von 14:00 Uhr bis 16:15 Uhr

Beverungen, Waldfriedhof, oberhalb Zum Wandelsberg

2 Termine, 5 UE

Gebühr: 15,00 €

Entdecken Sie die Kunst des Schmiedens im historischen Ambiente der Alten Schmiede Schweckhausen – Grundkurs

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des Schmiedens und erleben die traditionsreiche Handwerkskunst in der Alten Schmiede Schweckhausen. Der Grundkurs bietet Ihnen die einzigartige Gelegenheit, die Grundlagen des Schmiedehandwerks zu erlernen und die eigenen geschmiedeten Kunstwerke zu gestalten. Sie lernen von erfahrenen Handwerkern, die ihre Leidenschaft für das Schmieden mit Ihnen teilen und nehmen die „geschmiedeten Erinnerungen“ mit nach Hause.

Kursinhalte:

- Einführung in das Schmiedehandwerk: Geschichte und Bedeutung des Schmiedens.
- Sicherheitsaspekte: Erlernen von grundlegenden Sicherheitsmaßnahmen im Umgang mit dem Schmiedefeuer und Werkzeugen.

- Werkzeuge und Materialien: Kennenlernen der verschiedenen Schmiedewerkzeuge und ihrer Anwendung.

- Praktische Übungen: Schmieden von einfachen Werkstücken unter Anleitung erfahrener Schmiede.

- Geschichte der Alten Schmiede Schweckhausen: Einblick in die historische Bedeutung und Besonderheiten der Schmiede.

Wir freuen uns darauf, Sie in der Alten Schmiede Schweckhausen willkommen zu heißen!

Mitzubringen sind: passende Kleidung, festes Schuhwerk, Lederschürze wird gestellt.

AK121005 | Workshop

mit Christian Kloidt

Samstag, 24.05., 14:00-17:00 Uhr

Willebadessen, Schmiede in Schweckhausen

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 52,00 €

Schmieden – Aufbaukurs

Trauen Sie sich, den Hammer zu schwingen und das glühende Eisen mit geschwundenen Schlägen in Form zu bringen. Das Schmieden hat mehr mit Technik, gutem Auge und flinken Händen zu tun als mit grober Kraft. Und das wird in diesem Kurs vermittelt. Das Material wird bereitgestellt und ist bereits in der Kursgebühr enthalten. Die von Ihnen hergestellten Kunstwerke dürfen Sie im Anschluss mit nach Hause nehmen.

Mitzubringen sind: passende Kleidung, festes Schuhwerk, Lederschürze wird gestellt.

AK121006 | Workshop

mit Christian Kloidt

Samstag, 28.06., 14:00-17:00 Uhr

Willebadessen, Schmiede in Schweckhausen

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 52,00 €



CINEPLEX

WARBURG



KULTUR
bei uns im KINO

■ **Arthaus-Filme**

Seniorenkino ■

■ **Kirche und Kino**

■ ■ ■ **Konzerte**

Verfilmte Literatur

Film-Klassiker ■ ■

Jährliche Auszeichnung der Film- und Medienstiftung NRW



Das ist uns wichtig!

PROGRAMM UND TICKETS
ONLINE ODER IN DER CINEPLEX-APP

WWW.CINEPLEX.DE/WARBURG

TELEFON: 05641-740888



In Zusammenarbeit mit dem Heimatverein Dalhausen

Akademie
FlechtSommer
a basket making summerschool

Flechtseminare
im Korbmacher-Museum
Dalhausen

weaving the summer

www.flechtsommer.de



Wichtige HINWEISE!

Der FlechtSommer ist eine Veranstaltung, die aufgrund der vielen verschiedenen nationalen und internationalen Künstler einen ganz besonderen Stellenwert in unserem Semesterprogramm einnimmt. Mit der **schriftlichen Kursanmeldung** für die „**Akademie FlechtSommer 2025**“ stimmen Sie den gesonderten Teilnahme- und Zahlungsbedingungen zu.

Für die Organisation der Kurse, die Vorbereitung der individuellen Arbeitsmaterialien und die Realisierung der Angebote benötigen wir verbindliche Anmeldungen. Nur so wird die Durchführung der Kurse nicht gefährdet und ist ein reibungsloser Ablauf für alle Beteiligten gewährleistet.

Eine **Abmeldung** ist daher nur aus wichtigen Gründen (Krankheit, Todesfall) mit einem schriftlichen Nachweis, und zwar bis zu **10 Tage vor Kursbeginn** möglich. In diesem Fall erfolgt eine 30%ige Kostenrückerstattung.

Schriftliche Anmeldungen sind zu richten an:

VHS Diemel-Egge-Weser (Geschäftsstelle Beverungen)
Weserstr. 16
37688 Beverungen
beverungen@vhs-dew.de
www.vhs-dew.de

Sie erhalten nach Ihrer Anmeldung eine Rechnung, die innerhalb von zwei Wochen auszugleichen ist. Ihre Anmeldung wird erst verbindlich, nachdem die volle Teilnahmegebühr auf das VHS-Konto überwiesen wurde.

Weitere Informationen unter **www.flechtsommer.de** oder telefonisch bei:

VHS Beverungen (0 52 73/39 21 25) und/oder
Korbmachermeister Hansgert Butterweck (0 56 45/99 54)



Veranstaltungsort:	Korbmacher-Museum Dalhausen Lange Reihe 23, 37688 Beverungen-Dalhausen
Verpflegung:	Ein vegetarischer Mittagsimbiss kann vor Ort gebucht werden (Kosten: 15,00 €). Getränke werden kostenlos angeboten.
Material:	Alle Materialkosten, sofern nicht in der Kursgebühr enthalten, sind vor Ort mit den Dozenten abzurechnen.
Kurssprache:	In den vergangenen Jahren des Flechtsommers hat sich das Problem einer „Sprachbarriere“ nie gestellt. Die Lerngruppe hat zusammen mit der Dozentin/dem Dozenten immer einen guten und unkomplizierten Weg der Kommunikation gefunden, der auch die Teilnahme mit nur geringen Sprachkenntnissen zu einem Erlebnis gemacht hat. Unsere internationalen Dozenten sprechen neben ihrer jeweiligen Landessprache auch Englisch. Bleibt dennoch etwas unklar, zögern Sie nicht nachzufragen.
Werkzeug/e:	Werkzeuge werden gestellt; persönliche Arbeitsgeräte können gerne mitgebracht werden.
Haustiere:	In Vergangenheit hat sich die Anwesenheit von Haustieren, insbesondere von Hunden als nicht ganz unproblematisch erwiesen! Deshalb bitten wir um Verständnis, dass aus Rücksicht auf alle Kursteilnehmer*innen, Hunde und andere Haustiere leider zu Hause bleiben müssen.
Ermäßigung:	Die Seminare der „Akademie Flechtsommer 2025“ sind von der Ermäßigung ausgeschlossen!
Hinweis:	Wir empfehlen für die Teilnahme an den Kursen das Tragen von unempfindlicher Kleidung.
Unterkunft:	Bei der Vermittlung von Unterkünften sind wir gerne behilflich. Fragen Sie uns (VHS) oder die Mitarbeiter der Tourist-Info der Stadt Beverungen. Tel.: 0 52 73/39 22 24 E-Mail: tourist.information@beverungen.de

Der „Burkina-Zopf“ – ein Spiralkorb aus Weiden (2 Tage)

Leicht, transparent und dennoch kompakt. Valérie interpretiert dieses spiralförmige Zopfgeflecht, bestehend aus 4 Strängen auf ihre Art. Wir werden zunächst einen kleinen Knoblauchkorb herstellen, um uns mit der Flechttechnik vertraut zu machen. Danach wagen wir uns an einen hohen, geraden Korb, z.B. eine Einkaufstasche. Ein schönes Objekt, das mit Transparenz, Licht und Schatten spielt.

Grundkenntnisse im Flechten sind hier hilfreich, jedoch keine Voraussetzung.

Die Dozentin spricht Französisch und Englisch.

AK121020 | Workshop mit Valérie Lavaure

Samstag, 19.07.-Sonntag, 20.07.
10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n);
Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)
2 Termine, 16 UE
Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!



Die dreifache Schicht – kreativer Umgang mit Farbe und Form (2 Tage)

Dieser Flechtkurs richtet sich an Flechter, die die Technik der „Schicht“, auch bekannt als „Crocane“, „french randing“ oder „französisches Seitengeflecht“, schon kennen. Mit Valérie lernen wir eine interessante Variante dieser weit verbreiteten Flechttechnik kennen. Es werden drei Ruten pro Stake verwendet, die aber abwechselnd und nicht gleichzeitig geflochten werden.

Sehr unauffällig entsteht so eine große, fast endlose „Schicht“. Wir werden diese Technik auf dem „asturischen Boden“ und mit verschiedenen Sorten von feinen Weiden von geringer Länge aufbauen. Auf diese Weise können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen: Mit dem asturischen Boden haben wir sehr viele Staken. Wir spielen mit der natürlichen Verformung dieser Technik und mit dem Farbenspiel der unterschiedlichen Weidensorten. Entwickeln Sie Ihre künstlerische Seite und lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Die Dozentin spricht Englisch, Französisch und Englisch.

AK121021 | Workshop

mit Valérie Lavaure

Montag, 21.07.-Dienstag, 22.07.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Material!

Vannerie sur arceaux – Schwinge aus Hasel und Weidenschienen (3 Tage)

Von der Ernte bis zum Korb: „Wie früher bei Opa auf dem Hof.“ Damals wurden im Winter die Körbe für den Eigenbedarf geflochten. In vielen Regionen waren es Rahmenkörbe, auch Schwingen oder Schanzen genannt. So auch im Westen Frankreichs, der Heimat des Dozenten. Diese Technik hat er von seinem Opa und von seinem Vater gelernt.

In diesem Seminar wird mit zwei Materialien gearbeitet: Hasel und Weide.

Zunächst wird die Hasel, die reichlich im Umfeld des Korbmacher-Museums vorhan-

den ist, geerntet. Anschließend wird das Material gespalten und zu Grundgerüsten für die Schanzen aufgespannt. Schließlich werden die Weidenschienen zum Verflechten vorbereitet, d.h. die Schienen müssen gespalten, gehobelt und geschmälert werden. Erst dann beginnt das Flechten. Die Teilnehmer durchlaufen also den gesamten Prozess von der Ernte des Materials bis zum fertigen Korb.

Für diesen Workshop muss man Motivation mitbringen und unbedingt körperlich fit sein. Das Ernten und Vorbereiten von dem Haselnussholz benötigt etwas Gelenkigkeit sowie Kraft in den Schultern, Armen und Fingern. Dafür muss man kein fortgeschrittener Flechter sein, Grundlagen im klassischen Korbflechten reichen.

Der Dozent spricht Französisch und Englisch.

AK121022 | Workshop

mit Benjamin Nauleau

Samstag, 19.07.-Montag, 21.07.

10:00-17:00 Uhr

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

3 Termine, 24 UE

Gebühr: 308,00 € inkl. Materialkosten!

Eine Schmuckschale aus Kiefernadeln

Die „Wulstwickeltechnik“ oder „Korbbinde-technik“ ist eine uralte Methode. Je nachdem welches Material man benutzt, können größere Objekte wie z.B. Bienenkörbe oder kleinere, wie Schmuckdosen, hergestellt werden. Die Fülle an Naturmaterialien macht es spannend, interessant und kann sogar süchtig machen! Der Prozess selbst ist meditativ und befriedigend. Wir werden mit Kiefernadeln arbeiten. Unser Werk wird noch über lange Zeit diesen wunderbaren Duft versprühen. Wenn die Hände arbeiten, erholt sich der Kopf und Ihr werdet gar nicht merken, wie schnell die Zeit im Kurs vergeht.



AK121023 | Workshop

mit Marta Paczkowska

Dienstag, 22.07.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

1 Termin, 8 UE

Gebühr: 109,00 € inkl. Materialkosten!

Ein ovaler flacher Korb, klassisch französisch „gestäbt“ (2 Tage)

Das „Stäben und Fitzen“ ist klassisch französisch und Francois ist ein Meister darin.

Dem Zurichten der Staken, dem Flechten der Fitzen und dem Rand gilt unsere ganze Aufmerksamkeit. Der gestäbte Boden, hier ca. 45-50 cm lang, ist eine weitere Besonderheit. Er wird mit zwei hölzernen Füßen aus gespaltenem Holz, die auf einem Schnitzbock zugerichtet werden, verstärkt. Zwei seitliche Griffe oder ein Henkel machen den Korb komplett.

Diese Kurse sind für Fortgeschrittene gedacht, aber auch Anfänger sind willkommen.

AK121024 | Workshop

mit François Desplanches

Donnerstag, 31.07.-Freitag, 01.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!

Ein ovaler Einkaufskorb, klassisch französisch „gestäbt“ (2 Tage)

Das „Stäben und Fitzen“ ist klassisch französisch und Francois ist ein Meister darin.

Der geflochtene ovale Boden, hier ca. 40 oder 45 cm lang, wird mit „Staken“ und „Beistaken“ bestückt. Das Anspitzen, „Schalmen“, „Fitzen“ und „Zulegen“ stehen im Mittelpunkt. Diese anspruchsvollen Techniken zu erlernen gilt unsere Aufmerksamkeit.

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene gedacht, aber auch Anfänger sind willkommen.

AK121025 | Workshop

mit François Desplanches

Samstag, 02.08.-Sonntag, 03.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!

„Oval underfoot“ – Ein Einkaufskorb nach englischer Tradition (2 Tage)

Peter aus Norwich/Norfolk England führt uns ein in einen Klassiker der Englischen Flechttradition. „Oval underfoot“ beschreibt hier eine Variante, ovale Böden für Einkaufskörbe herzustellen. Er gibt uns Einblick in seine Weise, einen ovalen Einkaufskorb herzustellen. Erfahrungen im Flechten mit Weiden sind hilfreich.

AK121026 | Workshop

mit Peter Dibble

Donnerstag, 31.07.-Freitag, 01.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!

Ein eckiger Korb mit „stumpfer Ecke“ nach englischer Tradition (2 Tage)

Peter aus Norwich/Norfolk England führt uns ein in einen Klassiker der Englischen Flechttradition. Ein eckiger Korb mit „stumpfer Ecke“ beschreibt hier eine interessante Variante eines „eckigen Korbes“ ohne „Ecke“. Peter gibt uns Einblicke in seine Art, einen solchen eckigen Einkaufskorb herzustellen. Erfahrungen im Flechten mit Weiden sind hilfreich.

AK121027 | Workshop

mit Peter Dibble

Samstag, 02.08.-Sonntag, 03.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!



Vedmeis – ein traditioneller Spankorb aus Norwegen (4 Tage)

Der „Vedmeis-Korb“ aus gespaltenen Haselnuss- und Weidenruten wurde traditionell für Heu, Holz und Wolle verwendet. Es gab ihn in verschiedenen Größen. Er hat eine besondere Struktur. Zwei Bügel bilden gleichzeitig die Beine und die Griffe des Korbes. Mit zusätzlichen Staken in den Ecken entsteht eine schöne, runde Form.

Im Mittelpunkt steht zuvor das Spalten und Vorbereiten der Flechtmaterialien. Das ist viel Arbeit und wird einen großen Teil der Zeit in Anspruch nehmen. Die Teilnehmer lernen verschiedene Methoden des Spaltens kennen. Außerdem ist eine Exkursion geplant, um das Flechtmaterial direkt aus der Natur zu gewinnen und aufzubereiten.

Alle benötigten Materialien und Werkzeuge liegen für die Teilnehmer bereit.

Eigene Werkzeuge, z. B. Messer oder eine kleine Handsäge, können gerne mitgebracht werden. Es ist unter anderem das Ziel, verschiedene Prozesse auszuprobieren, um ein Gefühl dafür zu bekommen, was gut funktioniert und was einem individuell am besten liegt.

Grundkenntnisse sind hier hilfreich, jedoch keine Voraussetzung.

Die Dozentin spricht Englisch.

AK121028 | Workshop

mit Hege Iren Aasdal

Montag, 04.08.-Donnerstag, 07.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhusen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

4 Termine, 32 UE

Gebühr: 430,00 € inkl. Materialkosten!

Birkenwurzelwickeltechniken aus Norwegen (3 Tage)

Das Korbflechten aus Birkenwurzeln hat eine lange Tradition in den nordischen Ländern. Sie ist im Wikingerfundort Oseberg zu finden. Mit der Flechttechnik können Sie wunderschöne Muster herstellen! In diesem Kurs lernen Sie die Prinzipien des Flechtens und erfahren etwas über das Material Birkenwurzel.

Die Wurzeln werden im Mai/Juni/Juli in Sumpfbereichen mit lockerem Boden geerntet. Sie müssen sofort geschält und dann getrocknet werden. Dies ist ein zeitaufwändiger Prozess, aber die Wurzeln sind ein fantastisches weiches, starkes und verformbares Material!

Vor dem Aufwickeln müssen wir die Wurzeln spalten und für die Arbeit vorbereiten. Das Wickeln ist ein langsamer Prozess. Sie werden in der Lage sein, eine kleine Schale oder kleine Dinge wie Ohrhinge und Schmuck herzustellen. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Ich bringe das benötigte Material mit und Sie zahlen die Materialkosten je nach dem, was Sie herstellen.

AK121029 | Workshop

mit Hege Iren Aasdal

Freitag, 08.08.-Sonntag, 10.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhusen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

3 Termine, 26 UE

Gebühr: 308,00 € (ohne Materialkosten!)

Korbflechten: für Anfänger und erfahrene Flechter (2 Tage)

Sternboden, Fitzen, Aufstaken, Kimme, Gang, Schicht, Zuschlag, Griffe: Die handwerklichen Grundtechniken stehen im Mittelpunkt und werden am Beispiel eines runden Weidenkorbes vermittelt. Anfänger können sich ausprobieren, erfahrene Flechter ihre Kenntnisse vertiefen.

Sie möchten noch tiefer in das Thema einsteigen? Dann haben Sie die Möglichkeit, sich gleich auch für den nächsten Kurs anzumelden. Die Inhalte können dann nach vorheriger Absprache individuell aufeinander aufbauen. Der Dozent spricht Deutsch und Englisch.

AK121030 | Workshop

mit Hansgert Butterweck

Donnerstag, 07.08.-Freitag, 08.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhusen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!



AK121031 | Workshop

mit Hansgert Butterweck

Samstag, 09.08.-Sonntag, 10.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!

Der unsichtbare Stich – geflochtene und genähte Körbe, inspiriert von der mediterranen Tradition (3 Tage)

In Spanien und Nordafrika werden Palmen- und Espartogras zu langen Zöpfen geflochten und zu einer Vielzahl von Gebrauchsgegenständen zusammengenäht. Diese Körbe werden seit der ägyptischen Antike hergestellt und die Tradition wird bis heute fortgesetzt.

Inspiriert von dieser Tradition werden Sie mit Binsen und Espartogras arbeiten und 4, 5, 7 und 9 Stränge flechten. Die Ränder dieser Zöpfe werden dann auf eine besondere Art und Weise zusammengenäht, so dass ein nahtloses Geflecht entsteht, das zu runden und ovalen Körben nach Ihrem eigenen Entwurf geformt werden kann.

Tim ist ein englischer Künstler und Korbmacher, der in Katalonien lebt. In den letzten Jahren hat Tim die verschiedenen Flechtmuster erforscht und praktiziert, die in spanischen und nordafrikanischen Körben verwendet werden. Erforscht hat er, wie sich diese Traditionen von den verwandten britischen Binsenflechttraditionen unterscheiden.

Der Dozent spricht Englisch.

AK121032 | Workshop

mit Tim Johnson

Freitag, 15.08.-Sonntag, 17.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

3 Termine, 24 UE

Gebühr: 308,00 € inkl. Materialkosten!

Nansa – ein mediterraner Korb (3 Tage)

Diese schöne und charakteristische Flechttechnik stammt aus dem Mittelmeerraum. Die Fischer benutzten sie, um Fischkörbe

und Reusen in verschiedenen Größen herzustellen. Die Reusen wurden normalerweise im Winter aus einer sehr zähen Binsenart (*Juncus acutus*), gespaltenem Schilfrohr (*Arundo donax*) und Olivenstängeln hergestellt. In diesem Workshop lernen Sie, wie man einen ovalen Nansa-Korb mit Henkel herstellt. Sie kombinieren Weidengeflecht mit verschiedenfarbigen Schnüren. Wir beginnen mit einem traditionellen Nansa-Gitterboden und erarbeiten dann den Rumpf, den Bündelrand und den Henkel. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Die Dozentin spricht Englisch, Französisch, Spanisch und Catalan.

AK121033 | Workshop

mit Mònica Guilera Subirana

Freitag, 15.08.-Sonntag, 17.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

3 Termine, 24 UE

Gebühr: 308,00 € inkl. Materialkosten!

Ein Wäschekorb „Open Work“ (2 Tage)

In diesen Kurs widmet sich Mai dem „Open work“ der „offenen“ oder auch „gestäbten“ Arbeit. Ausgehend von einem runden Boden können so verschiedene Variationen, entsprechend der Fähigkeiten der Teilnehmenden, ausprobiert werden. So entsteht ein eleganter, funktionaler Korb für den Alltag.

Grundkenntnisse sind hilfreich, aber keine Voraussetzung.

Die Dozentin spricht Dänisch, Englisch und ein wenig Deutsch.

AK121034 | Workshop

mit Mai Hvid Joergensen

Donnerstag, 04.09.-Freitag, 05.09.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!



Körbe mit Chaosgeflecht aus Weiden, Weidenrinden und Binsen (2 Tage)

Wir flechten Taschen und flache Schalen aus Weiden, Weidenrinden und Binsen.

Ausgangspunkt ist die traditionelle Technik der „Rahmenkörbe“. Sie bietet unendlich viele Möglichkeiten, um verschiedene Formen zu schaffen.

Die jeweilig benötigten Ringe und Bügel werden vor Ort hergestellt. Die verschiedenen Farben der Weiden und der Rinden befähigen Ihre Kreativität.

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Eventuell benötigte Lederriemen können mitgebracht oder vor Ort erworben werden.

Die Dozentin spricht Dänisch, Englisch und ein wenig Deutsch.

AK121035 | Workshop

mit Mai Hvid Joergensen

Samstag, 06.09.-Sonntag, 07.09.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!

Ein eckiger Korb nach Dalhausener Tradition (2 Tage)

Die Dalhausener Korbmachertradition steht für solide und klar gestaltete Körbe. Speziell bei den eckigen Körben haben die Dalhausener Handwerker einige sehr funktionale und ausgefeilte Techniken entwickelt. In diesem Kurs wollen wir uns mit diesen Techniken im Sinne dieser Tradition beschäftigen. In Kombination mit „weißen“ und ungeschälten Weiden stellen wir einen eckigen Henkelkorb oder einen eckigen Korb mit zwei seitlichen Griffen her.

Erfahrungen im Umgang mit Weiden sind erforderlich, um der Komplexität des Korbes gerecht zu werden.

Der Dozent spricht Deutsch und Englisch.

AK121036 | Workshop

mit Hansgert Butterweck

Donnerstag, 04.09.-Freitag, 05.09.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!

Ein ovaler Waschkorb nach Dalhausener Tradition (2 Tage)

Die Dalhausener Korbmachertradition steht für solide und klar gestaltete Körbe. Ein Klassiker ist der ovale Waschkorb mit zwei Griffen. Sie waren in jedem Haushalt vorhanden und unentbehrlich. In diesem Kurs wollen wir uns im Sinne dieser Tradition mit diesen Körben befassen. Der schöne ovale Boden, das Rumpfgeflecht, die symmetrische Form, die perfekten Griffe, all das steckt voller interessanter Details.

Sie sind mit runden Körben vertraut? Dann ist der ovale Waschkorb der nächste Schritt. Das Seminar setzt Erfahrungen im Flechten mit Weiden voraus!

Der Dozent spricht Deutsch und Englisch.

AK121037 | Workshop

mit Hansgert Butterweck

Samstag, 06.09.-Sonntag, 07.09.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!

Panier ajouré en bandoulière – Gestäbter Korb mit Schulterriemen (2 Tage)

Ausgehend von einem galicischen Boden wird dieser gestäbte (offen/durchbrochen) Korb es uns ermöglichen, eine elegante Form mit einfachen, aber anspruchsvollen Techniken zu erkunden. Es wird eine Gelegenheit sein, die Handgriffe zu erlernen und zu üben.

Lederriemen können für 10,00 € erworben werden, ansonsten bringen Sie alles mit, was Sie als Riemen verwenden möchten (alte Gürtel, Schals, Seile, etc.).



Die Dozentin spricht Französisch und Englisch.

AK121038 | Workshop

mit Karen Gossart

Mittwoch, 17.09.-Donnerstag, 18.09.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!

AK121040 | Workshop

mit Simone Rüppel

Dienstag, 05.08.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

1 Termin, 8 UE

Gebühr: 114,00 € inkl. Materialkosten!

Vannerie de Périgord – Bouyricou – französische Spiralkörbe (2 Tage)

„Der Périgodin ist eine Faszination, die mich nicht mehr loslässt“, schrieb uns eine Teilnehmerin. Und deshalb ist Corentin Laval, der „Meister des Bouyricou“, bereits zum zwölften Mal beim Flechtsummer zu Gast und vermittelt erneut diese faszinierende Flechttechnik aus dem Südwesten Frankreichs. Der Workshop setzt Erfahrungen im Flechten mit Weiden voraus!

Der Dozent spricht Französisch und Englisch.

AK121039 | Workshop

mit Corentin Laval

Mittwoch, 17.09.-Donnerstag, 18.09.

10:00-17:00 Uhr (mit Pause/n)

Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

2 Termine, 16 UE

Gebühr: 218,00 € inkl. Materialkosten!

Rankgerüste – Verwandlungskünstler für alle Jahreszeiten

Rankgerüst, Säule, Leuchtobjekt, Gartengeist – aus der Grundform des Kreises lassen sich mit einfachen Grundtechniken unendliche Varianten zaubern: Ob sachlich schlicht, floral verspielt, transparent leicht oder verflochten dicht. Es geht um die Basics, mit denen wir dann anfangen zu spielen.



Foto- und Medienpraxis

VHS-Fototreff der Fotofreunde Warburg

Der VHS-Fototreff ist eine Kooperation der Volkshochschule und der Fotofreunde Warburg (FFW). Die Gestaltung des Fototreffs übernimmt der Seminarleiter gemeinsam mit den Gruppenmitgliedern der FFW.

Im Kurs werden die Bedürfnisse der Kurs Teilnehmer – egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene – berücksichtigt.

Vermittelt werden die Grundlagen der Kamera und deren Funktionen, das Zubehör sowie Grundlagen der Fotografie anhand von praktischen Übungen, Bildpräsentation (Druck von günstig bis Fineart, Rahmen und Fotobuch), Computerprogramme (digitale Bildverwaltung und -verarbeitung, Optimierung mit Lightroom, Affinity-Foto, Excire-Foto), spezielle Fototechniken (Bewegung fotografieren, Motivfreistellung mit der Kamera, Serien und Sequenzen). Abgerundet wird der Kurs mit Exkursionen (z.B. Lichtspuren auf der Autobahn, Lightpainting).

Mit der Teilnahme an diesem offenen Angebot erhalten die Kursteilnehmer bessere Einblicke in die vielfältigen fotografischen Möglichkeiten und es werden selbstverständlich Fragen beantwortet. Eine spätere Mitgliedschaft bei den Fotofreunden Warburg würde eine regelmäßige und weitere Vertiefung in fotografische Themen und Erfahrungsaustausch ermöglichen. Themenwünsche können nach Anmeldung auch vorab per E-Mail eingebracht werden an fotofreunde@t-online.de

Mitzubringen ist die private Fotoausrüstung.

AK121101 | Kurs

mit Ralf Gerhard

Donnerstag, 06.02., 20:00-22:15 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum III
8 Termine, 24 UE
Gebühr: 25,00 €

Workshop: Portraitfotografie

Tauchen Sie ein in die Welt der Portraitfotografie und lernen Sie die Techniken kennen, um beeindruckende und ausdrucksstarke

Portraits zu erstellen. In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wie Sie Licht und Schatten gekonnt einsetzen und mit Ihren Modellen kommunizieren, um natürliche und spannende Aufnahmen zu erzielen. Praktische Übungen und individuelle Bildbesprechungen helfen Ihnen, Ihre Fähigkeiten zu perfektionieren. Melden Sie sich an und entdecken Sie die Freude an der Portraitfotografie!

Mitzubringen sind: eigene Kamera, verschiedene Objektive (soweit vorhanden), ausreichende Speichermedien (Karte in Kamera) und Akku (geladen).

AK121102 | Kurs

mit Gerald Beineke

Samstag, 08.03., 14:00-17:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 32,00 €

Bewegende Paar- und Familienfotos. Emotionen sind der Schlüssel

„Jetzt bitte lächeln!“ war gestern. Wir lernen und erproben gemeinsam Techniken, die Paar- und Familienbilder lebendig, ungestellt und emotional wirken lassen. Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fotografie-Interessierte, die bereits erste Fotografie-Erfahrungen sammeln konnten und führt von Fotografie-Grundlagen über Kameraeinstellungen bis hin zu Bildaufbau und emotionalem Posing.

Der Praktische Teil findet draußen statt. Bitte bringen Sie Ihre digitale Kamera und Fotoausrüstung mit (keine Handys).

AK121103 | Kurs

mit Alexander Bürks, Hochzeitsfotograf

Montag, 19.05., 15:00-18:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 39,00 €

Workshop: Basiswissen der digitalen Fotografie

Im Kurs „Basiswissen der digitalen Fotografie“ lernen Sie, richtig gut zu fotografieren. Gemeinsam gehen wir weg von der Automa-



tikfunktion der Kamera, um das volle Potenzial zu nutzen und noch bessere Fotos zu schießen. Der Tagesworkshop ist eine Kombination aus Theorie und Praxis.

Schritt für Schritt wird auf die Funktion der Kamera, die Belichtungsautomatik, die Aufnahmeprogramme, die Blende und die Iso-Werte etc. eingegangen. Das erlernte Wissen wird direkt in der Praxis ausprobiert, so dass die Teilnehmenden die Auswirkungen der einzelnen Einstellungen sofort sehen können. Auch der Einsatz verschiedener Brennweiten und deren Möglichkeiten zur Bildgestaltung werden besprochen.

Mitzubringen sind: eigene Kamera, verschiedene Objektive (soweit vorhanden), ausreichende Speichermedien (Karte in Kamera) und Akku (geladen).

AK121104 | Kurs

mit Gerald Beineke

Samstag, 12.04., 10:00-16:45 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 9 UE
Gebühr: 32,00 €

Fotowalk: Landschaften, Gesichter und Alltagsszenen

Dieser Fotowalk richtet sich an alle, die ihre Kenntnisse in der Fotografie vertiefen und dabei gezielt an ihrer Motivgestaltung arbeiten möchten. Im Fokus stehen die Themen Landschaftsfotografie, Porträt- und Streetfotografie. Unter Anleitung des Dozenten Gerald Beineke lernen Sie, Motive bewusster wahrzunehmen und Ihre gestalterischen Fähigkeiten weiterzuentwickeln.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Grundkenntnissen in der Kamerabedienung, die ihr fotografisches Auge schulen und kreativ arbeiten möchten. Die Inhalte werden praxisnah umgesetzt, sodass jeder die Gelegenheit hat, verschiedene Motive in einem passenden Setting auszuprobieren.

AK121105 | Kurs

mit Gerald Beineke

Samstag, 17.05., 14:00-17:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 32,00 €

Musikpraxis

Rahmentrommel-Workshop für Anfänger und leicht Fortgeschrittene

Die Rahmentrommel gehört von der Geschichte her mit zu den ältesten Trommeln, die ursprünglich nur von Frauen gespielt wurde. Durch Ihre sanften Töne berührt sie unsere Seele auf eine ganz besondere Weise, die uns in unserem Alltag Zeit zum Entspannen gibt. Es gibt verschiedene Techniken, die Trommel zu spielen, die wir in diesem Kurs kennen lernen werden. Die Rahmentrommel ist ein Instrument, was man leicht in seinen Rucksack mitnehmen, und sich von der Natur inspirieren lassen kann.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Ihre eigene Trommel mitbringen. Trommeln können bei der Kursleiterin für 5,00 € ausgeliehen werden. Die Kosten hierfür werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

AK121301 | Workshop

mit Doris Möller-Dannhauer

Sonntag, 16.02., 10:30-13:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule

1 Termin, 4 UE
Gebühr: 35,00 €

Afrikanisches Trommeln für Body, Mind and Soul

Ein Workshop für Anfänger und Wiedereinsteiger. Rhythmus verbindet, inspiriert, stärkt das Immunsystem, aktiviert unsere Gehirnhälften, lässt uns den Alltag vergessen und unsere Seele baumeln. Die Teilnehmer erlernen die Technik des Spielens auf einer Djembe. Die vielfältigen afrikanischen Rhythmen mit ihrer Energie reißen uns in der Gemeinschaft einfach mit und lassen uns alles um uns herum vergessen. Trommeln, Bewegung, Bodypercussion, Singen, Gemeinschaft und einfach nur Lust auf et-



was Neues fördert die Positivität und machen Spaß.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Ihre eigene Trommel mitbringen. Trommeln können bei der Kursleiterin für 5,00 € ausgeliehen werden. Die Kosten hierfür werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

AK121302 | Workshop

mit Doris Möller-Dannhauer

Sonntag, 02.03., 10:30-13:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 35,00 €

AK121303 | Workshop

mit Doris Möller-Dannhauer

Sonntag, 25.05., 10:30-13:30 Uhr
Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 38,00 €

Trommel-Workshop: Rhythmus erleben mit Djembe und afrikanischen Trommeln – in Zusammenarbeit mit der Kreisvolkshochschule Holzminden

Spüren Sie den Rhythmus und entdecken Sie die Kraft des gemeinsamen Trommelns! In diesem Kurs führt Sie die Musikpädagogin Silvia Sander in die faszinierende Welt der afrikanischen Trommeln ein. Mit traditionellen Djembe-Trommeln und anderen Percussion-Instrumenten erlernen Sie einfache Rhythmen, die schnell mitreißen und begeistern. Das Trommeln ist weit mehr als Musik: Es bringt Körper und Geist in Einklang, löst Stress und fördert das Gemeinschaftsgefühl. Ganz nebenbei verbessern Sie Ihre Koordination, Konzentration und Ihr Rhythmusgefühl – und erleben die pure Freude am gemeinsamen Musizieren.

AK121304 | Workshop

mit Silvia Sander

Samstag, 29.03., 10:00-12:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang, Lange Str. 45
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 26,00 €

Es ist keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich.

Ukulele für Einsteiger

Stefan Raab und Götz Alsmann spielen sie, in England hat sich das Ukulele Orchestra of Great Britain formiert: die Ukulele gewinnt zunehmend mehr Interessenten. Diese kleine Schwester der Gitarre hat nur vier Saiten und 12 Bünde. Das zusammen führt dazu, dass sie leicht erlernbar ist – quasi mit Erfolgsgarantie. Und außerdem ist die Ukulele ein preisgünstiges Instrument.

Der Kurs bietet eine Einführung in die Schlagtechniken und Handhabung. Voraussetzung ist die Freude am Singen, denn es genügen schon drei Akkorde, um erfolgreich alte Lieder und aktuelle Songs zu begleiten.

Für Interessenten, die kein Instrument haben, könnte der gemeinsame Erwerb mit einer Bestellung organisiert werden. Vorhandene Instrumente sind bitte mitzubringen.

AK121305 | Workshop

mit Gisela Koch

Donnerstag, 06.03., 17:30-19:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I (Birkenstr.)
5 Termine, 10 UE
Gebühr: 40,00 €

„Trau dich – gemeinsam Singen, tut gut!“

In entspannter und ermutigender Atmosphäre bringen wir unseren Körper zum Klingen. Wenn wir unsere Lieblingslieder schmettern, puschen wir unser Immunsystem, arbeiten an unserer Atmung und Körperhaltung und lernen uns und andere neu kennen. Es ist keine musikalische Vorbildung nötig, aber Freude und Mut am Singen.

AK121310 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Donnerstag, 06.02., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Sitzungssaal
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €



AK121311 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Donnerstag, 20.02., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Sakristei der Kirche „Maria in vinea“ (Brüderkirchhof)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

AK121312 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Donnerstag, 06.03., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Kirche „St. Johannes Baptist“ (Neustadt)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

AK121313 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Donnerstag, 20.03., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Altbau des Hüffertgymnasium

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

AK121314 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Donnerstag, 03.04., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Altstadt-Bahnhof

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

AK121315 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Donnerstag, 17.04., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Krypta der Burgkapelle auf dem Burgfriedhof

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Schmerz-freies Liegen im Bett?
...ein Glück, dass es Schübeler gibt!

Schübeler
Betten-Paradies & Pension

Ihre Experten bei Rückenschmerzen und Schlafproblemen seit 1881
Lange Straße 28, 37688 Beverungen—Tel. 05273 / 2 1881—info@schuebeler.de



Gesundheit





Sport und Spiel

Grundlagenkurs: Darts

In diesem Kurs werden Grundlagen im Steeldart vermittelt (Begriffe, Regeln, Wurftechniken, richtiges Setup...). Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ziel ist eine Einführung in den Dartsport zu erhalten, um evtl. Interesse an diesem Spiel zu wecken.

Nach den theoretischen Grundlagen geht es ans Board, um die Theorie in die Praxis umzusetzen. Natürlich steht hierbei der Spaß im Vordergrund. Aber auch durch Spiele gegeneinander wird der Ehrgeiz und die Motivation der Teilnehmer gefördert.

Mitzubringen sind: evtl. eigene Dartpfeile, bequeme Kleidung.

AK130003 | Kurs

mit Alexander Stiens

Montag, 17.02. und Mittwoch, 19.02., jeweils von 18.00-20.00 Uhr, Borgentreich, Geschäftsstelle VFR-Borgentreich (Marktstr. 1)
2 Termine, 5,33 UE
Gebühr: 12,00 €

Die Faszination des traditionellen Bogenschießens

Dieser Kurs bietet eine Einführung in das intuitive Bogenschießen, kombiniert mit mentalen Übungen zur Förderung von Achtsamkeit und innerer Balance. Unter der Leitung von Peter Meier-Laqua und Michael Stute lernen Sie, den Bogen als Werkzeug der Konzentration und Ruhe zu erleben und in zielführenden Schritten die richtige Koordination der Bewegungen und der Abläufe zu schulen. Im Wechsel von körperlicher Anspannung und Entspannung setzen sich die erlernten Techniken im Gedächtnis und im Unterbewusstsein fest und ermöglichen mit zunehmenden Übungen rein intuitive Bewegungsabläufe.

Der Kurs umfasst einen Theorieabend (Freitag) und zwei praktische Trainingseinheiten an zwei Samstagen, die sowohl in der Halle als auch in der Natur stattfinden. Das traditionell intuitive Bogenschießen bietet eine Möglichkeit, Körper und Geist in Einklang zu

bringen und lässt Sie den Alltagsstress vergessen.

Bitte tragen Sie angepasste Kleidung und festes Schuhwerk an den beiden Praxistagen.

Bögen und Pfeile werden gestellt.

AK130004 | Kurs

mit Peter Meier-Laqua, Michael Stute
Freitag, 09.05., 18.00-20.00 Uhr, Weißholzhalle Lütgeneder (Theorie), Samstag, 10.05. und 17.05., jeweils von 10.00-14.00 Uhr Weitenberg Lütgeneder, Borgentreich-Lütgeneder, Weißholzhalle
3 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 78,00 €

Boule – Grundlagen und Spielpraxis

Dieser Boule-Kurs in entspannter Atmosphäre richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Teilnehmende mit Vorerfahrung, die Interesse am französischen Kugelspiel haben. Vermittelt werden die Grundregeln und einfache Wurftechniken, mit der Möglichkeit, das Gelernte direkt im Spiel anzuwenden.

Boule-Kugeln sind vorhanden, eigene Kugeln können mitgebracht werden. Mitzubringen sind: bequeme Kleidung und festes Schuhwerk.

AK130005 | Kurs

mit Markus Wiegartz, Markus Balkenhol
Samstag, 17.05., 9:30-12:30 Uhr
Borgentreich-Körbecke, Boule-Platz (Haweg 1, neben dem Sportplatz)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 9,00 €

Vorträge

Vortragsreihe mit Praxistipps „Sport im Alltag für eine ganzheitliche Gesundheit in Bezug auf Rückenprobleme und Erkrankungen im Alter“

Wie kann Sport dabei helfen, Rückenprobleme und altersbedingte Erkrankungen, wie zum Beispiel Herzerkrankungen, Alzheimer und Diabetes vorzubeugen? In der Vortragsreihe erfahren Sie, wie eine gezielte Kombination aus Bewegung und ausgewogener Ernährung die Gesundheit fördern und Be-



schwerden lindern kann. Neben theoretischen Grundlagen werden praktische Tipps und individuelle Lösungsansätze an den einzelnen Terminen angeboten.

AK130090 | Vortrag

mit Nicolas Ziemann

Donnerstag, 15.05./22.05/ 06.06./12.06.

jeweils 18:30-19:30 Uhr

Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weberstr. 10)

4 Termine, 5,33 UE

Gebühr: 28,00 €

Entspannungskurse

Waldbaden: Ruhe und Kraft aus dem Wald

Waldbaden stammt ursprünglich aus Japan und ist dort unter dem Namen „Shinrin Yoku“ bekannt. Wörtlich übersetzt bedeutet es: „In die Atmosphäre des Waldes eintauchen“. Diese wissenschaftlich basierte Praxis kann zu Stressreduktion, Förderung des Immunsystems, Unterstützung der psychischen Gesundheit und des allgemeinen Wohlbefindens beitragen. Aufbau von Beziehungen und die Erfahrung, Teil von etwas Größerem zu sein, sind weitere Kernthemen. Bei einem etwa 3-stündigen Waldaufenthalt sind wir eingeladen zum Entschleunigen, Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Spüren.

Treffpunkt: Alte Kleinenberger Str. 9 (Parkplatz) in Hardehausen.

Zur Teilnahme ist eine normale Kondition ausreichend. Bitte kleiden Sie sich wetterangepasst und lieber zu warm als zu kalt.

AK130098 | Kurs

mit Till Flo Krapoth

Samstag, 05.04., 11:00-14:00 Uhr

Warburg-Hardehausen, Landvolkshochschule Anton-Heinen

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 12,00 €

Familienworkshop: Waldbaden, was ist das?

Entdecken Sie die heilende Kraft des Waldes mit Ihrer Familie. Unter der zertifizierten Anleitung von Martin Werner, einem erfah-

renen Kursleiter für Waldbaden und Gesundheit, erleben Sie eine einzigartige Stressbewältigung im Wald. Das Waldbaden, auch als „Shinrin-Yoku“ bekannt, ist eine alte japanische Tradition, die durch wissenschaftliche Studien belegt ist. In Japan ist es ein fester Bestandteil der Gesundheitsvorsorge. Der Wald gibt uns mit seinen Terpenen, Phytonziden und anderen gesundheitsfördernden Stoffen die Möglichkeit, unser Immunsystem zu stärken und Abstand vom stressigen Alltag zu gewinnen.

Beim Waldbaden kombinieren wir langsames Gehen mit gezielten Übungen zur Bewegung, Atmung, Achtsamkeit und Sinneswahrnehmung. Tauchen Sie gemeinsam mit Ihrer Familie in die beruhigende Atmosphäre des Waldes ein und sammeln Sie neue Impulse für Ihre individuelle Lebensbalance.

Kindergärten und Schulen können gerne individuelle Termine abstimmen. Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung und Schuhwerk, eine Sitzunterlage und Getränke.

AK130099 | Kurs

mit Martin Werner

Samstag, 26.04., 10:00-13:00 Uhr

Beverungen, „Alte Eisberghütte“

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 25,00 € (2 Erwachsene plus max.

2 Kinder ab Grundschulalter)

Waldbaden, was ist das?

„Shinrin-Yoku“ wird in Japan das Waldbaden bezeichnet. Beim Waldbaden taucht man in die Atmosphäre des Waldes ein und sammelt neue Impulse für die eigene Lebensbalance. Dabei handelt es sich um eine Kombination aus langsamem Gehen und Übungen zur Bewegung, Atmung, Achtsamkeit sowie der Wahrnehmung der Sinne. Es handelt sich um eine lange, durch wissenschaftliche Studien belegte Tradition, welche die Heilkraft des Waldes bestätigt und ein fester Bestandteil der Gesundheitsvorsorge ist. Der Kurs findet unter der Leitung des zertifizierten Trainers Martin Werner statt.

AK130100 | Kurs

mit Martin Werner

Samstag, 03.05., 9:30-12:30 Uhr



Borgentreich-Bühne, Schutzhütte
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 16,00 €

Die wunderbare Heilkraft des Atems

Unsere schnelllebige Gesellschaft hat die natürliche Heilkraft des Atems vergessen. Wir übersehen gerne, dass Atem Leben ist. Wenn wir ihn als Werkzeug nutzen, können wir Körper, Geist und Seele stabilisieren, Infekte der Atemwege reduzieren, den Blutdruck regulieren, Schlafstörungen lindern u.v.m. Frau Sander ist Atemtherapeutin und erklärt Übungen und Techniken in Kombination mit langsamen Bewegungen, die die Atem-Muskulatur mobilisieren und aufdehnen.

Mitzubringen sind bequeme Kleidung, eine Decke und eine Yoga-Matte.

AK130101 | Kurs

mit Marion Sander, Atemtherapeutin und System. Beraterin

Mittwoch, 15.01., 19:00-20:00 Uhr
Natingen, Anbau der Angerhalle
10 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 64,00 €

Atem- und Entspannungsseminar

Das Seminar bietet Vorbeugung gegen Stress, Burnout, chronische Erkrankungen, Training für richtiges Bewegen im Büro und im Freizeitsport.

Nur im Schlaf und in der Entspannung ist der Körper in der Lage, durch innere und äußere Einflüsse entstandene Schäden an den Körperzellen zu reparieren. Ist die Stressbelastung dauerhaft hoch und fehlen die notwendigen Zeiten für Schlaf und Entspannung, kann sich das langfristig negativ auf den Gesundheitszustand auswirken.

Der schnellste und einfachste Weg zur Entspannung führt über die Atmung. Bestimmte Atemrhythmen (funktionelle Entspannungs-atmung) verbessern die Sauerstoffversorgung und beeinflussen positiv und innerhalb weniger Sekunden das vegetative Nervensystem, von dem alle wichtigen Körperfunktionen reguliert werden. Eine funktionelle Entspannungsatmung kann nahezu überall und dabei höchst wirksam durchgeführt wer-

den und bei Schlafmangel die fehlende Entspannung wirksam ergänzen. Der Körper kann bei der gesunderhaltenden Regeneration unterstützt werden, bestehende Belastungen können verringert werden und der Entstehung neuer Störungen kann vorgebeugt werden. Dabei genügen schon wenige Minuten, um eine fühl- und messbare Wirkung zu erzielen.

Erlernen Sie neue Atemtechniken für tiefe Entspannung, Steigerung der Konzentrations- und Aufnahmefähigkeit, progressive Muskelentspannung, autogenes Training, Dehnübungen für zu Hause, richtiges Sitzen und Laufen.

Mitzubringen sind sportliche, bequeme Kleidung, eine Decke, Iso-Matte und ein kleines Kissen.

AK130102 | Kurs

mit Thomas Kromp

Sonntag, 25.05., 10:00-16:00 Uhr
Warburg, Tauchstation Warburg, Zum Warburger Tor 39
1 Termin, 8 UE
Gebühr: 72,00 €

Energieboost für Frauen: Stress reduzieren, Kraft & Energie tanken!

Lust auf mehr Energie und innere Stärke? Dieser praxisnahe Kurs „Energieboost“ ist genau das Richtige für Sie! In intensiven praktischen Einheiten lernen Sie, wie Sie stressige Tage hinter sich lassen und Ihre Ressourcen mit effektiven Techniken wieder auffüllen. Jede Stunde werden Übungen angeboten, die sich leicht in Ihren Alltag integrieren lassen und Ihnen spürbare neue Energie schenken – ganz ohne Vorkenntnisse, dafür mit maximalem Mehrwert.

Was Sie erwartet:

- Stress loslassen: Entspannungsmethoden für mehr Ruhe und Gelassenheit
- Kraft tanken: Aufbauende Strategien, die langfristig stärken
- Praxis pur: Der Kurs besteht aus einem vielseitigen Übungskomplex, der Atem- und Achtsamkeitsübungen, Bodyscan, Fantasie-reisen, Progressive Muskelentspannung



(PMR), Autogenes Training und einfache Tanzelemente kombiniert

Mitzubringen sind: warme Socken, bequeme Kleidung und ein Getränk.

AK130103 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Mittwoch, 05.02., 9:30-10:15 Uhr
 Warburg-Scherfede, „Dortreff Scherfede“
 (Briloner Str. 30)
 10 Termine, 10 UE
 Gebühr: 63,00 €

AK130104 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Samstag, 08.02., 9:00-9:45 Uhr
 Warburg-Scherfede, „Dortreff Scherfede“
 (Briloner Str. 30)
 5 Termine, 5 UE
 Gebühr: 32,00 €

Mental fit für Herren: Stress reduzieren, Kraft & Stärke gewinnen!

Entdecken Sie die innere Stärke und holen Sie sich praktisch bewährte Tipps, wie Sie Stress effektiv abbauen, die mentale Stärke aufbauen und die Motivation und Konzentration steigern können. In intensiven Praxis-Einheiten erwarten die Teilnehmer bewährte Techniken und Übungen, um sich nach einer Arbeitswoche schnell zu regenerieren und den Alltag der neuen Woche stressfreier, fokussierter und kraftvoller zu gestalten.

Die praktischen Übungen kombinieren Bewegung, Mentaltraining und Entspannungstechniken. So lernen die Teilnehmer, wie sie durch körperliche und mentale Balance die innere Kraft aufbauen und abrufen können.

Was Sie erwartet:

- Effektive Strategien zur Stressbewältigung: Entdecken Sie Techniken, um stressige Situationen souverän zu meistern
- Stärkung von Motivation und Konzentration: Praktische Tipps und Methoden für mehr Fokussierung und innere Balance

- Ganzheitliche Praxisübungen: Bewegung, mentale Techniken und Entspannungsübungen helfen nachhaltig neue Energie zu gewinnen

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, warme Socken und ein Getränk.

AK130105 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Freitag, 07.02., 19:00-20:00 Uhr
 Warburg-Scherfede, "Dortreff Scherfede"
 (Briloner Str. 30)
 5 Termine, 6,67 UE
 Gebühr: 42,00 €

Entspannung mit Autogenem Training (nach Schultz)

Autogenes Training (AT) nach J.H. Schultz ist eine bewährte, leicht zu erlernende und hochwirksame klassische Entspannungsmethode. AT hat sich bewährt zur Linderung und auch zur Vorbeugung insbesondere stressbedingter Beschwerden wie z.B. Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen, innerer Unruhe, Nervosität, Ängsten, erhöhtem Blutdruck, körperlichen Verspannungen, seelischer Erschöpfung und leichten depressiven Verstimmungen.

Mit Hilfe von gezielt aufeinander aufbauen den Grundübungen erlernen die Teilnehmer die Autosuggestion, um einen Zustand der Ruhe, Schwere und Wärme herzustellen. AT ist von Anfang an wirksam und funktioniert schon in der ersten Unterrichtsstunde. Diese Entspannungsmethode lässt sich wunderbar trainieren, die die Teilnehmer in ihren Alltag vielfältig integrieren können. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, warme Socken, eine große Wolldecke oder zwei große Handtücher, eine Yoga-Matte und ein Getränk.

AK130106 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Mittwoch, 05.02., 19:00-20:30 Uhr
 Peckelsheim, Familienzentrum „Am Park“



(Kooperation mit der VHS)

6 Termine, 12 UE

Gebühr: 65,00 €

AK130107 | Online-Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Sonntag, 09.03., 19:00-20:30 Uhr

Warburg (Online-Seminar)

5 Termine, 10 UE

Gebühr: 52,00 €

AK130108 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Dienstag, 29.04., 19:30-21:00 Uhr

Beverungen, Ev. Kindertageseinrichtung

"Groß für Klein" (In den Poelten 24 A)

6 Termine, 12 UE

Gebühr: 75,00 €

Wochenendseminar: Werden Sie widerstandsfähiger und gelassener im Leben

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Stress und Krisen erfolgreich bewältigen können. Sie erfahren, wie Resilienz entsteht und wie Sie Ihre eigene Resilienz stärken können. Neben theoretischen Inhalten stehen praktische Übungen, die Ihnen helfen, Ihre Resilienz im Alltag anzuwenden.

Themen im Fokus:

- Was ist Resilienz?
- Neurowissenschaftliche Grundlagen von Stress
- Umgang mit Emotionen und Bedürfnissen
- Die sieben Säulen der Resilienz
- Schutz- und Risikofaktorenmodell
- Wertschätzende Kommunikation

Dieses Training ist für Sie geeignet, wenn Sie Stress und Krisen besser bewältigen wollen, Ihre Widerstandsfähigkeit stärken möchten und Ihre innere Stärke entfalten wollen. Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, eigene Yoga-Matte, ein Kissen und Schreibutensilien.

AK130109 | Kurs

mit Melanie Orthey

Freitag, 07.03., 13.00-17.00 Uhr und

Samstag, 08.03., 10.00-14.00 Uhr

Bühne, Familienzentrum und integrative heilpädagogische Tagesstätte „Alsternest“

2 Termine, 10,67 UE

Gebühr: 48,00 €

Auszeit für SelfCare & Health

Erleben Sie Momente voller Herz und Magie. Entdecken Sie Rituale, die Ihre Intuition, Ihre Resilienz und Ihr Potenzial stärken. Tauchen Sie mit sanfter Yogapraxis, Kakaozeremonie, Ayurveda-Tipps, Mental-Power und Natur-Impulsen in Ihre Kraft ein. So bekommen Sie neuen Schwung, Zauberhaftes in Ihren Alltag einzuladen.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Yoga-Matte, Kissen und Decke sowie Getränke und Verpflegung.

AK130110 | Kurs

mit Kerstin Czimmeck, Physio- u. Entspannungstherapeutin, Yogalehrerin, Naturcoach

Freitag, 14.03., 17.00-21.00 Uhr, und

Samstag, 15.03., 9.00-17.00 Uhr

Warburg-Scherfede, „Dorftreff Scherfede“ (Briloner Str. 30)

2 Termine, 14,67 UE

Gebühr: 67,00 €

Workshop für Frauen: Stressfrei im Beruf und in der Familie

Sie fühlen sich oft gestresst und möchten lernen, wie Sie Beruf und Familie gelassener meistern können? Dann ist dieser Workshop das Richtige für Sie! In einer kleinen Gruppe erarbeiten wir praxisnahe Strategien, wie Sie Stress besser bewältigen, die innere Stärke fördern und achtsam mit sich selbst umgehen können.

Inhalte des Workshops:

- Selbstfürsorge stärken: Lernen Sie, wie Sie Ihre Bedürfnisse wahrnehmen und sich Raum schaffen
- Effektives Stressmanagement: Erfahren Sie Techniken, um gelassener und resilienter zu werden
- Individuelle Bewältigungsstrategien: Entwickeln Sie Methoden, die zu Ihrem Alltag passen, um Druck abzubauen und Wohlbefinden zu fördern



Nehmen Sie sich diese wertvolle Zeit für sich und erleben Sie an zwei aufeinanderfolgenden Tagen, wie gut es tut, berufliche und familiäre Anforderungen ausgeglichener und stressfreier anzugehen.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibblock/Heft, Stift und Getränke.

AK130111 | Workshop

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Freitag, 28.03., 18:00-20:15 Uhr und
Samstag, 29.03., 10:00-12:15 Uhr
Warburg-Scherfede, "Dortreff Scherfede"
(Briloner Str. 30)
2 Termine, 6 UE
Gebühr: 38,00 €

Entspannung mit Progressiver Muskelentspannung (PMR nach Jacobson)

Progressive Muskelentspannung nach E. Jacobson (PMR) ist eine einfach zu erlernende und hochwirksame Entspannungsmethode. Diese kann z.B. nach einem langen Arbeitstag oder in stressigen Lebenssituationen überall und direkt eingesetzt werden, um

- den Kopf frei zu bekommen
- den Stress und die Anspannung effektiv abzubauen
- die Psyche zu stabilisieren und
- den Körper in kurzer Zeit zu entspannen.

PMR eignet sich dabei auch hervorragend als sanfte Einschlafhilfe. In einer bestimmten Reihenfolge werden alle Muskelgruppen des Körpers bewusst angespannt und wieder gelockert, um Körperverspannungen zu lösen und sich vom Alltagsstress zu befreien. Eine kurze Einführung in die Stresstheorie mit übersichtlichen Teilnehmerunterlagen ist inklusive.

PMR lässt sich wunderbar trainieren. Die erlernten praktischen Erfahrungen, die die Teilnehmer im Kurs eingeübt haben, können im Alltag ohne Hilfsmittel sofort integriert werden.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, warme Socken, eine große Wolldecke oder zwei große Handtücher, eine Yoga-Matte und ein Getränk.

AK130112 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Mittwoch, 05.02., 17:15-18:45 Uhr
Peckelsheim, Familienzentrum „Am Park“
(Kooperation mit der VHS)
6 Termine, 12 UE
Gebühr: 65,00 €

AK130113 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Dienstag, 29.04., 17:30-19:00 Uhr
Beverungen, Ev. Kindertageseinrichtung
„Groß für Klein“ (In den Poelten 24 A)
6 Termine, 12 UE
Gebühr: 75,00 €

Reiki und was es bewirkt

Bereiten Sie sich auf eine außergewöhnliche Abendveranstaltung vor, die Ihr Leben bereichern wird. Sie werden lernen, wie Sie mit Reiki Ihre Gesundheit und innere Ausgeglichenheit erlangen.

Es wirkt auf geistiger, körperlicher und seelischer Ebene. Reiki kann von allen erlernt und jederzeit angewendet werden. Auch für die Behandlung von Tieren und Pflanzen!

Reiki kann u.a. genutzt werden für:

- Entspannung und Stressbewältigung
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- Persönlichkeits-Entwicklung
- Optimierung der Leistungsfähigkeit u.v.m.

Reiki ist die perfekte Burnout-Prophylaxe und wirkt regulierend und harmonisierend auf das Immunsystem.

Wir werden gemeinsam die Reiki- Kraft aktivieren. Jeder wird intensiv erlernen, bei sich selbst einen Chakrenausgleich herzustellen. Des Weiteren lernen Sie Störfelder zu entdecken und auszugleichen.

AK130114 | Kurs

mit Corina Clobes



Dienstag, 25.02., 18:30-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis „Atlantis“ (Pellen-
breite 2)
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 17,00 €

AK130115 | Kurs
mit Corina Clobes

Mittwoch, 19.03., 18:30-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis "Atlantis" (Pellen-
breite 2)
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 17,00 €

AK130117 | Kurs
mit Corina Clobes

Donnerstag, 08.05., 18:30-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis "Atlantis" (Pellen-
breite 2)
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 17,00 €

Einweihung in den 1. Reiki-Grad

Ausbildung in den 1. Grad – Einzeleinwei-
hung. Nähere Beschreibung zum Thema
siehe Kurstext „Reiki“. Das Wesentliche
beim 1. Grad ist die Öffnung des Energieka-
nals und der Chakren, damit die „universelle
Energie“ durchfließen kann. Das macht sich
z.B. durch Erwärmen der Hände bemerkbar.

Weitere Inhalte sind verschiedene Möglich-
keiten der Anwendung von Reiki-Energie bei

- der Selbstbehandlung
- beim Ablauf einer Ganzbehandlung
(Mensch und Tier)
- bei der Chakrenharmonisierung
- bei der energetischen Reinigung von Le-
bensmitteln.

Reiki wird Ihr Leben verändern und Ihr inne-
res Wachstum unterstützen. Sie erhalten ein
Handout über: Was ist Reiki? (15 Seiten)
und zum 1. Reiki-Grad (8 Seiten).

Der 1. Termin ist der theoretische Teil, die-
ser kann in einer kleinen Gruppe stattfinden.
Die eigentliche Einweihung wird nur einzeln
stattfinden. Dieser 2. Termin wird mit der
Dozentin am Abend der Theorie persönlich
abgestimmt.

AK130116 | Kurs
mit Corina Clobes

Donnerstag, 03.04., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis "Atlantis" (Pellen-
breite 2)
2 Termine, 6,67 UE
Gebühr: 153,00 €

Einweihung in den 2. Reiki-Grad

Der Kurstermin ist fiktiv und wird individuell
mit der Dozentin abgestimmt: Ausbildung in
den 2. Grad – Einzeleinweihung.

Nähere Beschreibung zum Thema siehe
Kurstext „Reiki“. Durch die Einstimmung in
den 2. Reiki-Grad erhalten Sie drei Symbole,
welche den Energiefluss deutlich verstärken
und die persönliche Entwicklung auf emotio-
naler, seelischer und geistiger Ebene unter-
stützen.

Das 1. Symbol ist ein Kraftverstärker. Das 2.
Symbol dient der Mentalheilung. Man ver-
wendet es, um körperliche und seelische
Blockaden zu lösen. Das 3. Symbol, auch
das Meditationssymbol genannt, hebt Raum
und Zeit auf, d.h. man kann damit Fernbe-
handlungen machen.

Weitere Inhalte sind:

- Ganzkörper-Behandlung
- Durchführung einer Fernbehandlung
- Harmonisierung und Reinigung von Räu-
men.

Mit dem 2. Reiki-Grad gibt es vielfältige An-
wendungsmöglichkeiten, die Sie in Ihren
Lebensprozessen ganzheitlich unterstützen.
Sie erhalten ein entsprechendes Handout
(18 Seiten).

Die eigentliche Einweihung wird nur einzeln
stattfinden, dieser Termin ist fiktiv und wird
mit der Dozentin am Abend der Theorie per-
sönlich abgestimmt.

AK130118 | Kurs
mit Corina Clobes

Dienstag, 13.05., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis "Atlantis" (Pellen-
breite 2)
2 Termine, 6,67 UE
Gebühr: 183,00 €



Jin Shin Jyutsu – Heilströmen mit den eigenen Händen

Gesundheit und Harmonie hängen vom ungehinderten Fluss der Lebensenergie durch unser gesamtes Wesen ab. Jin Shin Jyutsu ist eine mehrere tausend Jahre alte Kunst aus Japan zur Harmonisierung dieser Lebensenergie. Regelmäßig angewendet kann sie zu einem zufriedenen, langen und gesunden Leben führen. Krankheiten und Beschwerden entstehen durch blockierte Energie. Durch das einfache Auflegen unserer Hände an bestimmte Stellen unseres Körpers (Strömen) lösen wir diese Blockaden und regen den Fluss der Energie in unserem Körper an.

Bitte mitbringen: Decke, Kissen, bequeme Kleidung, dicke Socken, Yoga- oder Gymnastikmatte, Schreibmaterial.

Begrenzte Teilnehmerzahl!

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Familienzentrum St. Martin in Warburg statt.

AK130119 | Kurs

mit Ulrike Weigelt

Donnerstag, 06.03., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum St. Martin (Hüf-
fertstr.)

4 Termine, 8 UE

Gebühr: 42,00 €

Klangreise: Entspannung für Körper und Seele – in Zusammenarbeit mit der Kreisvolkshochschule Holzminden

Lassen Sie sich von Klängen tragen und gönnen Sie sich eine wohltuende Auszeit! Diese Klangreise lädt Sie ein, Stress und Hektik des Alltags hinter sich zu lassen und in einen Zustand tiefer Entspannung einzutauchen. Unter der Anleitung der erfahrenen Entspannungspädagogin Silvia Sander schaffen verschiedene Klanginstrumente wie Klangschalen, Gongs und weitere harmonische Klänge eine beruhigende Atmosphäre. Hier können Sie die Seele baumeln lassen, in sich hineinspüren und Ihre innere Balance wiederherstellen. Die sanften Schwingungen helfen, Blockaden zu lösen und eine tiefe Ruhe zu finden.

AK130120 | Kurs

mit Silvia Sander

Freitag, 28.02., 19:00-20:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang, Lange Str. 45
1 Termin, 1,33 UE
Gebühr: 13,00 €

AK130121 | Kurs

mit Silvia Sander

Freitag, 28.03., 19:00-20:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang, Lange Str. 45
1 Termin, 1,33 UE
Gebühr: 13,00 €

AK130122 | Kurs

mit Silvia Sander

Freitag, 25.04., 19:00-20:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang, Lange Str. 45
1 Termin, 1,33 UE
Gebühr: 13,00 €

Intuitives Malen: Zeit für Entspannung und Kreativität – in Zusammenarbeit mit der Kreisvolkshochschule Holzminden

Lassen Sie den Alltag hinter sich und gönnen Sie sich eine Auszeit voller Entspannung und Kreativität! Der Kurs beginnt mit einer Klangmeditation, die Körper und Geist zur Ruhe bringt und Sie für schöpferische Prozesse öffnet. Anschließend laden wir Sie zum intuitiven Malen ein. Unter der kunstpädagogischen Anleitung von Silvia Sander entdecken Sie Ihre Kreativität frei und ohne Angst vor Fehlern. Mutig experimentieren Sie mit Farben und Formen und erleben das Malen als befreienden Ausdruck. Keine Vorkenntnisse nötig – kommen Sie einfach vorbei und entdecken Sie die Freude am Malen!

Die Materialien werden mit der Dozentin vor Ort abgerechnet.

AK130123 | Kurs

mit Silvia Sander

Samstag, 26.04., 10:00-12:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang, Lange Str. 45
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 26,00 €

Es ist keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich.



Workshop für Einsteiger: „Meditatives Bogenschießen“ – in Zusammenarbeit mit der Burg Herstelle

Die Faszination des Bogenschießens wird auf einem natürlichen Lernweg kennengelernt.

Die Säulen des meditativen Bogenschießens sind Wahrnehmung, Atmung, Rhythmus und Konzentration. In der Ausgewogenheit von Anspannung und Entspannung findet der Pfeil seinen Weg ins Ziel. Das „Loslassen“ bekommt seine ganz eigene Bedeutung. „Zielen ohne zu zielen“ trifft am besten den Kern der Übung. Mut, Klarheit, Rückenstärkung, Achtsamkeit, Aufrichtung und Geduld werden gefördert.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das komplette Equipment zum Bogenschießen wird gestellt. Die Nutzung ist in der Teilnahmegebühr enthalten.

Mitzubringen sind: bequeme, wetterfeste Kleidung, Schuhe für drinnen und draußen sowie Verpflegung für den Tag.

AK130124 | Workshop

mit Karin Dörken

Samstag, 10.05., 10:00-15:00 Uhr
Burg Herstelle
1 Termin, 6,67 UE
Gebühr: 82,00 €

AK130125 | Workshop

mit Karin Dörken

Samstag, 14.06., 10:00-15:00 Uhr
Burg Herstelle
1 Termin, 6,67 UE
Gebühr: 82,00 €

Power-Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Ursprünglich ist Yoga ein sanftes Ganzkörpertraining. In Kombination mit Fitnessansätzen werden die Grundübungen (Asanas) bei Power-Yoga beibehalten, aber direkt aufeinander folgend und fließend miteinander verbunden wie bei einer Choreographie. Dabei geht eine Position in die andere über. Die Vorteile dieses Konzeptes sind eine Mischung aus Krafttraining und Stretching, anhand derer die verspannten Muskeln gedehnt und entspannt sowie schwache Mus-

keln gekräftigt werden. Dabei kommt man ganz schön ins Schwitzen!

Beim Power-Yoga ist auch die richtige Atemtechnik wichtig. Das bewusste Atmen verstärkt die Entspannung und verbessert den Sauerstofftransport im Blut. Nicht zuletzt kann die Vielzahl der Reize, die auf uns einwirken, durch Power-Yoga konstruktiv verarbeitet werden. Damit bietet Power-Yoga vielfältige Möglichkeiten zum Ausgleich von Anspannungen aus Alltag und Beruf.

Mitzubringen sind: Unterlage (z.B. Isomatte), bequeme Kleidung und Getränke.

AK130128 | Kurs

mit Tanja Tschöke

Dienstag, 04.02., 18:00-19:00 Uhr
Beverungen, Grundschule/Turnhalle (Kolpingstr.)
10 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 46,00 €

AK130129 | Kurs

mit Tanja Tschöke

Mittwoch, 05.02., 18:30-19:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Turnhalle I (Birkenstr.)
10 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 46,00 €

Vormittagskurs: Vinyasa Yoga – das sanfte Yogatraining

In diesem Kurs wird der Tag gestartet mit einer sanften Bewegung des Körpers im Einklang mit der Atmung. Rumpf, Rücken, Schulter und der Körper werden mit einer Reihe von Asanas (Yogaübungen) gestärkt. Damit findet ein Ausgleich zu den Belastungen des Alltags statt, es wird Kraft geschöpft, Gelassenheit geübt und zur inneren Ruhe gefunden.

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Mitzubringen sind: rutschfeste Unterlage (z.B. Yogamatte), bequeme/warme Kleidung, warme Socken und evtl. ein kleines Kissen.

**AK130130 | Kurs**

mit Luisa Weißbrich

Mittwoch, 05.02., 10:15-11:30 Uhr
 Beverungen, Evang. Gemeindezentrum
 (Im Bangern 1)

8 Termine, 13,33 UE
 Gebühr: 67,00 €

Aroma Yin-Yoga

In diesem Kurs üben wir, Körper, Geist und Seele mit einer sanften Übungspraxis durch Unterstützung ätherischer Öle in Einklang zu bringen. Im Mittelpunkt stehen: loslassen, still werden und wohlfühlen. Yin-Yoga ist ein passiver Stil. Das Faszienewebe wird sanft und intensiv über 3-5 Minuten in jeder Position gedehnt, Gelenke werden mobilisiert, Binde- und Bänderewebe gestärkt und die Flexibilität dauerhaft verbessert. Der Körper wird durch Hilfsmittel wie Blöcke, Kissen und Decken in den einzelnen Positionen unterstützt, so dass dieser Yogastil nachhaltig entspannend auf Körper, Geist und Seele wirkt.

Yin-Yoga eignet sich grundsätzlich für Jeden. Vorherige Yoga-Erfahrung ist nicht notwendig! Yoga soll zu einem erfüllten, aktiven Leben mit verbesserter Lebensqualität verhelfen.

Mitzubringen sind: Yoga-Matte, Yoga-Block und Yoga-Bolster (festes längliches Kissen) soweit vorhanden, alternativ ein großes Badehandtuch und ein dickes Buch. Die Hilfsmittel sind für die richtige Ausführung der Übungen zwingend erforderlich. Teilnehmer ohne eigene Hilfsmittel können diese gegen eine kleine Gebühr bei der Dozentin ausleihen – Begrenzte Teilnehmerzahl!

In der Kursgebühr sind Öl- und Materialkosten enthalten.

Die Eingangstür der Graf-Dodiko-Schule wird 5 Minuten vor Kursbeginn abgeschlossen, bitte erscheinen Sie daher rechtzeitig in der Turnhalle im Dachgeschoss.

Anfänger ohne Yin Yoga Erfahrung erscheinen bitte am ersten Kurstag 20 Minuten vor Kursbeginn.

AK130131 | Kurs

mit Vanessa Stefani

Dienstag, 11.02., 17:45-19:00 Uhr
 Warburg, Gymnastikraum der Graf-Dodiko-Schule

6 Termine, 10 UE
 Gebühr: 51,00 €

AK130132 | Kurs

mit Vanessa Stefani

Dienstag, 29.04., 17:45-19:00 Uhr
 Warburg, Gymnastikraum der Graf-Dodiko-Schule

6 Termine, 10 UE
 Gebühr: 51,00 €

Yin-Yoga Fortsetzung

Siehe Kurstext zu Aroma Yin-Yoga. Fortsetzungskurs mit längerer Haltedauer und intensiveren Asanas.

Yoga soll zu einem erfüllten, aktiven Leben mit verbesserter Lebensqualität verhelfen.

Mitzubringen sind: Yoga-Matte, Yoga-Block und Yoga-Bolster (festes längliches Kissen) soweit vorhanden, alternativ ein großes Badehandtuch und ein dickes Buch. Die Hilfsmittel sind für die richtige Ausführung der Übungen zwingend erforderlich. Teilnehmer ohne eigene Hilfsmittel können diese gegen eine kleine Gebühr bei der Dozentin ausleihen – Begrenzte Teilnehmerzahl!

Die Eingangstür der Graf-Dodiko-Schule wird 5 Minuten vor Kursbeginn abgeschlossen, bitte erscheinen Sie daher rechtzeitig in der Turnhalle im Dachgeschoss.

AK130133 | Kurs

mit Vanessa Stefani

Mittwoch, 12.02., 19:30-20:45 Uhr
 Warburg, Gymnastikraum der Graf-Dodiko-Schule

6 Termine, 10 UE
 Gebühr: 39,00 €

AK130134 | Kurs

mit Vanessa Stefani

Mittwoch, 30.04., 19:30-20:45 Uhr
 Warburg, Gymnastikraum der Graf-Dodiko-Schule

6 Termine, 10 UE
 Gebühr: 39,00 €



Yang trifft Yin am Morgen

Dieser Kurs bereitet Ihnen einen entspannten Start in den Tag. Er ist geeignet für Anfänger, Späteinsteiger oder Yogis, die sich nach einer sanften Yoga-Praxis sehnen.

Die Übungen bestehen aus leichtem Hatha Yoga, kleinen Meditations-/Pranayama-Einheiten, sowie länger zu haltenden Positionen aus dem Yin Yoga. Die Kombination dieser Asanas weckt Ihre Lebensgeister und hilft Ihnen dabei, Ihren Fokus zu finden.

Mitzubringen sind: Yoga-Matte, Yoga-Block, Decke, Yoga-Bolster (festes längliches Kissen), kleines Kopfkissen und bequeme Kleidung – Begrenzte Teilnehmerzahl!

AK130135 | Kurs

mit Vanessa Stefani

Dienstag, 25.02., 8:45-9:45 Uhr
Warburg, Musikschule, Ballettsaal
5 Termine, 6,67 UE
Gebühr: 37,00 €

AK130136 | Kurs

mit Vanessa Stefani

Dienstag, 29.04., 8:45-9:45 Uhr
Warburg, Musikschule, Ballettsaal
6 Termine, 8 UE
Gebühr: 44,00 €

Hatha-Yoga

Dieser Kurs richtet sich an Frauen und Männer, die Hatha-Yoga kennenlernen oder wieder einsteigen möchten.

Die Yoga-Übungen trainieren Kraft, Ausdauer, Herz-Kreislauf, Flexibilität und Gleichgewicht. Zu einer Yoga-Stunde gehören auch Tiefenentspannung, Atemübungen und Meditation. Ziel ist es, Körper, Geist, Seele und Atem in Einklang zu bringen und dadurch mehr innere Gelassenheit zu erreichen. Die beruhigende und ausgleichende Wirkung des Hatha-Yoga ist ideal für die Gesundheitsvorsorge und somit für die meisten Menschen geeignet.

Yoga soll zu einem erfüllten, aktiven Leben mit verbesserter Lebensqualität verhelfen.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Yoga-Matte, Yoga-Block (oder ein dickes Buch).

Begrenzte Teilnehmerzahl!

Die Eingangstür der Graf-Dodiko-Schule wird 5 Minuten vor Kursbeginn abgeschlossen, bitte erscheinen Sie daher rechtzeitig in der Turnhalle im Dachgeschoss.

AK130137 | Kurs

mit Vanessa Stefani

Mittwoch, 12.02., 18:00-19:15 Uhr
Warburg, Gymnastikraum der Graf-Dodiko-Schule
6 Termine, 10 UE
Gebühr: 39,00 €

AK130138 | Kurs

mit Vanessa Stefani

Mittwoch, 30.04., 18:00-19:15 Uhr
Warburg, Gymnastikraum der Graf-Dodiko-Schule
6 Termine, 10 UE
Gebühr: 39,00 €

Tai Chi

In diesem Seminar lernen wir die entspannenden und meditativen Bewegungen einer chinesischen Bewegungskunst kennen. Tai Chi hat einen positiven Einfluss auf die Lebensenergie, bringt Körper und Geist in Einklang. Das Bewegungstraining besteht aus einer Abfolge traditioneller chinesischer Körperübungen, die fließend ineinander übergehen. Im Mittelpunkt stehen beim Tai Chi Körperspannung, Achtsamkeit und Atmung.

Bei gutem Wetter üben wir auf einer großen Wiese vor der Burg und die abschließenden Entspannungsübungen/Meditation finden in den Räumlichkeiten der Burg Herstelle statt.

AK130139 | Kurs

mit Karin Dörken

Samstag, 28.06., 10:00-12:00 Uhr
Burg Herstelle
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 38,00 €

Yoga-Pranayama

Pranayama sind bewusst gesteuerte Atemübungen aus dem Yoga. Prana bedeutet Lebensenergie und yama bedeutet die Lebensenergie zum Fließen zu bringen.



Wir beginnen mit leichten Körperübungen, um die Atemräume zu öffnen und zu dehnen. Ganz bewusst nehmen wir unseren Atem wahr. Ein tiefer und bewusster Atem bringt uns in Verbindung mit Lebensenergie, Klarheit und Kraft. Ein langer und gleichmäßiger Atem wirkt beruhigend auf das mentale Erleben und den Geist.

Hier bietet der Einstieg in eine kombinierte Atem- und Asanapraxis wertvolle Möglichkeiten, die dem Üben in vielen kleinen Schritten den Weg zu mehr Atembewusstsein führt.

AK130140 | Kurs

mit Karin Dörken

Samstag, 28.06., 13:00-15:00 Uhr

Burg Herstelle

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 38,00 €

Bewegung und Fitness

Fit und beweglich für „Sie“ und „Ihn“

Bereits mit 30 Jahren beginnt durch den ganz normalen Alterungsprozess der stetige Verlust an Kraft- und Dehnfähigkeit. Doch nach dem Motto „sich regen bringt Segen“ lässt sich dieser Verlauf durch regelmäßige Bewegung im Alltag, z. B. durch geeignete Sportangebote, verlangsamen, aufhalten oder sogar umkehren, je nach Umfang und Art der körperlichen Betätigung. Zudem lassen sich koordinative Fähigkeiten wie Reaktion und Gleichgewicht bis ins hohe Alter trainieren.

Dieses Angebot soll auch ältere Menschen ansprechen. Die Aktivität in der Gruppe hilft, die eigenen Möglichkeiten zu erkennen. Durch Kräftigungsübungen sowie Faszien- und Koordinationstraining, aber auch durch Spielformen, bleibt man fit. Dabei soll der Spaß nicht zu kurz kommen. Die Übungen können differenziert werden, sodass jeder Teilnehmer in seinen persönlichen Belastungs- und Bewegungsmöglichkeiten aktiv sein kann. Mitzubringen sind Getränke, Handtuch und evtl. eine Gymnastikmatte.

AK130206 | Kurs

mit Elvira Mutz

Montag, 03.02., 9:15-10:15 Uhr

Warburg, Eisenbahnersporthalle (Desenbergstr. 3)

12 Termine, 16 UE

Gebühr: 56,00 €

Step-Aerobic

Step-Aerobic ist ein Konditionstraining, das durch Auf- und Absteigen an der Plattform (Stepper) ausgeübt wird. Die Grundschriffe werden in diesem Kurs zu einer Choreographie zusammengeführt, wobei natürlich Musik nicht fehlen darf. Step-Aerobic ist ein ausgezeichnetes Herz-Kreislauf-Training, die Beinmuskulatur wird gekräftigt und – nicht zu vergessen – den schönen Po gibt's gratis dazu. Der Kurs bietet zudem vielfältige Möglichkeiten, die Anspannungen des Alltags und Berufs auszugleichen.

Der Kurs ist für Teilnehmer aller Altersklassen geeignet!

Mitzubringen sind: feste Sport-/Hallenschuhe, bequeme Kleidung, Handtuch und Getränke.

AK130207 | Kurs

mit Karin Riemer

Montag, 03.02., 18:30-19:30 Uhr

Beverungen, Grundschule/Turnhalle (Kollpingstr.)

14 Termine, 18,67 UE

Gebühr: 60,00 €

Body-Fitness – in Kooperation mit dem Familienzentrum St. Franziskus

Das Body-Fitness-Training ist ein abwechslungsreiches und intensives Ganzkörpertraining, bei dem alle Muskelgruppen gekräftigt werden. Es wird unter anderem mit Kleingeräten wie Brasils und Fitnessbändern gearbeitet. Auch spezielle Dehnübungen und Abläufe aus dem Faszientraining fließen in das Workout ein, sodass Muskelkraft und Dehnfähigkeit, aber auch die Koordination – insbesondere das Gleichgewicht – in hohem Maße trainiert und verbessert werden. Gelenke werden stabilisiert und gleichzeitig beweglicher, der Rücken wird gestärkt und



durch eine bessere Haltung die Wirbelsäule entlastet. Verbesserte Koordination und Gleichgewichtsfähigkeit erhöhen die Bewegungssicherheit.

Mitzubringen sind: Gymnastikmatte, Hallenturnschuhe, Getränk und gute Laune. Der Kurs findet im 14-tägigen Rhythmus statt.

AK130208 | Kurs

mit Elvira Mutz

Montag, 03.02., 18:00-19:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum „St. Franziskus“, Beethovenstr. 14
8 Termine, 10,67 UE
Gebühr: 41,00 €

Bodyforming

Wer kennt sie nicht – die kleinen Probleme mit der Figur? Bodyforming könnte der Ausweg sein.

Verschiedene Workouts mit hohem Ausdaueranteil sind ideal und kurbeln die Fettverbrennung an. Sanftes Krafttraining mit niedrigen Widerständen (z.B. Hanteln in verschiedenen Gewichtsgrößen) und vielen Wiederholungen kräftigen gezielt die Problemzonen an Bauch, Beinen und Po. Ein Kurs mit anregender Musik und dem Ziel, die Figur zu verbessern und das Wohlbefinden zu steigern.

Der Kurs ist für alle Altersklassen sowie für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Mitzubringen sind: Unterlage (Isomatte), Sport-/Hallenschuhe, bequeme Kleidung, Handtuch und Getränke.

AK130209 | Kurs

mit Karin Riemer

Dienstag, 04.02., 19:00-20:00 Uhr
Beverungen, Grundschule/Turnhalle (Kolpingstr.)
14 Termine, 18,67 UE
Gebühr: 60,00 €

Tabata – Powerworkout

Tabata bietet ein hochintensives Ganzkörpertraining, das für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet ist.

Kurze Belastungsphasen wechseln mit noch kürzeren Erholungsphasen: Eine Intervallmethode, die verschiedene Muskelgruppen beansprucht, und zwar ohne jegliches Equipment. Das Training ist entsprechend intensiv und somit gut geeignet zur Ausdauersteigerung und Fettverbrennung.

Mitzubringen sind: Unterlage (z. B. Isomatte), Sport-/Turnschuhe (helle, glatte Sohle), bequeme Kleidung, Handtuch und Getränke.

AK130210 | Kurs

mit Denise Dirks

Montag, 03.02., 18:30-19:15 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Turnhalle I (Birkenstr.)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 44,00 €

AK130211 | Kurs

mit Denise Dirks

Mittwoch, 05.02., 19:30-20:15 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Turnhalle I (Birkenstr.)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 44,00 €

Fit für den Alltag für „Sie“

Bereits mit 30 Jahren beginnt durch den ganz normalen Alterungsprozess der stetige Verlust an Kraft- und Dehnfähigkeit sowie der allgemeinen Leistungsfähigkeit. Doch lässt sich dieser Verlauf durch regelmäßige Bewegung im Alltag, z. B. durch geeignete Sportangebote, verlangsamen, aufhalten oder sogar umkehren, je nach Umfang und Art der körperlichen Betätigung. Zudem lassen sich koordinative Fähigkeiten wie Reaktion und Gleichgewicht bis ins hohe Alter trainieren.

Dieses Angebot soll Frauen ansprechen, die sich gerne in einer Gruppe mit Gleichgesinnten fit halten möchten. Mit Funktionstraining vorwiegend aus den Bereichen Kraftausdauer, Koordination und Faszientraining sowohl mit Kleingeräten als auch mit spielerischen Komponenten wird jede Stunde anders gestaltet. Durch Differenzierung der Übungen kann jede Teilnehmerin in ihren persönlichen Belastungs- und Bewegungsmöglichkeiten aktiv sein, sodass ein Training mit Abwechslung und Spaß möglich ist. Das



Angebot ist auch für ältere Teilnehmerinnen geeignet.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Iso-Matte, Handtuch und Getränk.

Der Kurs findet im 14tägigen Rhythmus statt.

AK130212 | Kurs

mit Elvira Mutz

Donnerstag, 13.02., 18:30-19:30 Uhr
Warburg, Turnhalle im Altbau des Hüffert-
gymnasiums
7 Termine, 9,33 UE
Gebühr: 33,00 €

Workshop: Fahrtechniktraining für Rennrad, Gravel und Mountainbike – in Zusammenarbeit mit dem TriTeam vom SSV Wehrden

Das Fahrtechniktraining kommt oft zu kurz und meistens fühlen sich Radsportler überfordert mit der Fragestellung, welche Übungen es genau gibt für das Rennradfahren, Graveln und Mountainbiken. Bei diesem Workshop werden die Grundlagen für eine gute Fahrtechnik auf dem Rennrad, Gravel oder Mountainbike vermittelt. Schwerpunkte sind u.a.:

- Grundübungen
- Brems- und Kurventechnik
- technische Spiele
- Fahrtechniktraining für Kinder und Jugendliche
- Methodik
- Guiding.

Der Workshop richtet sich an alle Radsportbegeisterten und Interessierten in den Disziplinen: Rennrad, Gravel, Cross und Mountainbike (ab 16 Jahren). Es besteht Helmpflicht!

AK130213 | Workshop

mit Alexander Klaus, Benjamin Krog
Sonntag, 13.04., 8:30-15:30 Uhr
Kursort wird noch bekannt gegeben
1 Termin, 13,33 UE
Gebühr: 55,00 €

Tennis für Anfänger – in Zusammenarbeit mit dem TC Beverungen e.V.

Sie haben sich schon oft gefragt, ob Tennis der richtige Sport für Sie ist? In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, die Grundlagen des Spiels kennen zu lernen und erste Erfahrungen auf dem Platz zu sammeln. Sie erlernen die notwendigen Fertigkeiten und Techniken, um schon bald das erste „Match“ mit einem anderen Tennispartner spielen zu können. Darüber hinaus verbessern Sie Ihre körperliche Fitness, bauen Stress ab und knüpfen neue Kontakte.

Schläger und Bälle werden gestellt.

AK130214 | Kurs

mit TC Beverungen e.V.

Donnerstag, 08.05., 18:00-19:00 Uhr
Beverungen, TC Beverungen e.V.
(Grüner Weg)
4 Termine, 5,33 UE
Gebühr: 33,00 €

Selbstverteidigung

Selbstverteidigung auf Grundlage von Krav Maga

Gewalt oder Aggressionen gegen zivile Personen sind allzu häufig. Immer mehr Personen interessieren sich deshalb für Selbsthilfe-, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse. In diesem Workshop sollen die Teilnehmer erlernen, sich in bedrohlichen bzw. kritischen Situationen mit angemessener Gegenwehr zu verteidigen.

Grundlage des Workshops sind Techniken aus dem bekannten System Krav Maga Concept. Die Abwehrmaßnahmen sind so ausgewählt, dass sie jeder Teilnehmer auch ohne Vorkenntnisse nach kurzem Üben sofort wirkungsvoll um- und einsetzen kann.

Krav Maga zeichnet sich durch einfache Techniken aus. Natürliche und instinktive Reaktionen werden im System berücksichtigt und sinnvoll eingebunden. Dadurch ist Krav Maga schnell zu erlernen. Krav Maga ist seinem Selbstverständnis nach kein Sport, sondern ein Selbstverteidigungssystem. Besonders das richtige Reagieren unter Stress wird trainiert. Dabei wird der angemessenen Taktik in Gefahrensituationen viel



Raum eingeräumt. Es geht auch darum, Gefahren frühzeitig zu erkennen und einem Konflikt durch geschicktes Verhalten auszuweichen oder den Gegner zu entwaffnen.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Sportschuhe und Getränke.

Erforderliche Voraussetzungen: Mindestalter 15 Jahre und keine gesundheitlichen Vorerkrankungen.

AK130241 | Workshop

mit Tobias Flore

Samstag, 22.02., 9:00-13:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Turnhalle I (Birkenstr.)
1 Termin, 6 UE
Gebühr: 25,00 €

Selbstverteidigung auf Grundlage von Krav Maga – in Kooperation mit dem Familienzentrum St. Franziskus

Gewalt oder Aggressionen gegen zivile Personen sind allzu häufig. Immer mehr Personen interessieren sich deshalb für Selbsthilfe-, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse. In diesem Workshop sollen die Teilnehmer erlernen, sich in bedrohlichen bzw. kritischen Situationen mit angemessener Gegenwehr zu verteidigen.

Grundlage des Workshops sind Techniken aus dem bekanntesten System Krav Maga Concept. Die Abwehrmaßnahmen sind so ausgewählt, dass sie jeder Teilnehmer auch ohne Vorkenntnisse nach kurzem Üben sofort wirkungsvoll um- und einsetzen kann.

Krav Maga zeichnet sich durch einfache Techniken aus. Natürliche und instinktive Reaktionen werden im System berücksichtigt und sinnvoll eingebunden. Dadurch ist Krav Maga schnell zu erlernen. Krav Maga ist seinem Selbstverständnis nach kein Sport, sondern ein Selbstverteidigungssystem. Besonders das richtige Reagieren unter Stress wird trainiert. Dabei wird der angemessenen Taktik in Gefahrensituationen viel Raum eingeräumt. Es geht auch darum, Gefahren frühzeitig zu erkennen und einem Konflikt durch geschicktes Verhalten auszuweichen oder den Gegner zu entwaffnen.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Sportschuhe und Getränke.

Erforderliche Voraussetzungen: Mindestalter 15 Jahre und keine gesundheitlichen Vorerkrankungen.

AK130242 | Workshop

mit Tobias Flore

Samstag, 22.03., 9:00-13:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum St. Franziskus, Beethovenstr. 14
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 25,00 €

Wasserkurse

Aqua-Jogging

Aqua-Jogging ist der gesunde Wassersport! Gejoggt wird mithilfe eines Auftriebsgürtels in hüft- oder brusttiefem Wasser ohne Bodenkontakt. Aquajogging trägt wirkungsvoll und risikofrei zur allgemeinen Fitness bei. Schon eine Stunde pro Woche bewirkt eine deutliche Verbesserung der Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit. Der Kurs bietet auch vielfältige Möglichkeiten, die Anspannungen des Alltags und Berufs auszugleichen.

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Mitzubringen sind: Badebekleidung etc. und Badelatschen.

AK130281 | Kurs

mit Rudi Hake

Freitag, 31.01., 19:15-20:00 Uhr
Borgentreich, Hallenbad (Platz der Stadt Rue 2a)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 48,00 €

AK130282 | Kurs

mit Rudi Hake

Freitag, 31.01., 20:00-20:45 Uhr
Borgentreich, Hallenbad (Platz der Stadt Rue 2a)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 48,00 €

In Zusammenarbeit mit dem Förderverein Freibad Beverungen und Umgebung e.V. „Die Batze“ werden die nachstehend aufgeführten Sommerkurse im Freibad Beverungen angeboten.



Der Eintritt ist für Mitglieder des Fördervereins über den Vereinsbeitrag abgegolten. Nichtmitglieder haben den Eintritt vor Ort zu entrichten. Der Eintritt ist nicht in der Kursgebühr enthalten!

Sommerkurs: Aqua-Jogging

Aqua-Jogging ist der gesunde Wassersport! Gejoggt wird mithilfe eines Auftriebsgürtels in hüft- oder brusttiefem Wasser ohne Bodenkontakt. Aquajogging trägt wirkungsvoll und risikofrei zur allgemeinen Fitness bei. Schon eine Stunde pro Woche bewirkt eine deutliche Verbesserung der Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit. Der Kurs bietet auch vielfältige Möglichkeiten, die Anspannungen des Alltags und Berufs auszugleichen.

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte beachten Sie, dass Sie das Bad bis spätestens 19:15 Uhr am Kurstag betreten haben müssen (die Schranke muss bis dahin passiert sein!). Andernfalls kann ein Betreten des Schwimmbads nicht mehr vorgenommen werden!

AK130285 | Kurs

mit Rudi Hake

Montag, 12.05., 19:30-20:15 Uhr
Beverungen, Freibad (Bevertrift 23)
8 Termine, 8 UE
Gebühr: 33,00 €

AK130286 | Kurs

mit Rudi Hake

Mittwoch, 14.05., 19:30-20:15 Uhr
Beverungen, Freibad (Bevertrift 23)
8 Termine, 8 UE
Gebühr: 33,00 €

Schnorcheln für Anfänger

Entdecken Sie ein völlig neues Lebensgefühl! Schnorcheln heißt, Wasser pur zu genießen, Abenteuer zu erleben und unbekannte Welten zu erkunden. Schnorcheln ist eine entspannende und zugleich abenteuerliche Freizeitaktivität, die für alle Altersklassen geeignet ist. Freuen Sie sich auf neue Herausforderungen und tauchen Sie ein in eine neue Welt.

Sie lernen unter Anleitung eines Schnorchel-Instructors das erforderliche Können, um

einen ersten Blick in die Unterwasserwelt zu werfen. Es gibt dabei eine Menge wichtiger Punkte zu beachten, denn nur mit den notwendigen Fertigkeiten und der erforderlichen Ausrüstung macht Schnorcheln richtig Spaß.

Keine Ermäßigung möglich! Mindestalter: 10 Jahre. Bei Minderjährigen ist mit der Anmeldung eine Einverständniserklärung der Eltern vorzulegen. Begrenzte Teilnehmerzahl!

AK130292 | Kurs

mit Reinhold Büchler

Samstag, 15.02., 10.00-11.30 Uhr,
Tauchstation Warburg, Zum Warburger
Tor 39, Sonntag, 16.02. und 23.02., je-
weils von 15.00-16.30 Uhr Hallenbad War-
burg
Warburg, Tauchstation Warburg, Zum
Warburger Tor 39
3 Termine, 6 UE
Gebühr: 53,00 €

Schnupperkurs: Einführung in das Sporttauchen

Sind auch Sie fasziniert von Unterwasserfilmen? Würden Sie das schwerelose Schweben gerne mal erleben? Möchten Sie das Tauchen einmal selbst ausprobieren? Die Tauchstation Warburg ist eine junge, dynamische Tauchschiule, die auf die individuellen Wünsche der Auszubildenden eingeht. Das Angebot umfasst das ganze Sporttauchgeschehen, von den ersten Schritten mit Jugendlichen über die Ausbildung Erwachsener bis hin zur Weiterbildung und Spezialisierung in Sonderkursen.

Nach Abschluss des Kurses erhalten die Teilnehmenden das anerkannte Zertifikat „Pool Diver“. Dies berechtigt dazu, an Tauchbasen im In- und Ausland an Tauchgängen in Begleitung eines Tauchlehrers teilzunehmen.

Mindestalter: 14 Jahre. Bei Minderjährigen ist mit der Anmeldung eine schriftliche Einverständniserklärung der Eltern vorzulegen. Begrenzte Teilnehmerzahl! Keine Ermäßigung möglich.

AK130293 | Kurs

mit Reinhold Büchler

Samstag, 15.02., 10:00-12:00 Uhr,



Tauchstation Warburg, Zum Warburger Tor 39, Sonntag, 16.02., 23.02. und 02.03., jeweils 13:30-15:00 Uhr, Hallenbad Warburg

Warburg, Tauchstation Warburg, Zum Warburger Tor 39
4 Termine, 8,67 UE
Gebühr: 104,00 €

Freitauchen – mit einem Atemzug abtauchen

Träumen Sie schon einmal davon, wie ein Delfin zu schwimmen oder mit einem einzigen Atemzug durch das endlose Blau des Ozeans zu gleiten? Dann ist der Einstieg in das Freediving Programm (Freitauchen, ungestört durch Atemgeräusche oder aufwendiges Equipment) der Tauchstation Warburg genau das Richtige für Sie.

Beim Freitauchen im Hallenbad Warburg starten wir mit Atemtechniken, Entspannungsübungen und mit vielen praktischen Einheiten. So ist es möglich, das Freediving in jeder Altersklasse schnell und einfach zu erlernen. Freitauchen öffnet Ihnen endlose Möglichkeiten: Ruhe und Entspannung oder eine sportliche Herausforderung.

Mindestalter: 14 Jahre. Bei Minderjährigen ist mit der Anmeldung eine schriftliche Einverständniserklärung der Eltern vorzulegen. Begrenzte Teilnehmerzahl! Keine Ermäßigung möglich.

Mitzubringen sind: Iso- oder Gymnastikmatte, Handtuch.

AK130294 | Kurs mit Reinhold Bächler

Sonntag, 16.03., 13:30-17:00 Uhr
Hallenbad Warburg
1 Termin, 4,67 UE
Gebühr: 63,00 €

Stand-Up-Paddling (SUP)

Entspannen, abschalten vom Alltag, sich auspowern, die Natur erleben, die Fitness verbessern – Stand-Up-Paddling vereint all diese Aspekte. Paddeln kann jeder, auch noch im hohen Alter. Wir starten mit einer Einführung in Material, Sicherheit, Paddeltechnik und den Grundregeln auf dem Was-

ser. Anschließend geht es mit den Boards aufs Wasser, um das Erlernte zu üben und anzuwenden.

Mindestalter: 12 Jahre, bei Minderjährigen ist bei der Anmeldung eine Einverständniserklärung der Eltern vorzulegen. Die Voranmeldung im VHS-Büro ist unerlässlich. Keine Ermäßigung möglich!

Treffpunkt ist am Twistesee, Parkplatz "Klaubauteermann" (Zulauf) / Richtung Landau um 09:30 Uhr.

Bitte denken Sie an Kleingeld für den Parkautomat.

AK130295

mit Reinhold Bächler

Sonntag, 27.04., 9:30-12:00 Uhr
Twistesee, Parkplatz am „Stübchen“ (Zulauf, Richtung Landau)
1 Termin, 3,33 UE
Gebühr: 50,00 €

Nur für Schwimmer: Kraulschwimmen – erlernen und/oder verbessern

Das Kraulschwimmen, auch nur Kraulen genannt, zählt zu den Wechselschwimmarten und ist die schnellste Schwimmart im Freistilschwimmen. Dabei liegt das Gesicht des Schwimmers im Wasser, der Blick ist auf den Grund des Beckenbodens gerichtet. Zum Atmen wird der Kopf alle zwei bis fünf Armzüge seitlich gedreht. Der Körper bleibt dabei in der horizontalen Lage. Das Wenden erfolgt üblicherweise mit der Rollwende. Dazu macht der Schwimmer eine Rolle und stößt sich mit den Beinen vom Beckenrand ab, anstatt am Beckenrand mit der Hand anzuschlagen. Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene, die das Kraulschwimmen erlernen möchten oder ihre Kraultechnik verbessern möchten.

Teilnahmevoraussetzung ist die sichere Schwimmfähigkeit. Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt!

Bitte beachten Sie, dass Sie das Bad bis spätestens 19:15 Uhr am Kurstag betreten haben müssen (die Schranke muss bis dahin passiert sein!). Andernfalls



kann ein Betreten des Schwimmbads nicht mehr vorgenommen werden!

AK130296 | Kurs

mit Alexander Klaus

Donnerstag, 12.06., 19:30-20:15 Uhr
Beverungen, Freibad (Bevertrift 23)
8 Termine, 8 UE
Gebühr: 35,00 €

Gesundheitsvorsorge

Wirbelsäulengymnastik

In diesem Kurs geht es um die Stärkung und Flexibilisierung der Rumpf- und Rückenmuskulatur. Eine ausgeprägte Bauchmuskulatur entlastet die Wirbelsäule und führt zu einer gesunden Körperhaltung.

Durch verschiedene Bewegungsabläufe und Dehnübungen werden Wirbelsäule, Gesäß und Hüfte aktiviert.

Die einzelnen Übungen werden an unterschiedliche Bedürfnisse angepasst, womit Teilnehmer jeglichen Fitnesslevels teilnehmen können.

AK130300 | Kurs

mit Nicolas Ziemann

Donnerstag, 06.02., 18:30-19:30 Uhr
Beverungen, Grundschule/Turnhalle (Kolpingstr.)
10 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 50,00 €

Funktionelles Training

Funktionelles Training ist eine Trainingsmethode, die darauf abzielt, die Funktionalität und Leistungsfähigkeit des Körpers zu verbessern. Der Kurs wird auf folgenden Inhalten aufgebaut:

- 1. Ganzkörpertraining: Mehrere Gelenke und Muskeln werden gleichzeitig beansprucht
- 2. Core Stabilität: Ein starker Rumpf beugt Rückenschmerzen vor und ist im Alltag unabdingbar
- 3. Balance und Koordination: Stärkung von Gleichgewicht und Koordination.

Mitzubringen sind: Unterlage (z.B. Isomatte), Sportbekleidung und -schuhe.

AK130301 | Kurs

mit Nicolas Ziemann

Donnerstag, 06.02., 19:30-20:30 Uhr
Beverungen, Grundschule/Turnhalle (Kolpingstr.)
10 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 50,00 €

Vortrag: „Pflegeleistungen der Pflegeversicherung einfach erklärt“

Die Pflegeversicherung bietet ein breites Spektrum an Leistungen, um Menschen mit Pflege-, Hilfe- und Betreuungsbedarf zu unterstützen. Zugleich stellt sich die Pflegeversicherung für viele pflegende Angehörige und Pflegebedürftige als undurchsichtiger Dschungel dar. Hier kann Abhilfe geschaffen werden. Anhand von Beispielen aus der Praxis werden die Leistungen der Pflegeversicherung erläutert. Was beinhaltet z.B. die Geldleistung? Was versteht man unter Sach- und Kombileistung? Wie vielfältig kann ich die Verhinderungspflege und den Entlastungsbetrag nutzen?

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK130399 | Vortrag

mit Diana Boldewin

Dienstag, 18.03., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Vortrag: „Demenz und die Bedeutung für die Familie“

Demenz ist eine der größten Herausforderungen unserer Gesellschaft. In Deutschland leiden heute rund 1,7 Millionen Menschen daran, Tendenz steigend.

Hinter dieser Zahl stehen die Schicksale von engen Familienangehörigen, Freunden, Nachbarn und anderen Mitmenschen.

Dieser Vortrag gibt einen Einblick in das Thema und Antworten auf Fragen wie: Was ist Demenz? Wie kommuniziere ich mit einem Erkrankten? Wie kann man die Familie unterstützen? Welche Entlastungshilfen gibt es für Angehörige?



Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK130400 | Vortrag

mit Diana Boldewin

Dienstag, 08.04., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Programminweis der VHS Höxter-Marienmünster

251-3005 EPA - Elektronische Patientenakte



Sie erhalten einen Überblick, was mit der Elektronischen Patientenakte bereits umgesetzt wird bzw. noch geplant ist. Gibt es Risiken? Wie steht es um Sicherheit und Datenschutz? Der Referent ist Produktmanager für digitale Gesundheitsanwendungen und beantwortet diese Fragen. Eine Anmeldung ist erforderlich. Die Bezahlung erfolgt an der Abendkasse.

Sven Strakeljahn
Donnerstag, 03. April 2025
18.30 – 20.00 Uhr
1 Termin, 2 UStd.
Haus der VHS
Gebühr: 5.00 Euro, ermäßigt: 2,50 Euro



Sie interessieren sich für eine Lehrtätigkeit bei der VHS?



Sie verfügen über eine fachliche Qualifikation in einem der folgenden Bereiche: politische oder berufliche Bildung, Fremdsprachen, Gesundheit, Kultur und Gestalten oder EDV?



Sie arbeiten gerne mit Menschen zusammen und können Ihr Wissen leicht verständlich weitergeben?

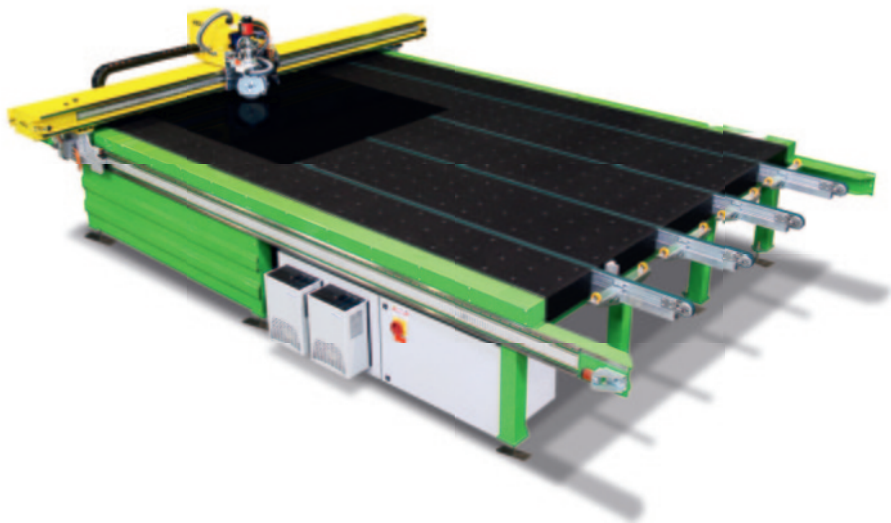
Dann freuen wir uns auf Ihre schriftliche Bewerbung und einen Programmvorschlag für das kommende Semester.

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser
Rathaus Zwischen den Städten 9
34414 Warburg
info@vhs-dew.de



glass technology

HEGLA[®]



Unsere Mitarbeiter*innen sind unsere Stärke

Zu einem der führenden Anbieter für die glasverarbeitende Industrie konnten wir nur werden, weil wir jeden Tag auf die Erfahrung und Kompetenz unserer Mitarbeiter*innen vertrauen können. Deren Bereitschaft immer wieder neue und bessere Lösungen zu finden, hat zu höchster Qualität und zahlreichen Innovationen geführt.

Ein guter Grund uns dort zu engagieren, wo diese Menschen und HEGLA beheimatet sind.



HEGLA GmbH & Co. KG

Industriestraße 21 • D-37688 Beverungen

T.: 0 52 73 / 9 05-0 • info@hegla.de • www.hegla.com/karriere

hegla.com

WDR 2

**Früh raus?
Geht besser
zusammen!**

**RADIO AN
SEI DABEI**

WIR SIND DER WESTEN

Ernährung

Kreativlab





Vorträge und Betriebsbesichtigungen

Kräuterführung entlang der Weser

Auf einem Stück des Radweges entlang der Weser wachsen, oft unbeachtet, zahlreiche gesunde und schmackhafte Kräuter. Kräuterpädagoge Thomas Otterpohl zeigt und erklärt viel Wissenswertes über die Pflanzen. Dabei geht es vorwiegend um die Verwendung in der Küche und für die Gesundheit.

Kleine Geschichten aus deren Vergangenheit helfen dabei, die Erinnerung etwas einfacher zu gestalten und werden die Runde amüsant auflockern.

Für Stichpunkte wird ein Notizheft empfohlen.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK130401 | Kurs

mit Thomas Otterpohl

Donnerstag, 08.05., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Treffpunkt: Parkplatz Grüner Weg

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 10,00 €

Bäuerlich-Bio-Regional: Vom Gras zum Käse

Erleben Sie bei einer Besichtigung den Biohof Jacobi mit Einblick in die Käserei und den Hofladen. Familie Jacobi betreibt die Direktvermarktung von Milchproduktionen, Fleisch, Brot und vielseitigem Naturkostsortiment.

Auf dem Hof wird eine umfangreiche Saatgutvermehrung sowie eigene Saatgutaufbereitung betrieben, die Milchkühe haben Weidegang und besonders ist die kuhgebundene Kälberaufzucht. Erleben Sie eine biologische Kreislaufwirtschaft.

Eingeladen sind Erwachsene und Kinder (Kinder bis 14 Jahren frei), die im Anschluss an die Führung zu einer kleinen Verkostung mit hofeigenen Produktionen gebeten werden.

-Begrenzte Teilnehmerzahl-

AK130402 | Kurs

mit Heike Schäfer-Jacobi

Samstag, 10.05., 14:00-16:00 Uhr
Borgentreich-Körbecke, Biohof Jacobi
(Mühlentorstr. 23)

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 12,00 €

Betriebsbesichtigung des Biohofes Engemann

Die Betriebsbesichtigung bietet einen Einblick in die Abläufe eines regionalen Bio-Betriebes, der auf nachhaltige und umweltschonende Produktion setzt. Themen wie Effizienz, kurze Transportwege und regionale Wertschöpfung werden dabei im Fokus stehen.

-Begrenzte Teilnehmerzahl-

AK130403 | Kurs

mit Klaus Engemann

Dienstag, 03.06., 17:00-19:00 Uhr
Willebadessen-Eissen, Biohof Engemann
(Zum Südholz 11)

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 6,00 €

Kochkurse

Drei-Gänge-Menü mit regionalen Bio-Produkten

Im Nachgang zur Betriebsbesichtigung des Biohofes Engemann wird gemeinsam ein Drei-Gänge-Menü mit den Produkten des Biohofes zubereitet.

Die Kosten für die Lebensmittelzutaten sind nicht in der Gebühr enthalten und werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

-Begrenzte Teilnehmerzahl-

AK130404 | Kurs

mit Nicolas Aisch, Sabine Derenthal

Donnerstag, 12.06., 18:00-21:00 Uhr
Borgentreich, Küche in der Sekundarschule
(Verwaltungsgebäude I, ehem. Realschule, Platz der Stadt Rue 4),

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 10,00 €



Brot selbst backen

In den letzten Jahren haben viele Menschen begonnen, ihr Brot selbst zu backen. Die Motive sind ganz unterschiedlich. Die einen möchten sich gesund und nachhaltig ernähren, die anderen meiden die Industriebrote und wiederum andere haben Spaß am Selbbacken.

Zum Brotbacken gehört nicht nur ein gutes Rezept, sondern auch das Erlernen von handwerklichen Techniken, die Kenntnisse über Mehlsorten, Hefe und Sauerteige und das Erleben, was einen guten Teig ausmacht. All das wird in diesem Kurs geboten. Wir backen bekannte und neue Brote.

Mitzubringen sind: 1 Schürze, 2 Geschirrtücher, 1 Kunststoffschüssel (mind. 3 l Volumen) für den Teig, falls vorhanden: 1 Kastenform oder andere gebräuchliche Backform sowie Gläser und Tüten für Kostproben und Mehlmischungen für zuhause.

Die Kosten für Lebensmittelzutaten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130500 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Freitag, 14.02., 14:00-18:00 Uhr
Warburg, Küche im Hüffertgymnasium
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 18,00 €

Brot selbst backen

In den letzten Jahren haben viele Menschen begonnen, ihr Brot selber zu backen, nicht zuletzt um die vielen Zusatzstoffe der Industriebrote zu meiden. In diesem Workshop werden aus verschiedenen Getreidesorten und Mahlgraden (Mehltypen) ganz unterschiedliche Brote und Gebäcke gebacken. Neben Mehl gehören Flüssigkeit, Gewürze und Triebmittel in den Teig. Der Umgang mit Hefe und Sauerteig wird erlernt, um daraus vielfältige Gebäcke zubereiten zu können. Die Ruhezeiten der Teige werden zur Zubereitung leckerer Aufstriche und für weitere Informationen genutzt.

Mitzubringen sind: Schürze, Kunststoffschüssel mit Deckel (mind. 3 l Volumen),

Leinentuch (zum Abdecken), Geschirrtuch (zum Abtrocknen), 4 Behälter für Aufstriche (z. B. Marmeladengläser), 2 Backformen (z. B. Kastenform 30 cm), Korb oder ähnliches (sollte für den Transport "heißer" Produkte geeignet sein!).

Die Kosten für die Zutaten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130501 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Freitag, 21.02., 14:00-18:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 18,00 €

Ein Menü mit Charakter: Pikante Linsensuppe und feine Hähnchenbrust

In diesem Kurs kochen Sie pikant mit roten Linsen, Paprika, Knoblauch und vielem mehr. Profikoch Peter Strate zeigt Ihnen, wie man eine Hähnchenbrust mit einer Duxelle füllt. Sie lernen die wichtigsten Schneidetechniken und schwenken buntes Gemüse mit kleinen Kartoffeln. Den Abschluss bildet ein schneller Crêpe mit Zimt und Zucker.

Mitzubringen sind: Schürze, Geschirrtuch und verschließbare Gefäße für evtl. Lebensmittelreste.

Die Kosten für die Zutaten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130502 | Kurs

mit Peter Strate

Donnerstag, 20.02., 18:00-22:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 15,00 €

Männerküche – einfach und gut!

Männer kochen, um schnell satt zu werden oder wollen einfach weg von den Fertiggerichten. Vielen ist auch wichtig zu wissen, wie sie die Ernte aus dem Garten leicht verarbeiten können.



In diesem Kochkurs kann jeder nach seinen Vorlieben leckere Gerichte auf den Tisch bringen. Frisches Gemüse und Obst stehen im Vordergrund. Produkte aus der Region werden zu leckeren Speisen zubereitet. Von Vorspeisen, Broten, Suppen und Desserts ist alles auf dem Speiseplan. Die Wünsche der Kursteilnehmer werden gerne berücksichtigt.

Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene. Mitzubringen sind: Schürze, scharfe Messer, Geschirrtuch und Gefäße für eventuelle Reste. Die Kosten für Lebensmittel werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130503 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Donnerstag, 27.02., 18:00-21:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
3 Termine, 14 UE
Gebühr: 56,00 €

Feine Küche leicht gemacht – Gartech- niken im Fokus

In diesem Kurs lernen Sie, wie verschiedene Gartechniken in der Praxis angewendet werden. Sie bereiten einen bunten Salat mit Vinaigrette zu und servieren dazu Scampi aus der Pfanne. Sie dünsten Zwiebeln und Knoblauch an, reduzieren einen Gemüsesud mit Risottoreis, hobeln Parmesankäse und lassen den Lachs in Olivenöl bräunen. Der Profikoch Peter Strate führt Sie Schritt für Schritt durch die Zubereitung.

Mitzubringen sind: Schürze, Geschirrtuch und verschließbare Gefäße für evtl. Lebensmittelreste.

Die Kosten für die Zutaten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130504 | Kurs

mit Peter Strate

Donnerstag, 13.03., 18:00-22:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/
Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 15,00 €

Grüne wilde Gourmet Küche – der gute Laune Kochkurs

Bringen Sie gute Laune auf den Teller! Gemeinsam kochen wir uns durch die Winterzeit und lernen dabei, welche Zutaten für ein Gute-Laune-Buffer sorgen können. Neben einer kurzen Vorstellung gesunder Lebensmittel und wilder „grüner Unkräuter“ steht das gemeinsame Kochen und Genießen im Mittelpunkt. Bitte bringen Sie leere Behälter mit, um eventuelle Essensreste mit nach Hause nehmen zu können – so verbreiten Sie die gute Laune auch dort weiter!

Die Kosten für Lebensmittelzutaten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130506 | Kurs

mit Andrea Duurland

Montag, 17.02., 17:30-20:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/
Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 21,00 €

Grüne wilde Gourmet Küche – der ge- sunde Start ins Frühjahr

Entdecken Sie die Kraft der wilden Grünen und starten Sie mit gesunden, selbst gesammelten Zutaten in den Frühling! In diesem Kurs erhalten Sie praktische Tipps zum Sammeln von essbaren Wildpflanzen, wie Bärlauch und Giersch, sowie wertvolle Hinweise zu geeigneten Sammelorten wie Streuobstwiesen, Waldrändern und ruhigen Waldwegen. Gemeinsam bereiten wir ein inspirierendes Buffet zu, das die Vielfalt der wilden Frühlingsküche zeigt.

Köstliches Buffet:

- Vorspeise: Wildes Süppchen mit Brennesseln

- Hauptgericht: Brennessel-Joghurt-Dip nach persischer Art mit Kräuterschnecken, gefüllt mit Bärlauchpesto, dazu grüne Wildkräutersoße und Pellkartoffeln

- Getränk: Kräuterbowle mit Gänseblümchen, Löwenzahn und Thymian, verfeinert mit alkoholfreiem Sekt



Die Kosten für Lebensmittelzutaten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130507 | Kurs

mit Andrea Duurland

Montag, 10.03., 17:30-20:30 Uhr

Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 21,00 €

Grüne wilde Gourmet Küche – ab in die Blütenküche

Lernen Sie die Welt der essbaren Blüten und Sommerpflanzen kennen! In diesem Kurs erfahren Sie, welche Blüten genießbar sind und wie sie in der Küche kreativ verwendet werden können. Nach einer theoretischen Einführung probieren wir gemeinsam aus, wie Blüten schmecken und setzen sie in einem bunten Buffet dekorativ und geschmackvoll in Szene.

Andrea Duurland, Coach für essbare Wildpflanzen, teilt ihr Fachwissen und gibt praktische Tipps zur Verwendung von Blüten wie Ringelblume, Kapuzinerkresse, Holunder, Rose, Küchenkräutern und vielen mehr. Entdecken Sie, wie essbare Blüten Ihre Sommerküche bereichern können.

Die Kosten für Lebensmittelzutaten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130508 | Kurs

mit Andrea Duurland

Montag, 02.06., 17:30-20:30 Uhr

Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 21,00 €

Ernährungsworkshop „Clean Eating mit der Poké Bowl“

Clean Eating und das berühmteste Gericht dieser Ernährungsform, die Bowl, gehören zu den aktuellen Ernährungstrends. Frei übersetzt bedeutet Clean Eating „sauberes“ bzw. „pures“ Essen und soll somit zu einer vollwertigen und gesunden Ernährung beitragen. Doch stark industriell verarbeitete

Lebensmittel und kryptische Zutatenangaben stellen oft eine Herausforderung für diese Ernährungsform dar.

An diesem Abend erarbeiten wir Schritt für Schritt am Beispiel der Zubereitung einer Poké Bowl die Grundprinzipien des Clean Eatings. Mit Hilfe von praktischen Einkaufsbeispielen lernen Sie u.a. das Verstehen von Zutatenlisten und Nährwerttabellen auf Lebensmitteln. Am Ende des Workshops steht mit der individuell kreierten Poké Bowl ein nahrhaftes und vor allem leckeres Ergebnis, das wir gemeinsam genießen wollen.

Zudem gibt es die Möglichkeit der vegetarischen und veganen Umsetzung des Gerichts. Bitte bei der Anmeldung angeben.

Mitzubringen sind: Schürze, Geschirrtuch und verschließbare Gefäße für evtl. Lebensmittelreste.

Die Kosten für die Zutaten und Getränke werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130509 | Workshop

mit Carmen Wittmann

Freitag, 28.03., 18:30-21:30 Uhr

Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 16,00 €

Gesunde ayurvedische Küche im Frühjahr

Ayurvedisch kochen bedeutet, Speisen so zuzubereiten, dass der Genuss der Speisen der Körperkonstitution angepasst ist. Solche Speisen fördern die Erhaltung der Gesundheit.

Einführung in die Grundprinzipien des ayurvedischen Kochens. Sie lernen typische Gewürze der ayurvedischen Küche, ihre Wirkung und konstitutionsbedingte Verwendung kennen und die Herstellung von Ghee. Zusammen wird ein ayurvedisches Frühlings-Menü zubereitet, welches wir uns anschließend gemeinsam schmecken lassen.

Mitzubringen sind: Messer, Geschirrtuch, Schürze und kleine Gläser für Ghee, evtl. kleine Behälter für Reste.



Die Kosten für Lebensmittelzutaten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130510 | Kurs

mit Kerstin Czimmeck, Physio- u. Entspannungstherapeutin, Yogalehrerin, Naturcoach

Dienstag, 25.03., 18:00-22:00 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 19,00 €

Meal Prep leicht gemacht

Effiziente und gesunde Essensplanung steht im Mittelpunkt dieses Kochkurses. Die Teilnehmenden erfahren, wie sie mit einfachen Methoden und vielfältigen Rezepten ihre Mahlzeiten für die Woche im Voraus zubereiten können, um Zeit und Aufwand im Alltag zu sparen. Die Dozentin bringt ihre Expertise in Ernährungsberatung ein, um nützliche Tipps für ausgewogene, gut durchdachte Mahlzeiten zu vermitteln.

Mitzubringen sind: Schürze, scharfe Messer, Geschirrtuch und Gefäße für eventuelle Reste. Die Kosten für Lebensmittel werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130511 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Dienstag, 01.04., 18:30-21:00 Uhr
Borgentreich, Küche in der Sekundarschule (Verwaltungsgebäude I, ehem. Realschule, Platz der Stadt Rue 4),
2 Termine, 6,67 UE
Gebühr: 20,00 €

„Mama Mia“ – Italienisch kochen für Jedermann

Einen Hauch Italien auf den Tisch zaubern – das wollen wir an diesem Abend gemeinsam erleben. Wir gönnen uns ein 3-Gänge-Menü, dazu Prosecco, Wein und Wasser. Wir bereiten z. B. Antipasti, Pasta, Fleisch- und Fischgerichte sowie leckere Desserts aus frischen Lebensmitteln zu und genießen sie gemeinsam.

Im Mittelpunkt steht das Erlernen von grundlegenden Techniken und Zutaten der italienischen Küche.

Die Lebensmittel- und Getränkekosten sind in der Kursgebühr enthalten, daher ist keine Ermäßigung möglich.

Mitzubringen sind: Gefäße für eventuelle Reste, Geschirrtuch, Schürze, gute Laune und Spaß am Kochen.

AK130512 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 14.02., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 52,00 €

AK130513 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 14.03., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 52,00 €

AK130514 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 11.04., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 52,00 €

Japanische Küche – Sushi und Ramen

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie köstliches Sushi mit Gemüse und Fisch selbst zubereiten. Vom richtigen Würzen des Reises bis zum präzisen Schneiden erfahren Sie alle wichtigen Schritte für perfekt gerolltes Sushi.

Darüber hinaus bereitet der Profikoch Peter Strate mit Ihnen die Japanische Nudelsuppe Ramen zu. Sie erleben, wie Gemüse, Hähnchen und Eier gekocht und raffiniert abgeschmeckt werden, um die Aromen Japans authentisch auf den Teller zu bringen.

Mitzubringen sind: Schürze, Geschirrtuch und verschließbare Gefäße für evtl. Lebensmittelreste.

Die Kosten für die Zutaten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.



AK130515 | Kurs

mit Peter Strate

Donnerstag, 03.04., 18:00-22:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/
Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 15,00 €

Asia Style

An manchen Tagen können wir vom Urlaub nur träumen – wie wäre es mit einer leckeren Buddha Bowl, einem Glasnudelsalat oder köstlichem Asia-Geschnetzeltem? Die köstlichen Aromen der asiatischen Küche können Sie an diesem Abend entdecken. Im Mittelpunkt steht das Erlernen von grundlegenden Techniken und Zutaten der asiatischen Küche.

Die Lebensmittel- und Getränkekosten sind in der Kursgebühr enthalten, daher ist keine Ermäßigung möglich.

Mitzubringen sind: Gefäße für eventuelle Reste, Geschirrtuch, Schürze, gute Laune und Spaß am Kochen.

AK130516 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 09.05., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 52,00 €

Persische Küche – Zauber des Orients

Die persische Küche entführt uns in eine Welt exotischer Zutaten und berauschender Düfte. Edle Zutaten wie Kräuter und Gewürze schaffen kulinarische Gaumenfreuden, deren Farbe und Aroma das Bunte und Lebhaftige des Orients widerspiegeln. Dieser authentische Kochkurs ermöglicht einen Einblick in ein Stück iranischer Kultur. Sie werden das traditionelle und auch das moderne Persien mit seiner duftenden und verspielten Küche kennen lernen.

Mitzubringen sind: Gefäße für eventuelle Reste, Geschirrtuch, Schürze, gute Laune und Spaß am Kochen.

Die Lebensmittelkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

AK130521 | Kurs

Zoreh Reisidazeh

Samstag, 15.02., 10:00-13:00 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 12,00 €

AK130522 | Kurs

Zoreh Reisidazeh

Samstag, 15.03., 10:00-13:00 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 48,00 €

AK130523 | Kurs

Zoreh Reisidazeh

Samstag, 12.04., 10:00-13:00 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 48,00 €

Orientalisch kochen für Jedermann

Einen Hauch Orient auf den Tisch zaubern: Wir gönnen uns ein Buffet aus Gerichten verschiedener Regionen. Die Teilnehmer erlernen den Umgang mit Gewürzen und Zutaten.

Die Lebensmittel- und Getränkekosten sind in der Kursgebühr enthalten, daher ist keine Ermäßigung möglich.

Mitzubringen sind: Gefäße für eventuelle Reste, Geschirrtuch, Schürze, gute Laune und Spaß am Kochen.

AK130524 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 21.03., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 52,00 €

AK130525 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 28.03., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 52,00 €

AK130526 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 04.04., 18:30-22:30 Uhr



Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 52,00 €

Orientalische Köstlichkeiten: Ein Abend voller Geschmackserlebnisse

In diesem Kochkurs lernen Sie die Zubereitung eines traditionellen orientalischen Menüs kennen. Als Vorspeise werden Yalanji, mit Reis und Gemüse gefüllte Weinblätter, und syrisches Tsatsiki zubereitet. Das Hauptgericht Maqluba besteht aus geschichtetem Reis, Huhn und Auberginen und wird nach traditioneller Art gekocht. Den Abschluss bildet Halwat el Jibn, ein orientalisches Dessert aus Käseteig mit Sahnefüllung, verfeinert mit Rosenwasser und Pistazien. Der Kursabend bietet nicht nur ein lehrreiches Erlebnis, sondern auch die Möglichkeit, mit Gleichgesinnten zu kochen, zu genießen und sich über die Kultur auszutauschen.

Mitzubringen sind: Schürze, Geschirrtuch und verschließbare Gefäße für evtl. Lebensmittelreste.

Die Kosten für die Zutaten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AK130527 | Kurs

mit Liza Alahmad

Dienstag, 01.04., 18:00-22:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 16,00 €

Fit mit Thermomix – gesunde Küche

Lernen Sie praktische Tipps und Tricks kennen, entdecken Sie leckere Rezepte und erleben Sie die Freude am Kochen. Verschiedene saisonale Rezepte werden gemeinsam mit dem Thermomix als Menü zubereitet. Dieser Abend richtet sich nicht nur an Thermomix-Besitzer, die neue Inspirationen suchen, sondern auch an Neugierige, die schon immer einmal mit dem Thermomix kochen wollten. Der Abend klingt mit einem gemeinsamen Essen in gemütlicher Runde aus.

AK130530 | Kurs

mit Katharina Fielbrand

Donnerstag, 20.03., 17:30-20.30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 13,00 €

Frühlingsküche aus dem Thermomix

Wir unternehmen einen kulinarischen Streifzug durch die gesamte Frühlingsküche. Leckere alltagstaugliche Rezepte für die gesamte Familie. Mitmachen kann jeder, Männer und Frauen, die den Umgang mit dem Thermomix bereits kennengelernt haben und vertiefen möchten sowie Spaß am gemeinsamen Kochen und Ausprobieren neuer Rezepte haben.

Mitzubringen sind: Gefäße für eventuelle Reste, Geschirrtuch, Schürze sowie der Thermomix nach vorheriger telef. Absprache mit der Dozentin. Die Lebensmittelkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

AK130531 | Kurs

mit Carmen Rütters-Engemann

Dienstag, 01.04., 18:30-22:15 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
2 Termine, 10 UE
Gebühr: 25,00 €

AK130532 | Kurs

mit Carmen Rütters-Engemann

Mittwoch, 02.04., 18:30-22:15 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
2 Termine, 10 UE
Gebühr: 25,00 €

Frühlingsküche mit dem Thermomix

Lernen Sie praktische Tipps und Tricks kennen, entdecken Sie leckere Rezepte und erleben Sie die Freude am Kochen. Verschiedene saisonale Rezepte werden gemeinsam mit dem Thermomix als Menü zubereitet. Dieser Abend richtet sich nicht nur an Thermomix-Besitzer, die neue Inspirationen suchen, sondern auch an Neugierige, die schon immer einmal mit dem Thermomix kochen wollten. Der Abend klingt mit einem gemeinsamen Essen in gemütlicher Runde aus.



AK130534 | Kurs

mit Katharina Fielbrand

Dienstag, 29.04., 17:30-20:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/
Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 13,00 €

Start in die Grillsaison mit dem Thermomix-Ideen für das Grillbuffet

Lernen Sie praktische Tipps und Tricks kennen, entdecken Sie leckere Rezepte und erleben Sie die Freude am Kochen. Verschiedene saisonale Rezepte werden gemeinsam mit dem Thermomix als Menü zubereitet. Dieser Abend richtet sich nicht nur an Thermomix-Besitzer, die neue Inspirationen suchen, sondern auch an Neugierige, die schon immer einmal mit dem Thermomix kochen wollten. Der Abend klingt mit einem gemeinsamen Essen in gemütlicher Runde aus.

AK130535 | Kurs

mit Katharina Fielbrand

Dienstag, 06.05., 17:30-20:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/
Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 13,00 €

Leichte Sommerküche mit dem Thermomix

Lernen Sie praktische Tipps und Tricks kennen, entdecken Sie leckere Rezepte und erleben Sie die Freude am Kochen. Verschiedene saisonale Rezepte werden gemeinsam mit dem Thermomix als Menü zubereitet. Dieser Abend richtet sich nicht nur an Thermomix-Besitzer, die neue Inspirationen suchen, sondern auch an Neugierige, die schon immer einmal mit dem Thermomix kochen wollten. Der Abend klingt mit einem gemeinsamen Essen in gemütlicher Runde aus.

AK130536 | Kurs

mit Katharina Fielbrand

Mittwoch, 11.06., 17:30-20:30 Uhr

Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/
Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 13,00 €

Tastings

Whisky-Tasting: Die Whiskys der Inseln und Westküste erleben und genießen

Eine Reise durch die westliche Küste von Schottland und deren vorgelagerten Inseln. Informationen zu den einzelnen Whiskys, zur Geschichte und den Herstellungsverfahren. Für alle Whisky-Liebhaber oder die, die es werden möchten und den Charme der torfig-rauchigen Malts erleben möchten.

In der Kursgebühr ist der Betrag für die Verkostung enthalten. Teilnahmevoraussetzung: Mindestalter 18 Jahre.

AK130703 | Kurs

mit Matthias Hannmann

Freitag, 21.02., 20:00-22:15 Uhr
Warburg, Café Blome (Sternstr. 39)
1 Termin, 3 UE
Gebühr: 33,00 €

AK130704 | Kurs

mit Matthias Hannmann

Freitag, 14.03., 20:00-22:15 Uhr
Warburg, Café Blome (Sternstr. 39)
1 Termin, 3 UE
Gebühr: 33,00 €

AK130705 | Kurs

mit Matthias Hannmann

Freitag, 04.04., 20:00-22:15 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 3 UE
Gebühr: 33,00 €

Gin-Tasting: Eine Spirituose zwischen Moderne und Tradition – in Zusammenarbeit mit der Buchhandlung LESBAR

Kaum eine Spirituose hat in den letzten Jahren so einen Hype ausgelöst wie Gin. Fast täglich kommen neue Sorten auf den Markt. Die Hersteller nutzen mit viel Kreativität die Möglichkeiten, die sich ihnen bieten. Lassen Sie sich von der Vielfalt verzaubern.

In der Kursgebühr ist der Betrag für die Verkostung enthalten.



Teilnahmevoraussetzung: Mindestalter 18 Jahre!

AK130706 | Kurs

mit Matthias Hannmann

Samstag, 22.03., 20:00-22:15 Uhr
Beverungen, Buchhandlung "LESBAR"
(Weserstr. 7)
1 Termin, 3 UE
Gebühr: 33,00 €

In der Gebühr sind die verschiedenen Weine, Baguette und Mineralwasser enthalten.

Teilnahmevoraussetzungen: Mindestalter 18 Jahre.

AK1307107 | Kurs

mit Birgit Anne Schneider

Freitag, 16.05., 19:30-22:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 3,33 UE
Gebühr: 26,00 €

Weinprobe „Sommerweine“ – in Zusammenarbeit mit der Vinothek Schneider

Entdecken Sie in diesem Tasting die Weine des Sommers. Ein junger Wein kann ein Hochgenuß sein, wenn er zugleich leicht und erfrischend ist. Mit moderner Technik sauber ausgebaut ist er bezahlbar. Lassen Sie sich überraschen, verbessern Sie Ihr Wissen über Wein und freuen Sie sich, beim Probieren neue Weinerfahrungen zu machen.



Sie interessieren sich für eine Lehrtätigkeit bei der VHS?



Sie verfügen über eine fachliche Qualifikation in einem der folgenden Bereiche: politische oder berufliche Bildung, Fremdsprachen, Gesundheit, Kultur und Gestalten oder EDV?



Sie arbeiten gerne mit Menschen zusammen und können Ihr Wissen leicht verständlich weitergeben?

Dann freuen wir uns auf Ihre schriftliche Bewerbung und einen Programmvorschlag für das kommende Semester.

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser
Rathaus Zwischen den Städten 9
34414 Warburg
info@vhs-dew.de

vhs Zweckverband
Diemel-Egge-Weser



Warum BeSte Stadtwerke?


Unser Versprechen: Faire Preise, guter Service und nachhaltige Produkte!


Ihre Kundenberaterin
Gerda Besse



Jetzt zu Ihrem regionalen
Energieversorger wechseln!





 Sprachen



Deutsch

Deutsch für Berufstätige mit geringen Vorkenntnissen – A1.2-Niveau-Fortsetzung

Deutschkurs für Berufstätige mit Deutsch-Vorkenntnissen, die dem Niveau A1.2 entsprechen. Der Kurs richtet sich an Selbstzahler und bietet die Möglichkeit, in kurzer Zeit grundlegende Deutschkenntnisse zu erwerben, damit man im beruflichen Umfeld sicherer kommunizieren kann.

Inhalt des Kurses umfasst u.a.:

- Grundlegende Konversation
- Alltagsvokabular
- Basisgrammatik für den beruflichen Alltag
- Leseverständnis und Hörverstehen

Mitzubringen sind: Schreibheft, Kugelschreiber, Bleistift und Radiergummi.

Das Lehrwerk wird noch bekannt gegeben.

AK140400 | Kurs

mit Andzelika Kassan

Donnerstag, 06.02., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum II
6 Termine, 12 UE
Gebühr: 33,00 €

Deutsch für alle Nationalitäten – A2.1 Niveau

Der Kurs richtet sich insbesondere an Teilnehmende, die bereits über sichere Deutschkenntnisse auf dem Niveau A1 verfügen, idealerweise den Kurs A 2.1 im Herbst besucht haben und die Grundlagen der deutschen Alltagssprache vertiefen möchten. Erlern werden Aussprache, Grammatik, und Wortschatz, damit man sich in Gesprächssituationen des täglichen Lebens mit einfachen Sätzen verständigen kann. Der Unterricht orientiert sich am Rahmencurriculum des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER).

Teilnahmevoraussetzung: Sprachkenntnisse auf dem Niveau A1.

Kurs und Arbeitsbuch werden am ersten Kursabend mitgeteilt.

AK140401 | Kurs

mit Angelika Paterson

Montag, 31.03., 18:30-20:45 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I (Birkenstr.)
20 Termine, 60 UE
Gebühr: 185,00 €

Englisch

Englisch – Niveau A1 (fortgeschrittene Anfänger)

Ein Kurs für alle, die zielorientiert mit Spaß und Leichtigkeit ihre englischen Grundkenntnisse auffrischen, stärken und erweitern möchten. Die gesprochene Sprache steht im Vordergrund. Neben wichtigen Wörtern und Redewendungen für erste Begegnungen im Alltag und die wesentlichen Sprechsituationen – vor allem auf Reisen – gibt es Einblicke in die englischsprachige Welt.

Kursinhalte sind Kommunikation in verschiedenen Formen und Situationen, praktisches Üben, Wortschatz und Survival English.

Lehrbuch: Great A1, Klett-Verlag, First-Edition (ab Lektion 7)

AK140601 | Kurs

mit Gabriele Arens

Montag, 20.01., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum I
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 48,00 €

Englisch – Niveau A1 (fortgeschrittene Anfänger)

Ein Kurs für alle, die zielorientiert mit Spaß und Leichtigkeit ihre englischen Grundkenntnisse auffrischen, stärken und erweitern möchten. Die gesprochene Sprache steht im Vordergrund. Neben wichtigen Wörtern und Redewendungen für erste Begegnungen im Alltag und die wesentlichen Sprechsituationen – vor allem auf Reisen – gibt es Einblicke in die englischsprachige Welt.



Kursinhalte sind Kommunikation in verschiedenen Formen und Situationen, praktisches Üben, Wortschatz und Survival English.

Lehrbuch: Great A1, Klett-Verlag, First-Edition (ab Lektion 8)

AK140602 | Kurs

mit Gabriele Arens

Dienstag, 04.02., 16:30-18:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum I
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 48,00 €

Englisch A1 für Anfänger

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene mit nur geringen Vorkenntnissen, die einen sanften, sicheren Wiedereinstieg in die englische Sprache suchen.

Auf leichte und abwechslungsreiche Weise erlernen Sie die englische Sprache. Schritt für Schritt üben Sie, sich in Alltagssituationen auszudrücken, erwerben einen Grundwortschatz und erfahren viel Wissenswertes über Land und Leute im englischsprachigen Ausland.

Lehrbuch: Fairway New A1, Klett-Verlag (ab Lektion 8)

AK140603 | Kurs

mit Gabriele Arens

Dienstag, 21.01., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum I
11 Termine, 22 UE
Gebühr: 53,00 €

Englisch für Fortgeschrittene – Niveau A2.2

Der Kurs bietet eine bunte Mischung für alle, die ihre Englischkenntnisse auf fortgeschrittenem Niveau erweitern und kleine Konversationen trainieren möchten. Ihre sprachlichen Fähigkeiten werden solide und kommunikativ ausgebaut, neben landeskundlichen Einblicken wird authentisches Englisch für erfolgreiche Verständigung im Alltag und in typischen Reisesituationen vermittelt.

Lehrwerk: English Network Now A2.2, Klett-Verlag, Unit 5

AK140604 | Kurs

mit Gabriele Arens

Montag, 03.02., 16:30-18:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum I
9 Termine, 18 UE
Gebühr: 43,00 €

English Conversation Practice

This course is for people interested in developing or refreshing their English conversational skills. We will talk about topics from everyday life. We will also read and discuss articles from English publications as well as free speaking. We will speak only English in this class. You don't have to be perfect, only brave enough to try. No course book required. Additional material will be handed out when needed.

AK140606 | Kurs

mit Tamara McKinley

Mittwoch, 05.02., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum II
12 Termine, 24 UE
Gebühr: 49,00 €

Easy English – Englisch für Anfänger

Sie haben nur noch geringe Vorkenntnisse aus der Schule, möchten Ihr Englisch grundlegend auffrischen und neue Sprechfähigkeiten in entspannter Atmosphäre sammeln? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Im Austausch mit anderen werden wir uns mit einfachen Satzmustern, wichtigen Redewendungen für den Urlaub und der spontanen Kommunikation im Alltag beschäftigen. Außerdem werden die Fähigkeiten in den Bereichen Hören und Lesen ausgebaut sowie das Vokabelwissen erweitert. Im Vordergrund stehen dabei stets die Kommunikation mit anderen und der Spaß am Sprachenlernen in einer freundlichen und ungezwungenen Umgebung. Let's study English together!

Lehrwerk: Easy English Upgrade · Englisch für Erwachsene Book 1: A1.1 (Cornelsen, ISBN: 978-3-06-122673-2)



AK140607 | Kurs

mit Carolin Kornhoff

Mittwoch, 26.02., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/
Gebäude I (Birkenstr.)

6 Termine, 12 UE

Gebühr: 46,00 €

AK140804 | Kurs

mit Carsten Götz

Montag, 10.02., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum II

8 Termine, 16 UE

Gebühr: 43,00 €

Französisch

Französisch für den Urlaub

Mit diesem Buch sowie durch Sprachspiele und weitere Übungen werden die Kenntnisse der Sprache und Kultur Frankreichs vertieft.

Der Kurs richtet sich zunächst an die Teilnehmer der vorausgegangenen Kursabschnitte. Neue Interessenten mit guten Vorkenntnissen sind selbstverständlich willkommen.

Auf Wunsch erteilt die Kursleiterin Auskunft darüber, ob der Einstieg in den Kurs sinnvoll ist.

Kursbuch: Französisch für Büffelmuffel (Rowohlt-Verlag, ISBN 978-3-499-61909-0)

AK140803 | Kurs

mit Anne Theimer

Dienstag, 04.02., 17:30-19:00 Uhr
Herstelle, Kath. Pfarrheim (Heristalstr. 32)

10 Termine, 20 UE

Gebühr: 65,00 €

Französisch – Niveau A2.2/B1

Sie haben Vorkenntnisse in Französisch aus der Schulzeit oder aus früheren VHS-Kursen? Dann frischen Sie Ihr Französisch jetzt auf! Es gibt reichlich Gelegenheit im Kurs, um den Wortschatz und die Anwendung der Sprache in verschiedenen Situationen zu üben.

Lehrbuch: Rencontres en français B1, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529649-7), ab Lektion 6

Italienisch

Italienisch für Teilnehmer mit Vorkenntnissen/leicht Fortgeschrittene

Fortsetzung des Kurses aus dem Herbstsemester 2023 – dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits erste Erfahrungen mit der italienischen Sprache gemacht haben. Neben der Vertiefung von Wortschatz und Grammatik geht es Schritt für Schritt mit Musik, Spielen, Kochrezepten etc. darum, sich in Alltagssituationen zurecht zu finden.

Die Grammatik wird mit ausreichenden Wiederholungen erläutert und gefestigt.

Lust auf Italienisch, die italienische Kultur, das Land und die Leute? Ein Sprachkurs für Italienfans oder die, die es werden wollen.

Auf Wunsch erteilt der Kursleiter Auskunft darüber, ob der Einstieg in den Kurs sinnvoll ist.

Kursbuch: Con piacere nuovo A1 ab 2017 - Kapitel 4 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525201-1)

AK140901 | Kurs

mit Christian Porsch

Mittwoch, 05.02., 18:30-20:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/
Gebäude I (Birkenstr.)

8 Termine, 16 UE

Gebühr: 48,00 €

Italienisch für Anfänger und leicht Fortgeschrittene

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer und Italienfans mit mehr oder weniger Vorkenntnissen. Wenn Sie Lust haben, sich mit der italienischen Sprache und Kultur auf kommunikative Weise in netter Runde am frühen Abend zu beschäftigen, sind Sie hier richtig. Auch zur Urlaubsvorbereitung geeignet!



Lehrbuch: Passo dopo passo A1 (neu oder gebraucht) im Hueber Verlag.

AK140902 | Kurs

mit Dr. Ingeborg Philipper

Dienstag, 18.02., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum III
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 58,00 €

Bella Italia! Italienisch für den Urlaub

An diesem Wochenende können Sie die wichtigsten Sprachsituationen – Essen gehen, Unterkunft, Sightseeing, Einkauf, Bezahlen – für den Aufenthalt in Italien trainieren. Sie können hier erste Kenntnisse für die Praxis erwerben und/oder trainieren. Gerne können Sie mit den anderen Kursteilnehmern interessante Tipps austauschen. Lassen Sie sich in den Süden verführen!

AK140903 | Kurs

mit Dr. Ingeborg Philipper

Freitag, 09.05., 16:00-18:00 Uhr u. Samstag, 10.05., 10:00-13:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum II
2 Termine, 6,67 UE
Gebühr: 15,00 €

Niederländisch

Online: Niederländisch für Einsteiger ohne Vorkenntnisse A1.1

Sie machen gerne Urlaub in den Niederlanden? Sie haben berufliche Kontakte, haben Familie oder planen ein Studium dort? Sie mögen einfach die Sprache? In diesem Schnupperkurs lernen Sie die wichtigsten Grundlagen, um sich in den Alltagssituationen zurechtzufinden. Das Unterrichtsmaterial wird gestellt.

AK141400 | Online-Kurs

mit Till Flo Krapoth

Freitag, 07.02., 20:00-21:30 Uhr
vhs.cloud
5 Termine, 10 UE
Gebühr: 35,00 €

Welkom! Niederländisch für Anfänger – Schnupperkurs

Sie machen gerne Urlaub in den Niederlanden? Sie haben berufliche Kontakte, haben Familie oder planen ein Studium dort? Sie mögen einfach die Sprache? In diesem Schnupperkurs lernen Sie die wichtigsten Grundlagen, um sich in den Alltagssituationen zurechtzufinden. Das Unterrichtsmaterial wird gestellt.

AK141401 | Kurs

mit Till Flo Krapoth

Samstag, 29.03., 10:30-16:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum II
1 Termin, 8 UE
Gebühr: 44,00 €

Polnisch

Polnisch für den Urlaub

Sie planen eine Reise in unser Nachbarland Polen? Oder Sie haben aus anderen Gründen Interesse, Polnisch zu lernen, möchten aber zuvor etwas genauer wissen, was auf Sie zukommt? Dieser Kurs ermöglicht Ihnen eine erste Annäherung an die polnische Sprache und Kultur. Erlernt werden grundlegende Kenntnisse, einfache Konversation und praktische Redeanwendungen für den Urlaub.

Das Lehrmaterial wird von der Dozentin gestellt.

AK141703 | Kurs

mit Andzelika Kassin

Freitag, 11.04., 17.00-19.00 Uhr und
Samstag, 12.04., 10.00-12.00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum II
2 Termine, 5,33 UE
Gebühr: 18,00 €

Portugiesisch

Online: Portugiesisch für Anfänger, A1 – Intensivworkshop am Wochenende

Haben Sie Lust, Portugiesisch zu lernen? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie. Er wendet sich an Portugal- und Brasilien-Interessierte als Lernanfänger. Im Vorder-



grund stehen einfache Dialoge, die sich für jede Art von Small Talk eignen und für Urlaubssituationen ein Muss sind. Zusätzlich erfahren Sie viel Wissenswertes über Kultur, Land und Leute. Das Kursmaterial wird gestellt.

AK141801 | Online-Kurs

mit N. N.

Freitag, 21.03., 18:00-19:30 Uhr

Samstag, 22.03. und Sonntag 23.03.,

jeweils 10:30-14:15 Uhr

Beverungen, Online

3 Termine, 11,33 UE

Gebühr: 60,00 €

inwieweit Sie sich auf diese andersartige, aber vollwertige und reichhaltige Sprache einlassen können. Unsere Dozentin ist selbst auch gehörlos und kann Ihnen die Gebärdensprache am besten vermitteln.

AK142801 | Online-Kurs

mit Doris Geist

Freitag, 23.05., 17:00-20:00 Uhr

Samstag, 24.05., 09:00-14:00 Uhr

Beverungen, Online

2 Termine, 10 UE

Gebühr: 40,00 €

Spanisch

Spanisch – Konversationskurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen mindestens auf A1-Niveau. Im Vordergrund steht die sprachliche Kommunikation im Alltag. In Partner- und Gruppenarbeit sowie verschiedenen (Rollen)Spielen werden vielfältige Situationen geübt. Man muss nicht perfekt sein, Spaß und Kommunikation miteinander stehen im Fokus.

AK142200 | Kurs

mit Vera Wiederrecht

Donnerstag, 06.02., 18:00-19:30 Uhr

Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten

9, Seminarraum I

10 Termine, 20 UE

Gebühr: 49,00 €

Gebärdensprache

Online: Gebärdensprache – Wochenendseminar

Gebärdensprache ist die Sprache, die Gehörlose im Alltag benutzen. Typisch für diese Sprache sind zum Beispiel abstrakte Gebärdenzeichen, Mimik, Richtungs- und Zeitgebärden sowie der Gebrauch des Fingeralphabets. Der Kurs richtet sich an alle, die im beruflichen oder privaten Alltag mit Gehörlosen in Berührung kommen oder einfach nur interessiert sind. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, denn das Wochenendseminar bietet einen leichten Einstieg in die Gebärdensprache. Hier können Sie ausprobieren,

Abi Ausbildung

Fachabi

Haupt- und Realschulabschluss



Wirtschaft
und
Verwaltung

Gesundheit,
Erziehung
und Soziales



Beratungen sind jederzeit möglich



Technik

gemeinsam erfolgreich

Johann-Conrad-Schlaun-Berufskolleg
Stiepenweg 15 | 34 414 Warburg

☎ 05641 76250 | Fax: 05641 762576

✉ verwaltung@jcsbk.de

🌐 www.jcsbk.de

Mehr Infos?





**Arbeit
und Beruf**



IT-Grundlagen

Grundlagen EDV – keine Angst vor dem Computer – Intensivkurs

Dieser Kurs ist gedacht für alle Teilnehmer, die bereits ein eigenes Notebook haben und sich damit vertraut machen möchten.

Die Dozentin vermittelt mit Geduld und Gefühl die Grundlagen der EDV und den Start mit Windows.

Die Teilnehmer lernen das eigene Notebook kennen, erörtern Fachbegriffe wie Betriebssysteme, Programme, Software, Anwendungen und Apps. Office-Anwendungen wie WORD, EXCEL, OUTLOOK oder POWERPOINT werden vorgestellt. Gelernt wird in einer kleinen Gruppe. Es handelt sich um einen Intensivkurs mit individueller Betreuung. Ein Notebook mit installiertem Windows 11 sowie ein USB-Stick müssen mitgebracht werden!

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

AK150101 | Kurs

mit Claudia Siebert

Samstag, 08.02., 9:30-12:15 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten
9, Seminarraum I
5 Termine, 18,33 UE
Gebühr: 92,00 €

WhatsApp richtig nutzen – Einsteigerkurs

In diesem Kurs lernen Sie die grundlegenden Funktionen von WhatsApp kennen. Sie erfahren, wie Sie Nachrichten, Fotos und Videos senden, Sprachnachrichten aufnehmen sowie Gruppen erstellen und verwalten können. Außerdem zeigen wir Ihnen, wie Sie Ihren Status nutzen, Kontakte blockieren oder löschen und wichtige Nachrichten markieren können.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone (Android oder iPhone) mit, auf dem WhatsApp bereits installiert ist. Der Kurs richtet sich an Personen ohne Vorkenntnisse oder mit wenig Erfahrung und bietet eine umfassende Einführung in die Nutzung der App.

AK150102 | Kurs

mit Ulrich Wille

Montag, 07.04., 18:00-21:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 16,00 €

Mit WordPress zur eigenen Homepage

Der Weg zur eigenen Website ist heute einfacher als man denkt. Sogenannte Content Management Systeme (CMS) ermöglichen es auch Laien, eine ansprechende Internetseite zu erstellen. WordPress gilt als besonders einsteigerfreundliches und leicht erweiterbares System, mit dem sich nicht nur die private Homepage, sondern auch umfangreichere Webprojekte schnell und unkompliziert umsetzen lassen.

In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit WordPress von der Einrichtung über die Administration bis hin zu Erweiterungen. Der Kurs vermittelt Ihnen das nötige Know-how, um einen eigenen Blog, eine Vereinshomepage oder auch eine Firmenwebsite zu erstellen.

AK150110 | Kurs

mit Ulrich Wille

Montag, 17.02., 18:30-20:45 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Informatikraum (Birkenstr.)
4 Termine, 12 UE
Gebühr: 45,00 €

Webdesign mit WordPress – Ihr Weg zur eigenen Website

Webgestaltung ist ein komplexes Feld mit zahlreichen Facetten. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Webdesigns mit WordPress kennen und erfahren, wie Sie Ihre eigene Website erstellen und optimieren können. Wir beginnen mit einer Einführung in die wichtigsten Konzepte des Webdesigns und gehen dann auf die Einrichtung und Anpassung von WordPress ein. Sie lernen, wie Sie das Dashboard nutzen, Themes auswählen und anpassen sowie eine strukturierte Seitenarchitektur erstellen. Zusätzlich vertiefen wir wichtige Themen wie Da-



tenschutz, Impressum, Lizenzierung von Inhalten und die Optimierung für Suchmaschinen, um die Sichtbarkeit Ihrer Website zu erhöhen.

Unser erfahrener Dozent steht Ihnen jederzeit für Fragen zur Verfügung, sei es zur Webdesign-Technik oder zur Optimierung bereits gestarteter Webprojekte. Mit klaren Anleitungen und praxisnahen Beispielen führen wir Sie Schritt für Schritt durch den Prozess der Website-Erstellung mit WordPress.

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein sicherer Umgang mit PC, Windows, MS Office, Internet und Smartphone. Der Kurs wird über Zoom abgehalten.

AK150111 | Online-Kurs

mit Alexander Weißbeck

Dienstag, 18.03., 9:00-16:00 Uhr

Online

1 Termin, 8 UE

Gebühr: 75,00 €

AK150112 | Online-Kurs

mit Alexander Weißbeck

Dienstag, 06.05., 9:00-16:00 Uhr

Online

1 Termin, 8 UE

Gebühr: 75,00 €

Feedback einholen und gemeinsam mit anderen an Projekten arbeiten können.

Wir verwenden ausschließlich die kostenlose Version von Canva, die für Anfänger gut geeignet ist. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein sicherer Umgang mit PC, Windows, MS Office, Internet und Smartphone. Der Kurs wird über Zoom abgehalten.

AK150113 | Online-Kurs

mit Alexander Weißbeck

Mittwoch, 19.03., 9:00-16:00 Uhr

Online

1 Termin, 8 UE

Gebühr: 75,00 €

AK150114 | Online-Kurs

mit Alexander Weißbeck

Mittwoch, 07.05., 9:00-16:00 Uhr

Online

1 Termin, 8 UE

Gebühr: 75,00 €

Canva – Ihr kreatives Gestaltungswerkzeug (Grundlagen)

Entdecken Sie die vielfältigen Möglichkeiten des kreativen Designs mit Canva und bringen Sie Ihre Ideen zum Leben! Canva ist ein vielseitiges Tool, das Ihnen dabei hilft, professionelle Präsentationen, Social-Media-Grafiken, Flyer, Poster und vieles mehr zu gestalten.

Im Kurs lernen Sie die grundlegenden Funktionen und Möglichkeiten von Canva kennen. Wir starten mit einer Einführung in die Benutzeroberfläche und gehen dann darauf ein, wie Sie eigene Designs mithilfe von Vorlagen und Elementen erstellen können. Erfahren Sie, wie Sie Farben, Schriftarten und Layouts anpassen, um Ihren Designs den letzten Schliff zu verleihen. Zusätzlich zeigen wir Ihnen, wie Sie Ihre Designs teilen,

Werde Teil des Stadtwerke-Teams!

Ausbildung ab August 2025

Starte mit uns in deine Zukunft!



Urlaubsanspruch pro Kalenderjahr während der Ausbildung



Praktische und theoretische Ausbildung mit Zwischen- und Abschlussprüfung



Verdienst nach Tarifvertrag in deinem ersten Ausbildungsjahr

JETZT BEWERBEN!



www.stadtwerke-warburg.de

Schmerz-freies Liegen im Bett?
...ein Glück, dass es Schübeler gibt!

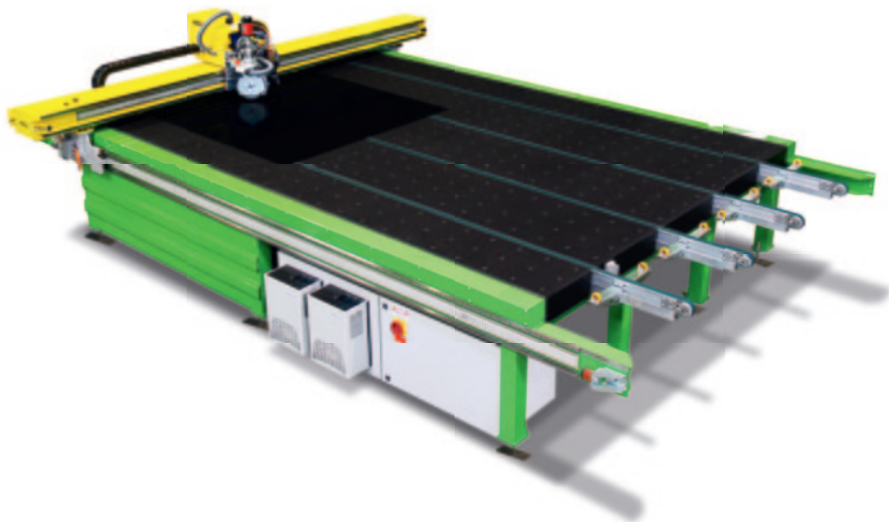
Schübeler
Betten-Paradies & Pension

Ihre Experten bei Rückenschmerzen und Schlafproblemen seit 1881
Lange Straße 28, 37688 Beverungen—Tel. 05273 / 2 1881—info@schuebeler.de

Eltern- und Familienbildung



glass technology



Unsere Mitarbeiter*innen sind unsere Stärke

Zu einem der führenden Anbieter für die glasverarbeitende Industrie konnten wir nur werden, weil wir jeden Tag auf die Erfahrung und Kompetenz unserer Mitarbeiter*innen vertrauen können. Deren Bereitschaft immer wieder neue und bessere Lösungen zu finden, hat zu höchster Qualität und zahlreichen Innovationen geführt.

Ein guter Grund uns dort zu engagieren, wo diese Menschen und HEGLA beheimatet sind.



HEGLA GmbH & Co. KG

Industriestraße 21 • D-37688 Beverungen

T.: 0 52 73 / 9 05-0 • info@hegla.de • www.hegla.com/karriere

hegla.com



Vorträge

Vortrag: „Wegweiser Elternschaft – von Papierkram bis Kita-Platz“ – in Zusammenarbeit mit donum vitae Höxter

Hurra, Nachwuchs ist unterwegs! Die kommenden Monate werden von viel Glück, aber auch vielen Fragen geprägt sein. Elterngeldanträge bereiten Kopfzerbrechen, wer muss wann informiert werden und muss ich mich wirklich jetzt schon um einen Kita-Platz kümmern?

Unser Vortrag bietet allen Müttern und Vätern eine erste Orientierung auf dem spannenden Weg in die Elternschaft.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK170206 | Vortrag

mit donum vitae

Montag, 31.03., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

Vortrag: „Babyschlaf & Schlafassoziationen lösen“

Babyschlaf bedeutet nicht nur das Kind einfach schlafen zu legen. Beim Thema Babyschlaf geht es um so vieles mehr. In diesem Vortrag von Schlafcoach Sarah Neu erfahren Sie alles Wichtige zum Thema Babyschlaf in den ersten 36 Monaten. Hierbei geht es u. a. um altersgerechte Wachphasen, um Rituale und um Entwicklungsschübe in den einzelnen Monaten.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Thema Schlafassoziationen: Wie entstehen sie, und welche Möglichkeiten gibt es, diese sanft zu lösen, um für alle Familienmitglieder erholsame Nächte zu fördern?

Es bleibt auch Raum für individuelle Fragen.

Dieser Vortrag richtet sich an werdende Eltern und Eltern mit Kindern bis drei Jahren.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AK170207 | Vortrag

mit Sarah Neu

Donnerstag, 22.05., 15:30-17:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 7,00 €

AK170208 | Vortrag

mit Sarah Neu

Donnerstag, 03.07., 15:30-17:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 7,00 €

Eltern-Spiele-Entdeck-Abend – in Kooperation mit dem Familienzentrum „Am Park“ in Peckelsheim

Vorgestellt und angespielt werden empfehlenswerte Spieleneuheiten aus den Bereichen Kinder-, Familien- und Erwachsenenspiele:

- Einblick nehmen in jede Schachtel
- Spiele mit anderen Interessierten anspielen
- Erfahren, warum das Spielen von Gesellschaftsspielen in der heutigen Zeit so wichtig ist
- Qualitatives Eltern-Kind-Programm.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Voranmeldung.

AK170215 | Kurs

mit Thomas Henze

Mittwoch, 19.03., 19:30-21:30 Uhr
Peckelsheim, Kindergarten, Aufenthalts-
raum

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 10,00 €

Eltern-Spiele-Entdeck-Abend – in Kooperation mit den Familienzentren „St. Franziskus“ und „St. Martin“

Vorgestellt und angespielt werden empfehlenswerte Spieleneuheiten aus den Bereichen Kinder-, Familien- und Erwachsenenspiele:

- Einblick nehmen in jede Schachtel
- Spiele mit anderen Interessierten anspielen



- Erfahren, warum das Spielen von Gesellschaftsspielen in der heutigen Zeit so wichtig ist

- Qualitatives Eltern-Kind-Programm.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Voranmeldung.

AK170216 | Kurs

mit Thomas Henze

Mittwoch, 12.03., 19:30-21:30 Uhr
Warburg, Familienzentrum „St. Franziskus“, Beethovenstr. 14

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 10,00 €

Entspannungskurse

Entspannung für Eltern und Kinder (4 bis 6 Jahre) – in Kooperation mit dem Familienzentrum „Am Park“ in Peckelsheim

Auch auf Kinder prasseln jeden Tag eine Vielzahl verschiedener Eindrücke ein. Diese zu verarbeiten, ist nicht immer einfach.

In diesem Kurs lernen Kinder und Eltern verschiedene Entspannungsmethoden kennen, die zur Förderung von Konzentration, Kreativität und für mehr Ausgeglichenheit hilfreich sein können oder einfach zum „Runterkommen“ nach einem anstrengenden/stressigen Tag.

Sie erhalten einen Einblick in Autogenes Training, PMR, Fantasiereisen und können u.a. mit Klang oder Duft entspannen. Sie erwartet eine besondere Zeit für Sie und Ihr Kind. Gemeinsam Zeit verbringen, entspannen, kuscheln, zur Ruhe kommen, die Beziehung stärken, wohlfühlen, genießen.

Mitzubringen sind: Matte und Decke, Kissen, warme Socken und bequeme Kleidung.

Die Kursgebühr gilt für ein Elternteil mit einem Kind.

Bitte bei der Anmeldung auf evtl. Vorerkrankungen, Ängste bzw. Allergien/Unverträglichkeiten hinweisen.

Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs um ein Eltern-Kind-Angebot handelt. Bitte melden Sie immer nur ein Elternteil mit einem Kind an.

AK170303 | Kurs

mit Monika Wiegartz

Montag, 10.02., 17:00-18:00 Uhr
Peckelsheim, Familienzentrum „Am Park“
4 Termine, 5,33 UE

Gebühr: 28,00 €

Entspannung für Eltern und Kinder (4 bis 6 Jahre) – in Kooperation mit dem Familienzentrum „St. Martin“

Auch auf Kinder prasseln jeden Tag eine Vielzahl verschiedener Eindrücke ein. Diese zu verarbeiten, ist nicht immer einfach.

In diesem Kurs lernen Kinder und Eltern verschiedene Entspannungsmethoden kennen, die zur Förderung von Konzentration, Kreativität und für mehr Ausgeglichenheit hilfreich sein können oder einfach zum „Runterkommen“ nach einem anstrengenden/stressigen Tag.

Sie erhalten einen Einblick in Autogenes Training, PMR, Fantasiereisen und können u.a. mit Klang oder Duft entspannen. Sie erwartet eine besondere Zeit für Sie und Ihr Kind. Gemeinsam Zeit verbringen, entspannen, kuscheln, zur Ruhe kommen, die Beziehung stärken, wohlfühlen, genießen.

Mitzubringen sind: Matte und Decke für 2 Personen, evtl. Kissen, warme Socken und bequeme Kleidung.

Die Kursgebühr gilt für ein Elternteil mit einem Kind.

Bitte bei der Anmeldung auf evtl. Vorerkrankungen, Ängste bzw. Allergien/Unverträglichkeiten hinweisen.

Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs um ein Eltern-Kind-Angebot handelt. Bitte melden Sie immer nur ein Elternteil mit einem Kind an.

AK170305 | Kurs

mit Monika Wiegartz

Montag, 17.03., 17:00-18:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum „St. Martin“ (Hüffertstr.)

4 Termine, 5,33 UE

Gebühr: 28,00 €



Kochkurse

Kinderwerkstatt in den Osterferien: Jetzt koche ich selbst! Fit in der Küche (ab 7 Jahren) – in Kooperation mit dem Deutschen Kinderschutzbund

In den Osterferien möchten sich Kinder auch gerne kulinarisch auf Ostern vorbereiten. Wie man einen Osterkranz backt, lernen sie an diesem Vormittag. Zudem werden viele leckere Gerichte selbst gekocht, gebacken und anschließend gemeinsam gegessen.

Bei der Anmeldung bitte auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten hinweisen und das Alter der Kinder angeben.

Bringt bitte mit: eine Schürze, ein Geschirrtuch und Frischhalteboxen für Kostproben. Die Kosten für die Lebensmittel sind in der Kursgebühr enthalten.

AK170309 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Mittwoch, 23.04., 9:00-12:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 4,67 UE
Gebühr: 18,00 €

AK170310 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Donnerstag, 24.04., 9:00-12:30 Uhr
Warburg, Küche der Eisenhoitschule
1 Termin, 4,67 UE
Gebühr: 18,00 €

Dip-Gemüse für die Brotdose – in Kooperation mit dem Familienzentrum „Am Park“ in Peckelsheim

Aktion mit Eltern und Kindern: Dip-Gemüse und Fingerfood für die Brotdose. Wir bereiten gemeinsam mit den Kindern abwechslungsreiche Inhalte für den Pausensnack und lernen, dass zu einem gesunden Frühstück nicht nur eine schöne Dose, sondern auch gesunde Lebensmittel gehören. Lecker zubereitet und schön dekoriert. Es gibt viel zu probieren! Macht mit!

Mitzubringen sind: Schürze, scharfes Messer, Geschirrtuch und Gefäße für evtl. Reste. Die Kosten für die Lebensmittel werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Voranmeldung. Die Kursgebühr gilt für ein Elternteil mit einem Kind.

AK170311 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Samstag, 24.05., 10:00-12:00 Uhr
Peckelsheim, Familienzentrum „Am Park“
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 10,00 €

Wassergewöhnung und Schwimmkurse

Spielerische Wassergewöhnung für Mutter/Vater und Kind (3 bis 5 Jahre)

Dieser Kurs ist ein Angebot an Eltern, mit ihren Kindern auf spielerische Art Spaß im Wasser zu haben.

Es gibt Neues zu entdecken: Sprünge ins Wasser, Fortbewegung im Wasser und Schwimmhilfen. Ganz wichtig ist es, dass die Kinder vorhandene Ängste im Wasser spielerisch überwinden.

Für jedes teilnehmende Kind ist eine erwachsene Aufsichtsperson notwendig.

Die Gebühr gilt für die Teilnahme eines Erwachsenen mit einem Kind einschließlich Eintritt.

Die Wassertemperatur beträgt 27°C.

AK170400 | Kurs

mit Walter Heuse

Montag, 03.02., 9:00-9:45 Uhr
Hallenbad Borgentreich (Platz der Stadt Rue 2a)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 70,00 €

Wassergewöhnung für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Kinder sollen die Bewegungswelt „Wasser“ positiv erfahren, erleben und kennen lernen.

Ziele des Kurses sind vorrangig die Elemente der Wasserbewältigung: Springen, Tauchen, Atmen, Schweben und Gleiten. Diese werden mit vielen Spielen und verschiedensten Aufgaben erreicht. Des Weiteren sollen



die Kinder erste Schwimmbewegungen erlernen.

In der Kursgebühr ist der Eintritt für das Hallenbad enthalten. Bitte bei der Anmeldung auf evtl. Vorerkrankungen, Ängste und Allergien hinweisen. Die Eltern verlassen das Schwimmbad während der Kursdauer.

Der Kurs findet jeweils samstags und sonntags an 5 hintereinander folgenden Wochenenden statt.

Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs um ein Eltern-Kind-Angebot handelt. Bitte melden Sie immer nur ein Elternteil mit einem Kind an.

AK170401 | Kurs

mit Katrin Walter, Ines Klauke
 Samstag, 08.02., 9:30-10:15 Uhr
 Warburg, Schwimmbad HPZ (Stiepenweg 70)
 10 Termine, 10 UE
 Gebühr: 59,00 €

Wassergewöhnung für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Kinder sollen die Bewegungswelt „Wasser“ positiv erfahren, erleben und erkennen. Ziele des Kurses sind vorrangig die Elemente der Wasserbewältigung: Springen, Tauchen, Atmen, Schweben und Gleiten. Diese werden mit vielen Spielen und verschiedensten Aufgaben erreicht. Des Weiteren sollen die Kinder erste Schwimmbewegungen erlernen.

In der Kursgebühr ist der Eintritt für das Hallenbad enthalten. Bitte bei der Anmeldung auf evtl. Vorerkrankungen, Ängste und Allergien hinweisen.

Wichtig: Die Kursdurchführung findet ohne die Anwesenheit der Eltern im Bad statt. Die Eltern betreten das Bad nur beim Um- und Anziehen der Kinder.

Mitzubringen ist Schwimmbekleidung.

Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs um ein Eltern-Kind-Angebot handelt. Bitte melden Sie immer nur ein Elternteil mit einem Kind an.

AK170402 | Kurs

mit Helene Wiegartz, Theresa Wiegartz
 Samstag, 05.04., 11:30-12:15 Uhr
 Peckelsheim, Hallenbad (Grundweg 1)
 10 Termine, 10 UE
 Gebühr: 63,00 €

Schwimmen für Mutter/Vater und Kind (5 und 6 Jahre)

Eltern werden dazu angeleitet, Schwimmübungen zu gestalten, um dadurch bei den Kindern den Prozess des Schwimmenlernens zu unterstützen.

Für jedes teilnehmende Kind ist eine erwachsene Aufsichtsperson notwendig.

Die Gebühr gilt für die Teilnahme eines Erwachsenen mit einem Kind einschließlich Eintritt!

Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs um ein Eltern-Kind-Angebot handelt. Bitte melden Sie immer nur ein Elternteil mit einem Kind an.

AK170403 | Kurs

mit Walter Heuse
 Samstag, 01.02., 9:00-9:45 Uhr
 Hallenbad Borgentreich (Platz der Stadt Rue 2a)
 10 Termine, 10 UE
 Gebühr: 70,00 €

Schwimmen für Kinder ab 6 Jahren

In diesem Kurs sollen die Kinder mit Spaß und Geduld das Schwimmen erlernen. Sie vertiefen ihre Fähigkeiten im Tauchen, Gleiten und Springen. Die Kinder sollen Sicherheit im tiefen Wasser erlangen. Sichere Schwimmer können am Ende des Kurses das Seepferdchen-Abzeichen erwerben.

In der Kursgebühr ist der Eintritt für das Hallenbad enthalten. Bitte bei der Anmeldung auf evtl. Vorerkrankungen, Ängste und Allergien hinweisen. Die Eltern verlassen das Schwimmbad während der Kursdauer.

Der Kurs findet jeweils samstags und sonntags an 5 hintereinander folgenden Wochenenden statt.



Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs um ein Eltern-Kind-Angebot handelt. Bitte melden Sie immer nur ein Elternteil mit einem Kind an.

AK170404 | Kurs

mit Katrin Walter, Ines Klauke

Samstag, 08.02., 10:30-11:15 Uhr
Warburg, Schwimmbad HPZ (Stiepenweg 70)

10 Termine, 10 UE
Gebühr: 59,00 €

Schwimmkurs: Seepferdchen für Kinder ab 5 Jahren

Teilnahmevoraussetzung ist das angstfreie Bewegen im Wasser. Mit Spaß und Geduld sollen die Kinder das Schwimmen erlernen. Sie vertiefen ihre Fähigkeiten im Tauchen, Gleiten und Springen. Ziel ist das sichere Schwimmen im tiefen Wasser. Am Ende des Kurses kann das Seepferdchenabzeichen erlangt werden.

In der Kursgebühr ist der Eintritt für das Hallenbad enthalten. Bitte bei der Anmeldung auf evtl. Vorerkrankungen, Ängste und Allergien hinweisen.

Wichtig: Die Kursdurchführung findet ohne die Anwesenheit der Eltern im Bad statt. Die Eltern betreten das Bad nur beim Um- und Anziehen der Kinder.

Mitzubringen ist Schwimmbekleidung.

Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs um ein Eltern-Kind-Angebot handelt. Bitte melden Sie immer nur ein Elternteil mit einem Kind an.

AK170405 | Kurs

mit Helene Wiegartz, Theresa Wiegartz

Samstag, 05.04., 12:30-13:15 Uhr
Peckelsheim, Hallenbad (Grundweg 1)
12 Termine, 12 UE

Gebühr: 76,00 €

Schwimmkurs: Seepferdchen für Kinder ab 5 Jahren

Teilnahmevoraussetzung ist das angstfreie Bewegen im Wasser. Mit Spaß und Geduld sollen die Kinder das Schwimmen erlernen. Sie vertiefen ihre Fähigkeiten im Tauchen,

Gleiten und Springen. Ziel ist das sichere Schwimmen im tiefen Wasser. Am Ende des Kurses kann das Seepferdchenabzeichen erlangt werden.

In der Kursgebühr ist der Eintritt für das Hallenbad enthalten. Bitte bei der Anmeldung auf evtl. Vorerkrankungen, Ängste und Allergien hinweisen.

Wichtig: Die Kursdurchführung findet ohne die Anwesenheit der Eltern im Bad statt. Die Eltern betreten das Bad nur beim Um- und Anziehen der Kinder.

Mitzubringen ist Schwimmbekleidung.

Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs um ein Eltern-Kind-Angebot handelt. Bitte melden Sie immer nur ein Elternteil mit einem Kind an.

AK170406 | Kurs

mit Helene Wiegartz, Theresa Wiegartz

Samstag, 05.04., 13:30-14:15 Uhr
Peckelsheim, Hallenbad (Grundweg 1)
12 Termine, 12 UE

Gebühr: 76,00 €

In Zusammenarbeit mit dem Förderverein Freibad Beverungen und Umgebung e.V. „Die Batze“ wird der nachstehend aufgeführte Sommerkurs im Freibad Beverungen angeboten.

Der Eintritt ist für Mitglieder des Fördervereins über den Vereinsbeitrag abgegolten. Nichtmitglieder haben den Eintritt vor Ort zu entrichten. Der Eintritt ist nicht in der Kursgebühr enthalten!

Für Anfänger: Schwimmen für Kinder im Grundschulalter

Kinder werden dazu angeleitet, die Grundfertigkeiten des Schwimmens zu erlernen und Schwimmübungen anzuwenden, um dadurch den Prozess des Schwimmernlernens zu unterstützen.

Die Kinder sollten „wassergewöhnt“ sein und bereits an einem „Eltern/Kind-Schwimmkurs“ teilgenommen haben.

Am Kursende kann folgendes Schwimmabzeichen erworben werden:



Seepferdchen bzw. Fröhschwimmer (25 m Schwimmen, Sprung vom Beckenrand, Ring aus schultertiefem Wasser holen).

AK170407 | Kurs

mit Alexander Klaus

Montag, 14.07., 9:30-10:30 Uhr
 Beverungen, Freibad (Bevertrift 23)
 10 Termine, 13,33 UE
 Gebühr: 45,00 €

Turnkurse

Turnen für Mutter/Vater und Kind (1,5 bis 3 Jahre)

Die Eltern lernen, wie sie ihre Kinder auf die ersten Turnübungen vorbereiten können. Es ist unsere Aufgabe, das Bewegungsgefühl unseres Kindes zu fördern und das Bewegungsverhalten zu erweitern. Die Freude am Finden und Vollbringen soll Motivation sein. Deshalb werden Bewegungsaufgaben gestellt, die das Kind in Verbindung mit der Hilfe eines Elternteils lösen kann. Dabei werden nur Impulse gegeben, die zum Erreichen des Zieles notwendig sind. Das natürliche Vertrauen soll ermutigen. Die Eltern erhalten Hinweise für weiteres sinnvolles Bewegungstraining.

Die Gebühr gilt für die Teilnahme eines Erwachsenen mit einem Kind.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Turnschuhe oder Stoppersocken und Getränke.

Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs um ein Eltern-Kind-Angebot handelt. Bitte melden Sie immer nur ein Elternteil mit einem Kind an.

AK170501 | Kurs

mit Stephanie Hartmann

Donnerstag, 30.01., 15:15-16:00 Uhr
 Dalhausen, Grundschule (Neue Turnhalle)
 10 Termine, 10 UE
 Gebühr: 21,00 €

AK170502 | Kurs

mit Stephanie Hartmann

Donnerstag, 30.01., 16:00-16:45 Uhr
 Dalhausen, Grundschule (Neue Turnhalle)
 10 Termine, 10 UE
 Gebühr: 21,00 €

Programminweis der VHS Hörter-Mariemünster

251-3005 EPA - Elektronische Patientenakte



Sie erhalten einen Überblick, was mit der Elektronischen Patientenakte bereits umgesetzt wird bzw. noch geplant ist. Gibt es Risiken? Wie steht es um Sicherheit und Datenschutz? Der Referent ist Produktmanager für digitale Gesundheitsanwendungen und beantwortet diese Fragen. Eine Anmeldung ist erforderlich. Die Bezahlung erfolgt an der Abendkasse.

Sven Strakeljahn
 Donnerstag, 03. April 2025
 18.30 – 20.00 Uhr
 1 Termin, 2 UStd.
 Haus der VHS
 Gebühr: 5,00 Euro, ermäßigt: 2,50 Euro

● Online Seminare - E-Learning





In Zusammenarbeit mit der VHS Köln

Wichtige Hinweise zu den Kursen 181001 – 181010

Es gelten die Stornierungsbedingungen aus der Entgelt- und Benutzerordnung der VHS Köln.

Auszug:

- Bis 15 Tage vor Veranstaltungsbeginn: 5,00 €,
- 14 bis 1 Tag(e) vor Veranstaltungsbeginn: 20 %
des Teilnahmeentgelts, mindestens 5,00 €.

Mit der Kursanmeldung erklären Sie sich damit einverstanden, dass Ihr Vor- und Nachname sowie Ihre E-Mail-Adresse an die durchführende VHS Köln weitergegeben werden. Keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich.

Vortrag: „Grundlagen Generativer Künstlicher Intelligenz (GKI)“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

In diesem Kurs werden Ihnen grundlegende Funktionen der Generativen Künstlichen Intelligenz erklärt. Sie lernen dabei, wie diese KI-Systeme funktionieren, indem Sie sich mit den Grundlagen der Generativen Modelle vertraut machen und worauf Sie bei der Verwendung achten müssen. Integrieren Sie Künstliche Intelligenz in Ihren Alltag, lernen Sie die potentiellen Gefahren zu umgehen und diverse Anwendungen für Ihren eigenen Nutzen zu verwenden. Erforschen Sie die Anwendungsmöglichkeiten von GKI in verschiedenen kreativen Bereichen, von der Textgenerierung bis zur visuellen Gestaltung. Verstehen Sie, wie Sie mit Anwendungen wie ChatGPT interaktive Konversationen führen und mit Bildgeneratoren wie Adobe Firefly kreative Werke erstellen können. Unabhängig von Ihrem Hintergrund in Technologie oder Kreativität ist dieser Kurs darauf ausgerichtet, Ihnen die Grundlagen der Generativen KI zu vermitteln und Ihre Fähigkeiten in diesem aufstrebenden Bereich zu stärken.

AK181001 | Online-Vortrag mit Webinar-Dozent

Dienstag, 21.01., 18:00-20:30 Uhr
Online
1 Termin, 3,33 UE
Gebühr: 29,00 €

Online-Kurzseminar: „Fotos und Videos mit Künstlicher Intelligenz generieren und animieren“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

In diesem Kurzseminar bekommen Sie einen Einblick in die Erstellung von KI generierten Bildern mit Midjourney, um diese Fotos anschließend mit Runway AI zu animieren. Zusätzlich werden wir uns anschauen, wie man auch ohne ein Bild als Vorlage Videos direkt per Text-Eingabe generieren kann, z. B. mit Schwenk- oder Zoom-Effekten.

Sie bekommen einen Überblick über die technischen Möglichkeiten und können damit nachvollziehen, wie ein Workflow für ein typisches Projekt aussehen könnte.

AK181002 | Online-Kurs mit Webinar-Dozent

Samstag, 15.02., 10:30-15:00 Uhr
Online
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 43,00 €

Vortrag: „Elevator Pitch: Kleine Präsentation – Große Wirkung! – wie Sie sich überzeugend vorstellen und sicher auf den Punkt kommen“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

Und, was machen Sie so (beruflich)? Kennen Sie diese Frage? Viele kommen ins Stottern oder erzählen ihren ganzen Lebenslauf – ob das auf einem Netzwerktreffen oder online in einem Chat ist. Doch das wirkt selten überzeugend. Oft bekommen andere einen falschen Eindruck, von dem, was wir eigentlich tun. Ohne Vorbereitung ist es auch nicht einfach, das Passende zu sagen und ein positives und überzeugendes Bild von sich zu vermitteln. Aber es ist wichtig, um online wie offline erfolgreich zu netzwerken und neue Kontakte zu knüpfen.

In diesem Seminar erarbeiten Sie Ihr Kommunikationskonzept für eine pointierte und überzeugende Selbstpräsentation. Sie feilen an den richtigen Worten und Bildern, damit Sie das, was Sie ausmacht, mündlich wie schriftlich auf den Punkt bringen. Und Sie üben Ihren Elevator Pitch für verschiedene Situationen, um flexibel, souverän und schlagfertig zu sein.



Das Seminar eignet sich für alle, die einen guten Türöffner wie einen „Elevator Pitch“ benötigen, um ihr berufliches Netzwerk auszubauen.

Lernen und üben Sie im Seminar:

- Was macht eine gute Selbstpräsentation aus?
- Wie kommen Sie auf den Punkt, wecken Neugier und bleiben im Gedächtnis?
- Wie können Sie mit bildhafter Sprache sowie Zahlen, Daten und Fakten punkten?
- Was präsentiere ich welchen Situationen über mich? Welchen Unterschied macht der Kontext?

Ein guter Elevator Pitch, und dann? Wie Sie online und offline charmant netzwerken.

AK181003 | Online-Vortrag

mit Webinar-Dozent

Samstag, 15.02., 10:00-17:30 Uhr

Online

1 Termin, 8 UE

Gebühr: 79,00 €

Vortrag: „Social Media für Non-Profit-Organisationen und soziale Einrichtungen“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

Social-Media-Plattformen werden für die Öffentlichkeitsarbeit in sozialen Einrichtungen, gemeinnützige Organisationen und Vereinen immer wichtiger. Doch der Einstieg in die professionelle Nutzung ist nicht immer einfach.

Sie haben bereits (private) Erfahrungen mit Facebook, Instagram oder Twitter und möchten wissen, welches Netzwerk zu Ihrer Organisation passt, was Ziele ihrer Social Media Aktivitäten sein können und wie man zielgerichtet in Netzwerken kommuniziert? Dann kann dieses Seminar Ihnen helfen eine Social-Media-Strategie zu entwickeln und Netzwerke effektiv und sinnvoll für Ihre Organisation einsetzen.

Ganz praktisch geht es auch um das Erstellen von professionellen Social-Media-Profilen für Organisationen (im Gegensatz zu Privatpersonen).

Um die Social-Media-Plattformen aktiv im Seminar nutzen zu können, sollten Teilnehmende bereit sein, sich bei einigen Plattformen zu registrieren.

Inhalte sind u.a.:

- Nutzergruppen und Zielrichtung verschiedener Social-Media-Plattformen wie Facebook, Instagram, Xing, Twitter, Slideshare, Blogs: Wer nutzt was? Was ist für wen sinnvoll?
- Präsent in sozialen Netzwerken: Seiten/Auftritte bei Facebook und Co. betreiben
- Gelungene Kommunikation in sozialen Netzwerken: agieren, vernetzen, informieren und reagieren.

AK181004 | Online-Vortrag

mit Webinar-Dozent

Mittwoch, 19.02., 10:00-16:30 Uhr

Online

3 Termine, 21 UE

Gebühr: 149,00 €

Workshop: „Recherche mit KI: Wie finde ich die richtigen Informationen?“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

Was ChatGPT, Perplexity.AI und andere Tools können.

Geht es um das Thema künstliche Intelligenz, sprechen alle von ChatGPT. Doch ausgerechnet, wenn es darum geht, verlässliche Informationen im Internet zu finden, stößt man mit diesem Tool schnell an seine Grenzen. In diesem Workshop erfahren Sie, welche anderen KI-Tools es gibt, und welche Vorteile diese bei der Online-Recherche bieten. In kurzen Übungen lernen Sie die Tools besser kennen. Sie werden außerdem die Vorteile von KI-Apps auf dem Smartphone kennenlernen, Fotos analysieren und ein Gespräch mit einem KI-Chatbot führen. Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollten bereit sein, sich bei unterschiedlichen Tools zu registrieren. Dazu gehören mindestens Perplexity.AI und der Microsoft Copilot in der Suchmaschine Bing. Hier funktioniert die Anmeldung über die Daten des Microsoftkontos.



AK181005 | Online-Workshop

mit Webinar-Dozent

Donnerstag, 13.03., 16:30-20:00 Uhr

Online

1 Termin, 4,67 UE

Gebühr: 31,00 €

Workshop: „Zukunftsreise – wie wir mit Künstlicher Intelligenz in 7 Jahren leben und arbeiten werden“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

Was wird sich in den kommenden Jahren durch künstliche Intelligenz (KI) in unserem Leben und Arbeiten verändern? In diesem Workshop können Sie davon einen Eindruck bekommen. Wie klar Ihr Bild von der Zukunft wird, hängt davon ab, wie stark Sie selbst sich einbringen. Denn bei diesem dieser Workshop steht das selbstbestimmte und kollaborative Lernen im Vordergrund. Es wird eingerahmt von kurzen Einheiten mit Frontalunterricht.

Ablauf:

- Sie treffen sich innerhalb einer Woche dreimal im virtuellen Raum, jeweils für mindestens eine, höchstens jedoch zwei Stunden

- In dieser Zeit gibt es theoretischen Input und kurze Aufgaben, die im Team gelöst werden

- An jedem Tag der Woche, also auch am Wochenende, erhalten Sie im Laufe des Vormittags eine E-Mail. In dieser E-Mail finden Sie Impulse zum Lesen, Sehen oder Hören. Sie bekommen außerdem eine Aufgabe, die mit einem KI-Tool am besten während dieser Woche gelöst werden soll. Und Sie bekommen eine Frage gestellt, die Sie in einem kollaborativen Tagebuch beantworten

- Der Arbeitsaufwand pro Tag sollte bei 30 bis 40 Minuten liegen.

Ziele des Workshops:

- Sie bekommen einen Einblick, wie künstliche Intelligenz unser aller Leben verändern wird

Sie bekommen einen kurzen Überblick über KI-Tools und lernen den Umgang damit

- Sie bekommen eine Idee davon, wie sich Ihr Leben und Ihre Arbeit in den kommenden Jahren verändern könnten

- Sie stellen sich auf diese Veränderungen ein.

AK181006 | Online-Workshop

mit Webinar-Dozent

Montag, 07.04., 18:00-20:00 Uhr

Online

3 Termine, 8 UE

Gebühr: 96,00 €

Workshop: „Fake News – mit digitalem Faktencheck falsche Informationen im Internet enttarnen“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

In den Nachrichten und insbesondere rund um politische Themen fällt immer häufiger der Begriff Fake News.

Falschnachrichten und Desinformation können aber auch im beruflichen Alltag große Herausforderungen darstellen.

Beispiele aus dem Berufsleben zeigen, wie die Verbreitung falscher Informationen oder irreführender Berichte Mitarbeitende verunsichern. Auch während bspw. der Bewerbungsphase können Fake News die Recherche zu Fachthemen erschweren.

In diesem Online-Vortrag geht es darum, was Fakenews und Desinformation sind, wie sie uns beeinflussen und wie man sie erkennen kann. Dabei werden auch Werkzeuge der Faktenchecker vorgestellt. In der anschließenden Diskussion können Teilnehmende ihre eigenen Erfahrungen mit Fakenews und Desinformation teilen.

AK181007 | Online-Workshop

mit Webinar-Dozent

Samstag, 26.04., 17:30-19:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 14,00 €

Vortrag: „Die digitale Werkzeugkiste für den Beruf“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

An zwei Abenden dreht sich alles um Online-Tools. Diese können Ihnen helfen, Arbeits-



prozesse zu optimieren, Teamarbeit zu stärken und/oder die Kreativität anzuregen. Neben bekannten Tools wie Miro oder Padlet lernen Sie DSGVO-freundliche Lösungen kennen. Die einzelnen Tools werden ausführlich besprochen und es gibt Gelegenheit, einige zu testen. Dafür muss man sich bei einigen Tools anmelden – das bleibt aber den Teilnehmenden überlassen.

Auf der Agenda stehen u.a.:

- Designtools
- KI-Tools
- Kollaborationstools
- Social-Media-Tools
- Textbearbeitungstools
- Whiteboards.

AK181008 | Online-Vortrag mit Webinar-Dozent

Dienstag, 13.05., 18:00-21:00 Uhr
Online
2 Termine, 8 UE
Gebühr: 47,00 €

Workshop: „Websites und Blogs rechts-sicher gestalten“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

Websites und Blogs sind im beruflichen wie auch im privaten Kontext eine der wichtigsten Informationskanäle geworden. Sich selber auszudrücken und andere damit zu begeistern, ist zu einer Leidenschaft für viele geworden, die privat und beruflich ausgelebt werden kann. Rechtliche Fallstricke können dieses aber zu einem Alptraum werden lassen. Das muss nicht sein. Eine Rechtssicherheit schon bei den Anfangsüberlegungen führt gleichzeitig zu einer entspannten Gestaltung der Inhalte. Die Kurseinheiten bestehen aus interaktiven Inhalten – jeweils zum Ende eines thematisch abgeschlossenen Abschnitts erhalten die Teilnehmer eine Aufgabenstellung, die bis zur nächsten Einheit umgesetzt werden kann. Das Ergebnis ist eine anwendbare Checkliste, die die Teilnehmer*innen bis zum Ende der letzten Einheit gemeinsam fertiggestellt haben.

Inhalte:

- Datenschutz und Impressum
- Urheberrechte
- Inhaltliche Grenzen.

AK181009 | Online-Workshop mit Webinar-Dozent

Dienstag, 27.05., 17:30-20:00 Uhr
Online
2 Termine, 6,67 UE
Gebühr: 50,00 €

Vortrag: „We Go Business – Basics Existenzgründung für den erfolgreichen Start“ – in Zusammenarbeit mit der VHS Köln

Sie überlegen, sich selbstständig zu machen. Wie lassen sich gute Ideen und kreative Projekte in ein solides Unternehmen überführen? Was muss ich vor dem Start beachten und welche Regeln gelten für mich? Ein tragfähiges Konzept braucht einen strukturierten Businessplan und eine durchdachte Finanzplanung, um wichtige Türen zu öffnen – ob Nebenerwerb, Neustart oder Gründung im Team. Verschaffen Sie sich einen Überblick über rechtliche & betriebswirtschaftliche Voraussetzungen sowie Fördermöglichkeiten.

Mit Beispielen und Erfahrungen aus der Praxis.

Themen:

- Gründungszuschüsse/Fördermöglichkeiten
- Unternehmens- und Rechtsformen/Anmeldungen
- Konzept/Businessplan
- Finanzierung, Rentabilität und Liquidität.

AK181010 | Online-Vortrag mit Webinar-Dozent

Freitag, 17.01., 9:30-15:45 Uhr
Online
2 Termine, 14,67 UE
Gebühr: 138,00 €



vhs.wissen live das digitale Wissenschaftsprogramm

Erleben Sie hochkarätige Vorträge von Experten aus Wissenschaft und Gesellschaft digital zu Hause und diskutieren Sie - wenn Sie mögen - anschließend per Chat mit. Nach der Anmeldung erhalten Sie einen Link mit entsprechenden Zugangsdaten. Weitere Informationen dazu finden Sie auf unserer Homepage. Die Teilnahme ist kostenlos.

vhs.wissen live: Wissenschaftsgläubigkeit: Politik und Anti-Politik heute Prof. Dr. Peter Strohschneider

Ob Klima-, Umwelt- oder Gesundheitskrise: Die Machtworte der Wissenschaft verheißen Abhilfe im Zeichen moderner Sachrationalität.

Tatsächlich aber verbündet sich hier naive Wissenschaftsgläubigkeit mit einem tendenziell undemokratischen Machtanspruch. Im Mehrheitsprinzip wird Freiheit gewährleistet.

Demokratische Herrschaft verbindet sie mit politischen Rationalitätserwartungen. Aktivistische Wissenschaft oder szientistische Politik setzen hingegen einseitig auf das alternative Regime einer unbedingten Wahrheit.

Das „Follow the Science!“ hat in modernen Wissenschaftsgesellschaften viel für sich. Öfter bedeutet es jedoch bloß ein „Schluss mit der Diskussion! Die Zeiten sind zu ernst.“

Wie dieser Vortrag anhand aktueller Beispiele zeigt, kann der Szientismus schnell autoritär werden – zum Schaden der liberalen Demokratie wie ihrer Fähigkeit, epochale Herausforderungen klug und wirksam zu bearbeiten.

Peter Strohschneider lehrte Literaturwissenschaft an der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU).

Er war unter anderem Vorsitzender des Wissenschaftsrats und der Zukunftskommission Landwirtschaft sowie Präsident der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG).

AK181100 | Online-Vortrag mit vhs.wissen live

Freitag, 17.01., 19:30-21:00 Uhr
Online
1 Termin, 2 UE
Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Klimahandel – wie unsere Zukunft verkauft wird Prof. Dr. Mojib Latif

Seit über einem halben Jahrhundert wissen wir um die erschreckenden Auswirkungen von Umweltzerstörung und Klimawandel. Zwar häufen sich internationale Umwelt- und Klimakonferenzen, doch warum handeln wir nicht konsequent gegen die verheerenden Bedrohungen?

Mojib Latif wendet sich in diesem Vortrag der Frage zu, warum unsere Welt trotz besseren Wissens weiterhin auf gefährliche Weise den Ast absägt, auf dem sie sitzt.

Er stellt die unbequemen Fragen nach dem Versagen der Politik und den Interessen weniger mächtiger Konzerne, die von dieser fatalen Entwicklung profitieren und zeigt Wege auf, wie dennoch durch globale Zusammenarbeit die Zukunft nachfolgender Generationen gerettet werden kann.

Mojib Latif ist Professor am GEOMAR Helmholtz-Zentrum für Ozeanforschung Kiel. Seit Januar 2022 ist er Präsident der Akademie der Wissenschaften in Hamburg.

AK181101 | Online-Vortrag mit vhs.wissen live

Mittwoch, 22.01., 19:30-21:00 Uhr
Online
1 Termin, 2 UE
Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Die sieben Todsünden: Menschheitswissen für das Zeitalter der Krise

Prof. Dr. Annette Kehnel

Wir leben im Zeitalter der Krise – und haben doch kaum eine Vorstellung davon, wie wir dem Imperativ des „Immer mehr“ entkom-



men können. Dabei kannten unsere Vorfahren, wie Annette Kehnel zeigt, doch Mittel und Wege.

Sie nimmt uns mit auf eine Reise in die Antike und ins Mittelalter, wo sie jahrtausendaltes Menschheitswissen entdeckt – ausge-rechnet in den sieben Todsünden, die sie als Lehre vom Umgang mit der Naturgewalt Mensch neu interpretiert. Jede der Todsün-den spiegelt eine Bedingung unserer menschlichen Existenz: So geht es bei luxu-ria (Wollust) letztlich um maßvollen Konsum, bei avaritia (Habgier) um die Einsicht, dass Besitz und Reichtum beschränkt werden müssen; ira (Zorn) bearbeitet Aggression und Gewalt, invidia (Neid) die Kehrseite von ungezügelter Wettbewerb und superbia (Hochmut) unser Streben nach Status und Macht.

Prof. Dr. Annette Kehnel lehrt Mittelalterliche Geschichte an der Universität Mannheim. Ihr Buch „Wir konnten auch anders“ wurde mit dem NDR-Sachbuchpreis ausgezeichnet.

AK181102 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Montag, 03.02., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

**vhs.wissen live: Less is more? – zur Psy-
chologie von Konsumreduktion und
nachhaltigem Konsum**

Prof. Dr. Oliver Büttner

Unser Konsumverhalten beeinflusst in vielen Bereichen wie z.B. Mobilität, Ernährung und Reisen den globalen CO2-Ausstoß.

In der Diskussion um nachhaltiges Verhalten wird deshalb unter dem Stichwort Suffizienz oft eine Reduktion des individuellen Konsums gefordert.

Der Vortrag geht der Frage nach, welche psychologischen Faktoren beeinflussen, ob und wann Menschen bereit sind, ihren Konsum zu reduzieren, und welche Interventionen nachhaltigen Konsum fördern können.

Prof. Dr. Oliver Büttner lehrt Wirtschaftspsy-
chologie an der Universität Duisburg-Essen.

AK181103 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Donnerstag, 06.02., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

**vhs.wissen live: Shakyamuni Buddha –
Historische Gestalt und zeitloses Vorbild**

Prof. Dr. Helwig Schmidt-Glintzer

Die verschiedenen Lebensgeschichten des Buddha stellen für Buddhisten und Bud-dhismuskforscher gleichermaßen eine Her-ausforderung dar, wenn es darum geht, wie sie alle das reiche Material betrachten.

Indem ich versuche, „Buddha als historische Person“ neu zu erfassen und seine intellektuelle und religiöse Weltsicht mit den vielen posthumen Legenden in Einklang zu bringen, rekonstruiere ich eine Biographie, die natürlich virtuell, aber gleichzeitig realistisch ist.

Prof. Dr. Helwig Schmidt-Glintzer hatte nach einem Studium der Sinologie und diversen Forschungsreisen nach Ostasien von 1981 bis 1993 den Lehrstuhl für Ostasiatische Kultur- und Sprachwissenschaft an der Uni-versität München inne, bevor er von 1993 bis 2015 als Direktor der Herzog August Bibliothek Wolfenbüttel tätig war. Er ist heute Direktor des China Centrums Tübingen.

AK181104 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Sonntag, 09.02., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

**vhs.wissen live: Grüner Kolonialismus –
wie eine NGO große Teile Afrikas be-
herrscht**

Olivier van Beemen

Die NGO „African Parks“ verwaltet eine Flä-
che von der Größe Großbritanniens. Die
Organisation unterhält bewaffnete Kräfte mit
weitgehenden Befugnissen zum Schutz der
Gebiete – vor Terroristen, vor Wilderern und
vor der Bevölkerung. Einheimische dürfen



das von ihnen traditionell genutzte Land nicht mehr betreten, es kommt zu Folter und Vergewaltigung.

Der Safari-Tourismus, Spenden von Milliarden und westlichen Regierungen - auch der deutschen - bringen reiche Einnahmen. An der Spitze steht eine weiße Elite, die alles daransetzt nur schöne Bilder von Großwild und intakter Natur nach außen dringen zu lassen.

Olivier van Beemen hat drei Jahre lang über die Organisation recherchiert, unzählige Insider, Aussteiger und Anwohner der Parks befragt und sich nicht von Verhaftung, Spionagevorwürfen und Abschiebung abschrecken lassen.

In seinem Vortrag zeigt er, was die Militarisierung des Naturschutzes anrichtet, wie die einheimische Bevölkerung drangsaliert wird und wie eine weiße Exekutive ohne demokratische Kontrolle im Namen einer „unberührten“ – menschenleeren – Natur herrscht.

Olivier van Beemen ist ein niederländischer investigativer Journalist, der sich vor allem mit Afrika beschäftigt. 2019 wurde er mit dem "Tegel", dem wichtigsten niederländischen Journalistenpreis, ausgezeichnet. Seine Artikel erscheinen in internationalen Zeitungen wie The Guardian oder Le Monde.

AK181105 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 12.02., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Schönheit der Astrophysik

Dr. Andreas Müller

Die Astronomie gehört zu den schönsten Wissenschaften überhaupt, weil wir mit ihr faszinierende und atemberaubend ästhetische Aufnahmen gewinnen.

Einen großen Anteil daran haben Weltraumteleskope wie Hubble oder neuerdings James Webb. Doch auch andere Instrumente und Methoden der Astrophysik liefern Bilder, die einen großen Reiz ausüben.

Dr. Andreas Müller entführt sein Publikum in die Magie der astronomischen Aufnahmen und tritt den Beweis an:

Die Schönheit der Bilder wird noch tiefer empfunden, wenn man sie mit etwas mehr wissenschaftlichem Hintergrundwissen betrachtet.

Andreas Müller ist Astrophysiker und Chefredakteur von „Sterne und Weltraum“

AK181106 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Montag, 17.02., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Dürer im Zeitalter der Wunder: Kunst und Gesellschaft an der Schwelle zur globalen Welt

Prof. Dr. Ulinka Rublack

1511 fasst Albrecht Dürer einen radikalen Entschluss: Nachdem er sich mit dem Frankfurter Kaufmann Jacob Heller wegen eines Auftrages zerstritten hat, hört er auf Altarbilder zu malen und wendet sich anderen Werken zu.

Dieser Konflikt ist dabei wie eine Linse, durch die man die neue Beziehung zwischen Kunst, Sammeln und Handel in Europa bis zum Dreißigjährigen Krieg beobachten kann.

Denn mit dem beginnenden 16. Jahrhundert wurde Kunst Teil eines wachsenden Sektors von Luxusgütern und vollzog eine umfassende Kommerzialisierung. Kaufleute und ihre Mentalität waren entscheidend für ihre Verbreitung und Entstehung.

In ihrem Vortrag bringt uns die Historikerin die Gedanken- und Gefühlswelten Albrecht Dürers und der Kaufleute seiner Zeit näher.

Anhand von originalen Schriftstücken, Briefverläufen und Bildern zeichnet Prof. Dr. Ulinka Rublack eindrucksvoll die Geschichte Dürers, seines Werks und des aufkommenden europäischen Kunst- und Handwerksmarkts nach.

Prof. Dr. Ulinka Rublack lehrt seit 1996 Europäische Geschichte der Frühen Neuzeit in



Cambridge. 2019 wurde sie mit dem Preis des Historischen Kollegs ausgezeichnet.

AK181107 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Dienstag, 25.02., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Die drei Ringe. Warum die Religionen erst im Mittelalter entstanden sind

Prof. Dr. Dorothea Weltecke

Das Grab des Propheten Ezechiel in der Nähe von Bagdad war im Mittelalter Ziel von jüdischen, muslimischen und christlichen Pilgern.

An diesem und vielen anderen Beispielen zeigt Dorothea Weltecke anschaulich, wie intensiv sich die Glaubensgemeinschaften austauschten. Gemeinsam bauten sie eine neue kulturelle Landschaft.

Dass ihre Traditionen miteinander verwandt waren, wussten Juden, Christen und Muslime im Mittelalter. In der Parabel von den drei Ringen streiten die Brüder jedoch über das Erbe, das sie von ihrem gemeinsamen Vater bekommen haben. Problematisch für das Verhältnis der Glaubensgemeinschaften zueinander wurden im Mittelalter nicht ihre Wahrheitsansprüche, sondern neue rechtliche Unterscheidungen zwischen Gläubigen, nur Geduldeten und Nichtgeduldeten.

Prof. Dr. Dorothea Weltecke lehrt Europäische Geschichte des Mittelalters an der Humboldt-Universität zu Berlin, zuvor war sie in Frankfurt am Main. In Konstanz war sie zehn Jahre lang Professorin für die Geschichte der Religionen.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Wissenschaftsportal L.I.S.A der Gerda Henkel Stiftung statt.

AK181108 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Sonntag, 09.03., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Pop-up-Propaganda: Epikrise der russischen Selbstvergiftung Irina Rastorgueva

Während innerhalb Russlands das Verbot kritischer Medien eine beinahe karikaturhafte Erzählung über traditionelle Werte und die Notwendigkeit der »Militärischen Spezialoperation« hervorbringt, arbeiten sorgfältig geplante Propagandaaktionen im Rest der Welt an der Destabilisierung demokratischer Gesellschaften. Ein planmäßiger Wahnsinn überzieht das Land.

Er zeigt sich in inflationär gebrauchten Euphemismen und Hassreden, als Denunziation und in einem bis ins Subtilste durchdachten Strafregime. Und es ist ein Wahnsinn mit Geschichte.

Denn die Gewalt, die die russische Gesellschaft unerbittlich im Griff hat, ist eine Fortführung der paranoiden Suche nach Feinden, der nächtlichen Verhaftungen, Durchsuchungen und Folterungen sowie der Gulags aus dem Sowjetregime – in grellem, neuem Gewand und verschmolzen mit dem Gangstertum der Neunzigerjahre. In diesem Vortrag zeigt Irina Rastorgueva aus der eigenen Erfahrung und anhand kremlkritischer und russlandtreuer Autoren das Wirken der russischen Selbstvergiftung.

Irina Rastorgueva studierte Philologie an der Staatlichen Universität Sachalin und arbeitete als Kulturjournalistin für mehrere russische Zeitschriften und Radiosender. Sie ist Autorin zahlreicher wissenschaftlicher Artikel über die Theorie und Geschichte der Literatur und des Journalismus des 20. Jahrhunderts. Von 2011 bis 2017 war sie Dramaturgin am Tschechow-Theater Sachalin. Seit 2017 arbeitet sie als Autorin und Grafikerin in Berlin. Sie schreibt u. a. für die FAZ, die NZZ und das Magazin Osteuropa.

AK181109 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Sonntag, 16.03., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei



vhs.wissen live: Wasser für die Welt – klimaresilientes Wassermanagement angesichts klimatischer und geopolitischer Herausforderungen

Prof. Dr. Karen Pittel

Wasser ist Leben, Wasser eint, trennt und schürt Konflikte. In einer klimatisch und geopolitisch aufgeheizten Welt verschärfen sich die Herausforderungen um Wasser substantziell. Unsicherheit wird Normalität, Grenzen der Beherrschbarkeit könnten überschritten werden.

Notwendig ist ein klimaresilientes Wassermanagement mit langfristigem Blick, das Wasser in Flüssen, Seen und Grundwasser, sowie im Boden gebundenes Wasser zusammendenkt und flexibel auf Veränderungen reagieren kann.

Dazu braucht es einen gestaltenden Staat ebenso wie privatwirtschaftliche Initiative. Es braucht globale Kooperation aber auch selbstorganisierte Strukturen und nicht zuletzt eine starke begleitende Wissenschaft.

Wie können wir diesen Herausforderungen begegnen und die notwendigen Prozesse initiieren?

Prof. Dr. Karen Pittel, ifo Institut und acatech Präsidiumsmitglied, lehrt Volkswirtschaftslehre an der Universität München (LMU) und berichtet hier als Co-Vorsitzende des WBGU zu dessen aktuellem Gutachten „Wasser in einer aufgeheizten Welt“.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der acatech statt.

AK181110 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Dienstag, 25.03., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Wenn Russland gewinnt: Ein Szenario

Prof. Dr. Carlo Masala

Nachdem die russischen Truppen die unter massivem Munitions- und Personalmangel leidenden Stellungen der ukrainischen Armee im Süden und Osten des Landes durchbrochen haben, rücken sie erneut bis nach Kiew vor – diesmal erfolgreich. Präsident Selensky und seine Regierung werden gestürzt, ein autoritäres Marionettenregime von Moskau Gnaden rückt an ihre Stelle.

Die Amerikaner haben sich militärisch inzwischen weitgehend aus Europa zurückgezogen, um alle Kräfte auf den drohenden Krieg mit China im Pazifik zu konzentrieren.

Deutschland und Frankreich haben es immer noch nicht geschafft, eine schlagkräftige europäische Sicherheitsallianz aufzubauen. Und am frühen Morgen eines milden März-tages im Jahr 2028 rücken russische Panzer im Baltikum ein.

Im NATO-Hauptquartier in Brüssel muss eine Entscheidung getroffen werden, bevor die Dinge ihren Lauf nehmen.

Es ist nur ein hypothetisches Zukunftsszenario, das der renommierte Politikwissenschaftler und Militärexperte Carlo Masala in seinem Vortrag entwirft – aber es zeigt auf besonders drastische Weise, was heute auf dem Spiel steht.

Prof. Dr. Carlo Masala lehrt Internationale Politik an der Universität der Bundeswehr.

AK181111 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Donnerstag, 27.03., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Raus aus der Abhängigkeit: Wie sichern wir die Rohstoffversorgung für Deutschland?

Prof. Dr. Jens Gutzmer

Welche Rolle können primäre Rohstoffe aus heimischen Lagerstätten spielen?



Wie kann Deutschland auf den internationalen Rohstoffmärkten handlungsfähig werden?

Wie können wir unsere hohen Abhängigkeiten bei kritischen Metallen und Mineralien verringern?

Es ist höchste Zeit, neue Wege für unsere Rohstoffversorgung einzuschlagen.

Prof. Dr. Jens Gutzmer leitet als Gründungsdirektor das Helmholtz-Institut Freiberg für Ressourcentechnologie, welches zum Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf gehört.

Er ist Professor für Erzlagerstätten und Gemetallurgie an der TU Bergakademie Freiberg. Zudem hat er eine Gastprofessur in der Paleoproterozoic Mineralization Research Group im Department of Geology der Universität Johannesburg, Südafrika inne. Er ist Mitglied der Deutschen Akademie der Technikwissenschaft (acatech).

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der acatech statt.

AK181112 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Dienstag, 08.04., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: A matter of taste - wie kommt der Geschmack in unser Essen?

Prof. Dr. Ilka Axmann

Obst, Gemüse, Gewürze erkennen wir mit geschlossenen Augen. Aber wie entstehen diese Eigenschaften? Welche chemischen Verbindungen stecken dahinter?

Für Farbe, Duft und Geschmack in unserem Essen sind pflanzliche Sekundärstoffe verantwortlich. Carotine sorgen zum Beispiel dafür, dass Möhren orange aussehen.

Furaneol ist für das Erdbeeraroma zuständig und Valencen für den Geschmack einer Orange. Auch die Wirkung von Arzneipflanzen wie Ingwer, Salbei und Kamille geht auf Sekundärstoffe zurück.

Anbauflächen werden allerdings immer knapper und die Bewässerung von Pflanzen in vielen Erdregionen immer schwieriger durch den Klimawandel.

Hier kommen die Mikroalgen ins Spiel, ein Rohstoff für die Zukunft. Sie können sich extrem gut anpassen, gedeihen in Salzwasser und sind wie Pflanzen in der Lage Kohlendioxid zu fixieren und in Zucker und Sauerstoff umzusetzen.

Ilka Axmann ist Professorin für Synthetische Mikrobiologie und trainiert Mikroalgen darauf, pflanzliche Aromen und Farbstoffe anzunehmen.

AK181113 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Donnerstag, 10.04., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Dialektik der Hure: Von der „Prostitution“ zur „Sex-Arbeit“

Dr. Theodora Becker

Die Hure ist in den Worten Walter Benjamins „Verkäuferin und Ware in einem“. Sie verdinglicht sich zum käuflichen Objekt und bleibt doch unverfügbares Subjekt.

Bis in die Debatten der aufgeklärten Gegenwart erscheint sie zugleich als preisgegebenes Opfer und arbeitsscheue Betrügerin. Die Prostitution zeigt sich als unverzichtbare Einrichtung und zu bekämpfendes Übel.

Wie sehr das auch mit dem bürgerlichen Blick auf Frauen und ihre Körper zu tun hat, der zu jeder Zeit Kontrolle und Voyeurismus, Distanz und Neugier gleichermaßen ist, untersucht Theodora Becker in dem Vortrag und fragt nach der Ambivalenz der sexuellen Ware, die diesen Zuschreibungen und Umgangsweisen zugrunde liegt.

Dabei verfolgt sie anhand der Prostitution den Zusammenhang von Subjektivität, Sexualität, Warenform und Arbeit in der bürgerlichen Gesellschaft, sowie seine Wandlungen seit dem 19. Jahrhundert.



Dr. Theodora Becker studierte Philosophie, Politik- und Kulturwissenschaften und lebt in Berlin.

AK181114 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Sonntag, 27.04., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Tiere in der antiken und islamischen Philosophie

Prof. Dr. Peter Adamson

Antike Philosophen vertraten bei der Bewertung von Tieren ganz unterschiedliche Positionen. Während Aristoteles und die Stoiker Tiere aufgrund ihrer fehlenden Vernunft und Sprache scharf vom Menschen abgrenzten, bewerteten andere philosophische Strömungen Tiere völlig anders.

Insbesondere Autoren der Spätantike und der islamischen Welt schrieben Tieren durchaus rationale Fähigkeiten zu. Einige Denker waren sogar überzeugt, dass Tiere Sprache benutzten.

Im Vortrag werden diese Positionen vorgestellt und auf die ethischen Konsequenzen eingegangen, wie wir Menschen Tiere behandeln sollten.

Prof. Dr. Peter Adamson lehrt Philosophiegeschichte an der LMU München. Zu seinen Forschungsschwerpunkten zählt die Philosophie der Antike und der islamischen Welt.

AK181115 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Sonntag, 04.05., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Computerspielstörung, problematische Nutzung sozialer Netzwerke und mehr: Psychologie der Internetnutzungsstörungen

Prof. Dr. Matthias Brand

Die Computerspielstörung wurde unlängst von der WHO als Verhaltenssucht in das

internationale Klassifikationssystem von Erkrankungen aufgenommen.

Über (Online-) Spiele hinausgehend werden auch andere Internetapplikationen suchtartig genutzt, wie beispielsweise Online-Shoppingseiten, soziale Netzwerke und Online-Pornografie.

Im Vortrag werden die aktuellen diagnostischen Kriterien vorgestellt, theoretische Störungsmodelle zusammengefasst und der aktuelle Forschungsstand zu psychologischen und neurobiologischen Prozessen der onlinebezogenen Verhaltenssuchte skizziert. Abschließend werden Ansätze für Prävention und Therapie diskutiert.

Prof. Dr. Matthias Brand, Diplom in Psychologie 1999 an der Universität Koblenz-Landau, 2001 Promotion und 2005 Habilitation an der Universität Bielefeld.

Er ist Professor für Allgemeine Psychologie und Kognition an der Fakultät für Informatik der Universität Duisburg-Essen und Direktor des Erwin L. Hahn Institute for Magnetic Resonance Imaging in Essen. Zudem ist er wissenschaftlicher Leiter des Center for Behavioral Addiction Research (CeBAR) an der Medizinischen Fakultät der Universität Duisburg-Essen.

AK181116 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 07.05., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Der Zeitpächter. Einiges über Goethe und Italien.

Prof. Thomas Steinfeld

Mehrmals geriet Goethe auf seiner italienischen Reise in Situationen, in denen er glauben wollte, aus der eigenen Zeit gefallen und in der Antike oder in einer Art Nicht-Zeit gelandet zu sein.

Wir meinen, dieses Gefühl wiederzuerkennen. Doch so ist es nicht: Goethe hatte, noch dem 18. Jahrhundert gemäß, andere Vorstellungen von Zeit und Geschichte, als wir sie hegen – erkennbar etwa an seiner



Beschreibung italienischer Gasthäuser, an der Schilderung seiner Ankunft auf Sizilien, an seinen Äußerungen über Palladio oder auch an seinen Versuchen, die „Urpflanze“ zu entdecken.

Thomas Steinfeld war Literaturchef der FAZ und anschließend Leiter des Feuilleton der SZ. Von 2006-2018 lehrte er als Professor für Kulturwissenschaften an der Universität Luzern. Er hat u.a. zu Goethe, Italien und Marx viel beachtete Publikationen vorgelegt.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Casa di Goethe in Rom statt.

AK181117 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 14.05., 19:30-21:00 Uhr
Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Der Zeitpächter. Einiges über Goethe und Italien.

Prof. Dr. Otto Kallscheuer

Das Imperium Romanum und die römisch-katholische Kirche verkörpern zwei völlig verschiedene, aber zugleich auch verwandte Institutionen: zwei erfolgreiche Modelle eines politischen / rechtlichen / ethischen Universalismus, der sich im Prinzip an alle Menschen richtet.

Die ewige Stadt zieht ihren Nimbus – und auch ihren kulturellen Reichtum – aus beiden Modellen: aus dem Machtanspruch einer weltlich stabilen Friedensordnung für den ganzen Erdkreis – und aus dem Heilsversprechen einer allen Menschen zugänglichen himmlischen Seligkeit. Der Papst, der römische Chef der katholischen Weltkirche, hat im 19. Jahrhundert zwar jede weltliche Herrschaft aufgeben müssen, seine kirchliche Zentralmacht jedoch weiter verstärkt und perfektioniert. Wie konnte, wie kann dieses Paradox funktionieren?

Prof. Dr. Otto Kallscheuer ist ein deutscher Philosoph und politischer Theoretiker. Er unterrichtete und forschte u.a. an den Universitäten Rom, Princeton, Sassari, Osnabrück und der Columbia University. Er ist Autor

des 2024 bei Matthes & Seitz erschienen Buches „Papst und Zeit: Heilsgeschichte und Weltpolitik“.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Casa di Goethe in Rom statt.

AK181118 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Donnerstag, 15.05., 19:30-21:00 Uhr
Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Der jiddische Witz

Prof. Dr. Jakob Hessing

Der jiddische Witz ist mehr als die Summe der Witze, mit denen Ostjuden über sich selbst lachten. Er ist Geist, „esprit“, ja schwarzer Humor angesichts einer absurden Luftmenschen-Existenz.

Der israelische Schriftsteller und Germanist Jakob Hessing erschließt kurzweilig das ironische Potential der jiddischen Sprache und erklärt, warum jiddischer Witz und jiddische Literatur aufblühten, als das Ostjudentum seiner Vernichtung entgegen ging.

Prof. Dr. Jakob Hessing wurde 1944 im Versteck bei einem polnischen Bauern geboren, wuchs in Berlin auf und emigrierte 1964 nach Israel.

Bis zu seiner Emeritierung 2012 war er Professor und Leiter der Germanistischen Abteilung an der Hebräischen Universität Jerusalem.

Durch Romane, Essays, Übersetzungen aus dem Hebräischen und Zeitungsbeiträge ist er einer größeren Leserschaft bekannt.

AK181119 | Online-Vortrag

mit vhs.wissen live

Montag, 02.06., 19:30-21:00 Uhr
Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei



**vhs.wissen live: Digital. Kriminell.
Menschlich: eine Cyberstaatsanwältin
berichtet**

Jana Ringwald

Der Beruf von Jana Ringwald spielt sich im Verborgenen ab. Die dunkle Seite des Internets, das Darknet, ist ihr Ermittlungsumfeld. Es hat sie zu Deutschlands Cyberstaatsanwältin gemacht.

Ihr Job dreht sich um Daten, Kryptowährungen und Cyberattacken – eine hochkomplexe, für viele unbekannte Welt. Eine Welt, in der die Täter den Strafverfolgungsbehörden immer öfter einen Schritt voraus sind.

Das Problem: Unser Rechtssystem wurde nicht für die komplexe Dynamik der digitalen Datenwelt konzipiert. Der Cyberraum lässt der Justiz nicht genügend Zeit, in der neuen Welt der Cyberkriminalität oder mit den technischen Durchbrüchen Schritt zu halten.

Die Täter sind innovative, kreative Experten, die als digitale Kriminelle auch den digitalen Fortschritt mit vorantreiben. Jana Ringwald wird in ihrem Vortrag zeigen, vor welchen Problemen die Justiz steht und wie heute eine innovative und erfolgversprechende Strafverfolgung aussehen kann.

Jana Ringwald ist Oberstaatsanwältin bei der Zentralstelle zur Bekämpfung der Internetkriminalität (ZIT) der Generalstaatsanwaltschaft Frankfurt am Main. Mit ihrem Team ermittelt sie im Falle von Cyberattacken gegen deutsche Unternehmen und stellte illegal erlangte Kryptowährungen sicher. Sie vertritt das Bundesministerium der Justiz im European Judicial Cybercrime Network bei Eurojust in Den Haag.

AK181120 | Online-Vortrag
mit vhs.wissen live

Mittwoch, 25.06., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei



vhs-seminare-online.de – Doris Opitz

Wichtige Informationen zu den Kursen 185001 bis 185126

Mit unseren Online-Seminaren haben Sie die Möglichkeit, flexibel von Zuhause aus zu lernen. Während der Online-Lernphase erfolgt eine intensive Betreuung durch unsere erfahrene EDV-Dozentin. Sie teilen sich Ihre Lernphasen selber ein (ca. 4 bis 5 Stunden pro Woche).

Etwa zwei Tage vor Beginn des Seminars werden Ihnen die Zugangsdaten zur Lernplattform zugesandt. Mit diesen Daten legen Sie sich einen Zugang auf der Lernplattform an. Der Ihnen zugesandte Einschreibschlüssel ist dann – ab Kursbeginn – im jeweiligen Kurs einzugeben.

Am Montag einer jeden Woche erhalten Sie neues Informationsmaterial über das Programm (in Form von Texten und/oder Videosequenzen) sowie die dazugehörigen Aufgaben, die innerhalb der jeweiligen Woche zu Hause erledigt werden sollten. Die Aufgaben werden von der Dozentin überprüft und Sie erhalten ein entsprechendes Feedback. Sollten Sie innerhalb dieser Zeit beruflich oder privat derart eingespannt sein, dass eine „termingerechte“ Abgabe nicht erfolgen kann, können die Aufgaben selbstverständlich auch später (innerhalb der Kursdauer) nachgereicht werden.

Voraussetzungen:

- das Programm muss auf dem Rechner installiert sein
- Internetanschluss
- eigene E-Mailadresse

Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich damit einverstanden, dass Ihr Name und Ihre E-Mailadresse an die Dozentin weitergeleitet werden.

Weiterführende Techniken und andere Themen unter www.vhs-seminare-online.de.

Kursanmeldung nur über die VHS möglich. Keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich.

Microsoft Office – Excel – Grundlagen

Kursinhalt: Aufbau eines Tabellenblattes, Formatierungen, Sortieren von Daten, Rechnen mit den Grundrechenarten, Prozentrechnung, einfache mathematische und statistische Formeln (Summe, Mittelwert, max, min, runden), relativer/absoluter Bezug, Anlegen eines Benutzerformates, Einsatz einer bedingten Formatierung, Einführung in die WENN-Funktion.

AK185001 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 17.02.-Sonntag, 16.03.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185002 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 17.03.-Sonntag, 13.04.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185003 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 21.04.-Sonntag, 18.05.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185004 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 12.05.-Sonntag, 08.06.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185005 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 07.07.-Sonntag, 03.08.

Online

Gebühr: 198,00 €

Microsoft Office – Excel – weiterführende Techniken Teil 1

Kursinhalt: Komplexere WENN-Funktionen mit Bedingung, verschachtelte Funktionen, Verweisfunktionen (Sverweis, Verweise etc.), Tabellen konsolidieren, Einsatz der Funktionen: summewenn(s), zählenwenn(s) und mittelwert(s) sowie Erstellen einer Matrix(array)formel.



Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse.

AK185006 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 17.02.-Sonntag, 02.03.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185007 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 07.04.-Sonntag, 20.04.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185008 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 09.06.-Sonntag, 22.06

Online

Gebühr: 102,00 €

Microsoft Office – Excel – weiterführende Techniken Teil 2

Kursinhalt: Erstellen unterschiedlicher Diagramme (incl. Sekundärachse), Rechnen mit Datum/Uhrzeit (incl. Zeitberechnung über 24 Stunden), weitere Datumsfunktionen (datedif, Kalenderwoche etc.), Zielwertsuche, Solver.

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse

AK185009 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 24.02.-Sonntag, 09.03.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185010 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 03.03.-Sonntag, 16.03.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185011 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 19.05.-Sonntag, 01.06.

Online

Gebühr: 102,00 €

Microsoft Office – Excel – weiterführende Techniken Teil 3

Kursinhalt: Diverse logische und statistische Funktionen (Häufigkeit, Rang etc.), Erstellen und Filtern einer Datenbank, Datenbankfunktionen (dbmin/max, dbsumme etc.) Text-

funktionen (verketten, glätten etc.), Einführung in Pivot-Tabellen.

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse.

AK185012 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 10.02.-Sonntag, 23.02.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185013 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 10.03.-Sonntag, 23.03.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185014 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 28.04., Sonntag, 11.05.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185015 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 26.05.-Sonntag, 08.06.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185016 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 07.07.-Sonntag, 20.07.

Online

Gebühr: 102,00 €

Microsoft Office – Excel – Pivot-Tabellen – Aufbaukurs

Kursinhalt: Nachdem Sie bereits Ihre ersten Erfahrungen mit Pivot-Tabellen gemacht haben, werden wir uns u. a. mit dem Thema der berechnenden Felder beschäftigen. Sie lernen den Einsatz von Datenschnitten kennen, werden Datumsangaben nach Monaten/Quartalen gruppieren, eine Zeitachse anlegen und die "versteckte" Funktion "Diskrete Anzahl" anwenden. Das Erstellen einer Pivot-Tabelle anhand einer selbstdefinierten Liste runden das Seminar ab.

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse mit Pivot-Tabellen.

AK185017 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 27.01.-Sonntag, 09.02.

Online

Gebühr: 102,00 €



AK185018 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 24.02.-Sonntag, 09.03.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185019 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 24.03.-Sonntag, 06.04.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185020 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 19.05.-Sonntag, 01.06.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185021 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 21.07.-Sonntag, 03.08.

Online

Gebühr: 102,00 €

InDesign CC – Grundlagen

Kursinhalt: Objekte zeichnen und bearbeiten, Farben und Verläufe, Grafik- und Textplatzierung, Anlegen eines individuellen Zeichenformates, Einfügen von Aufzählungszeichen, Tabellen erstellen, Grundlagen des Pfadwerkzeuges, Arbeiten mit Ebenen, Erstellen einer Mustervorlage.

Am Ende des Seminars sind Sie in der Lage u. a. einen Briefbogen, eine Visiten(klapp)karte, einen Handzettel sowie einen beidseitigen Flyer zu erstellen.

AK185101 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 03.03.-Sonntag, 30.03.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185102 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 05.05.-Sonntag, 01.06.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185103 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 14.07.-Sonntag, 10.08.

Online

Gebühr: 198,00 €

InDesign CC – weitere Techniken

Kooperationspartner: vhs-seminare-online.de

Kursinhalt: Excel-Tabellen und Diagramme einfügen, Konturen und Flächen von Tabellen, Bilder in Tabellen einfügen, verschachtelte Zeichen-/Absatzformate, Objektformate, Textumfluss, Initialen, unterschiedliches Spaltenlayout.

Voraussetzung: Grundlagen oder gleichwertige Kenntnisse.

AK185104 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 24.02.-Sonntag, 09.03.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185105 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 28.04.-Sonntag, 11.05.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185106 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 16.06.-Sonntag, 29.06.

Online

Gebühr: 102,00 €

Microsoft Office Word - Serienbriefe

Kursinhalt: Anlegen/verwenden einer Datenquelle aus Word/Excel, Erstellen von einfachen/komplexen Serienbriefen mit Bedingungen, Etikettenausdruck.

Voraussetzung: Word-Grundkenntnisse

AK185107 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 10.02.-Sonntag, 16.02.

Online

Gebühr: 51,00 €

AK185108 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 28.04.-Sonntag, 04.05.

Online

Gebühr: 51,00 €

AK185109 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 16.06.-Sonntag, 22.06.

Online

Gebühr: 51,00 €



Microsoft Office Word – weiterführende Techniken

Kursinhalt: Erstellen und Bearbeiten von Tabellen und Tabulatoren, Spaltenlayout, Einfügen von Grafiken und SmartArts, individuelle Aufzählungszeichen und Symbole, Kopf- und Fußzeilen, Erstellen eines beidseitigen Flyers, eines Aushangzettels und einer Einladung.

Voraussetzung: Word-Grundkenntnisse

AK185110 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 24.02.-Sonntag, 16.03.

Online

Gebühr: 153,00 €

AK185111 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 05.05.-Sonntag, 25.05.

Online

Gebühr: 153,00 €

AK185112 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 23.06.-Sonntag, 13.07

Online

Gebühr: 153,00 €

Microsoft Office Word – „Wissenschaftliche“ Arbeiten

Kursinhalt: Erstellen einer Formatvorlage, Inhalts- und Abbildungsverzeichnis, Index, Zitate, Fuß- und Endnoten, Einfügen und Bearbeiten von Diagrammen, Textmarken und Hyperlinks innerhalb eines Dokumentes, Erstellen und Bearbeiten von Schnellbausteinen.

Voraussetzung: Word-Grundkenntnisse

AK185113 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 24.02.-Sonntag, 09.03.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185114 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 05.05.-Sonntag, 18.05.

Online

Gebühr: 102,00 €

AK185115 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 14.07.-Sonntag, 27.07.

Online

Gebühr: 102,00 €

Microsoft Office – PowerPoint – Professionell Präsentieren

Kursinhalt: Anlegen einer neuen Präsentation, Texteingabe und -bearbeitung, Einfügen, Kopieren, Verschieben von Folien, Folienlayout und -design, Einfügen und Bearbeiten von Grafiken, Diagrammen und Tabellen.

Verschiedene Einsatzmöglichkeiten von SmartArts, Erstellen einer Master-Vorlage, Drucken der Präsentation, der Hand- und Notizzettel, Anlegen eines Inhaltsverzeichnisses mit Verlinkung, Abspeichern bzw. Weitergabe der fertigen Präsentation, Bildschirmpräsentation mit Animationen von Texten und grafischen Elementen, besondere Animations-Effekte („highlighten“ von Bereichen, Zoomen in Bereiche).

AK185116 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 27.01.-Sonntag, 23.02.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185117 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 17.03.-Sonntag, 13.04.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185118 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 05.05.-Sonntag, 01.06.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185119 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 21.07.-Sonntag, 17.08.

Online

Gebühr: 198,00 €

Einführung in die Bildbearbeitung mit Affinity Photo – die preiswerte Alternative zu Photoshop (ohne Abo!)

Affinity Photo bietet Ihnen alle Werkzeuge, die Sie als Fotograf brauchen. RAW-Entwicklung, Farb-, Kontrast- und Belichtungskorrekturen, Werkzeuge zum Freistel-



len, Arbeiten mit Auswahlen, Ebenen und Masken, Öffnen und Bearbeiten von Photo-shop-Dateien in Affinity und vieles mehr.

Kursinhalt:

- Anpassung der Arbeitsoberfläche
- Farb-, Kontrast- und Belichtungs-Korrekturen
- Arbeiten mit den Auswahlwerkzeugen
- Texteingabe- und bearbeitung
- Einführung in Ebenen, Masken und Filtern.

AK185120 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 27.01.-Sonntag, 23.02.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185121 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 03.03.-Sonntag, 30.03.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185122 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 28.04.-Sonntag, 25.05.

Online

Gebühr: 198,00 €

AK185123 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 16.06.-Sonntag, 13.07.

Online

Gebühr: 198,00 €

che mathematische und statistische Formeln, relativer/absoluter Bezug, Einführung in die WENN-Funktion, Diagrammerstellung.

8.-10. Woche: PowerPoint

Folienlayout und Designs, Texteingabe und -gestaltung, Einfügen von grafischen Objekten sowie Audio- und Videodateien, Erstellen von Diagrammen, Bildschirmshow mit Folienübergängen und Animation.

AK185124 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 03.03.-Sonntag, 11.05.

Online

Gebühr: 475,00 €

AK185125 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 12.05.-Sonntag, 20.07.

Online

Gebühr: 475,00 €

AK185126 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 30.06.-Sonntag, 07.09.

Online

Gebühr: 475,00 €

Microsoft Office Kompakt

Kursinhalt: In diesem Seminar lernen Sie die Grundfunktionen der Programme Word, Excel und PowerPoint in kompakter Form kennen.

1.-3. Woche: Word Grundlagen

Texte erfassen, speichern, Textpassagen kopieren und einfügen, Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung. Tabellen anlegen und bearbeiten, Einsatz von Tabulatoren, Einfügen und Bearbeiten von Grafiken, Erstellen einfacher Serienbriefe.

4.-7. Woche: Excel Grundlagen

Aufbau eines Tabellenblattes, Formatierungen, Sortieren von Daten, Rechnen mit den Grundrechenarten, Prozentrechnung, einfa-



Xpert Business-Zertifikatskurse

Kaufmännische Weiterbildung mit anerkannten Abschlüssen

Mit Xpert Business erreichen Sie bundesweit anerkannte Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüsse auf IHK-Niveau. Die hochwertigen Zertifikate und Abschlüsse qualifizieren Sie für ein erfolgreiches berufliches Weiterkommen. Das wissen Arbeitgeber und Personalentscheider besonders zu schätzen. In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

Im Xpert Business LernNetz lernen Sie im Live-Webinar von einem erfahrenen Online-Dozenten.

An den Live-Webinaren können Sie von zu Hause aus teilnehmen.

Die Live-Webinare finden immer dienstags und donnerstags statt.

Die Unterrichtsskripte sind im Kursentgelt enthalten.

Es ist keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich.

Prüfungs- und Zertifikatskosten in Höhe von 100,00 € sind gesondert zu zahlen.

Xpert Business Abschlüsse Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (DE)				Buchhalterin (DE)			Managerin (DE) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Interne Rechnungslegung	Externes Rechnungslegen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalterin	Personal- und Lohnbuchhalterin	Finanz- und Lohnbuchhalterin	Rechnungslegen und Controlling	Rechnungslegen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanderstellung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●	●		●
Personalwirtschaft					●				●
Personale Kompetenz	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirkkreis vortragen								●

Finanzbuchführung 1 (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z.B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Vorkenntnisse: Keine

AK185402 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr

Live-Webinar

24 Termine, 64 UE

Gebühr: 340,00 €

Finanzbuchführung 2 (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs wer-



den die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt wurden.

AK185403 | Online-Kurs
mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr
Live-Webinar
22 Termine, 58,67 UE
Gebühr: 320,00 €

Finanzbuchführung mit DATEV (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, Jahresabschlussbuchungen vorzunehmen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur DATEV Software online.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt wurden.

AK185404 | Online-Kurs
mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr
Live-Webinar
16 Termine, 42,67 UE
Gebühr: 250,00 €

Lohn und Gehalt 1 (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sach-

bezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

Vorkenntnisse: Keine

AK185405 | Online-Kurs
mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr
Live-Webinar
24 Termine, 64 UE
Gebühr: 340,00 €

Lohn und Gehalt 2 (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs "Lohn und Gehalt 1" vermittelt wurden.

AK185406 | Online-Kurs
mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr
Live-Webinar
22 Termine, 58,67 UE
Gebühr: 320,00 €

Lohn und Gehalt mit DATEV (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Hilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Daten-



übermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur DATEV Software online.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt wurden.

AK185407 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr
Live-Webinar
16 Termine, 42,67 UE
Gebühr: 260,00 €

Kosten- und Leistungsrechnung (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt wurden.

AK185408 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr
Live-Webinar
20 Termine, 53,33 UE
Gebühr: 300,00 €

Bilanzierung (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens

auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs "Finanzbuchführung 2" vermittelt wurden.

AK185409 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr
Live-Webinar
20 Termine, 53,33 UE
Gebühr: 300,00 €

Controlling (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt wurden.

AK185410 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr
Live-Webinar
20 Termine, 53,33 UE
Gebühr: 300,00 €

Personalwirtschaft (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass so-



wohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Vorkenntnisse: Keine

AK185411 | Online-Kurs

mit N.N.

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr

Live-Webinar

20 Termine, 53,33 UE

Gebühr: 300,00 €

AK185414 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr

Live-Webinar

11 Termine, 29,33 UE

Gebühr: 185,00 €

**Betriebliche Steuerpraxis (Live-Webinar)
mit Xpert Business Zertifikat**

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigsten betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

Vorkenntnisse: Keine

AK185413 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.03., 18:30-20:30 Uhr

Live-Webinar

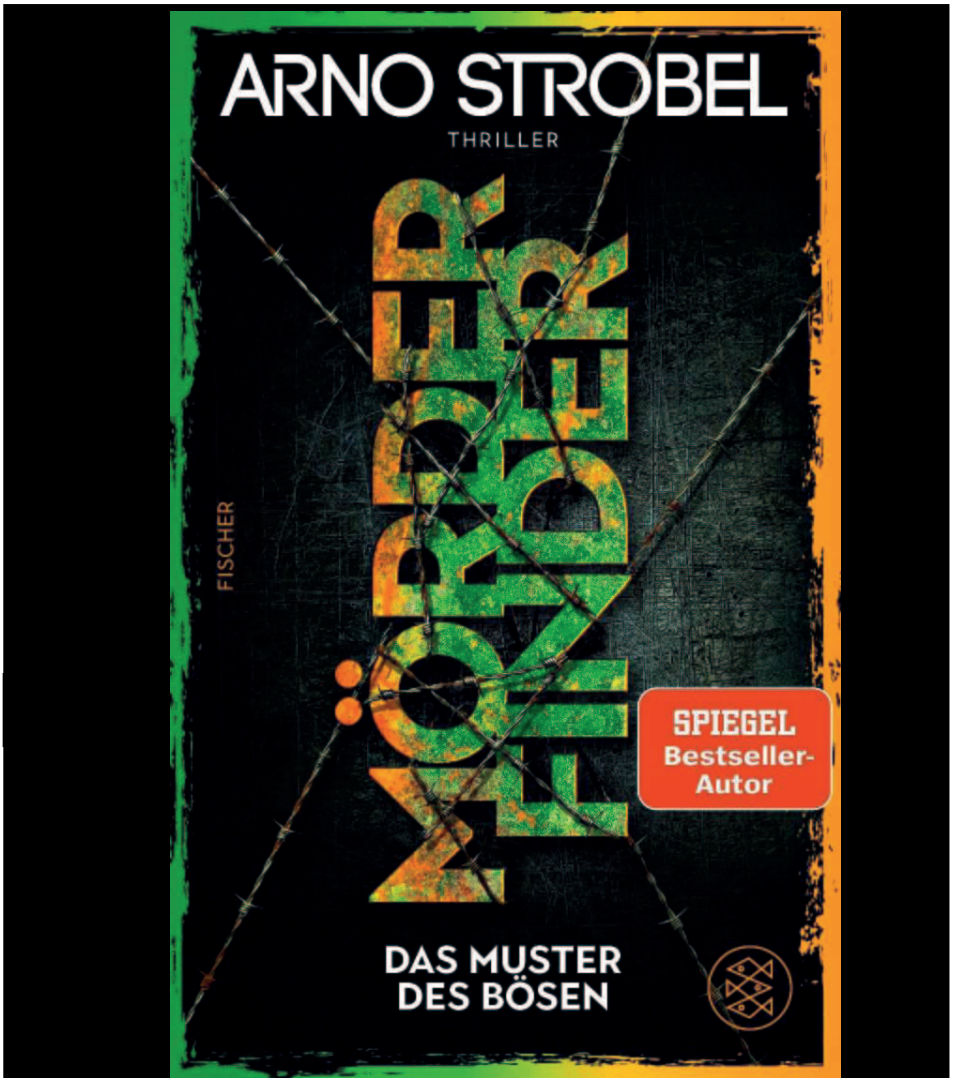
22 Termine, 58,67 UE

Gebühr: 290,00 €

**Einnahmen-Überschussrechnung (Live-Webinar)
mit Xpert Business Zertifikat**

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Vorkenntnisse: Keine



Lesung – mit Arno Strobel

Mörderfinder „Das Muster des Bösen“

Dienstag, 18.03.2025
Stadthalle Beverungen
Saal Bever, 19:00 Uhr
Gebühr: 16,00 €



Anmeldungen Online per QR-Code, in der VHS-Geschäftsstelle oder direkt bei der Buchhandlung LESBAR

Autorenlesung

zum neuen Kurzkrimi-Band

Germeter
Begegnungen!



Ein Abend mit
kabarettistischer Plauderei
und hinter Sinnigem Humor

© Foto: Adithied Prinke

Samstag

22.03.

19:30 Uhr

Warburg-
Germete
Pfarrheim

12 Euro
freie Platzwahl



vhs  Zweckverband
Diemel-Egge-Weser

 **Bücherei
Germete**
Kath öffentliche Bücherei

Anmeldungen Online per QR-Code,
über www.vhs-dew.de oder in der VHS-Geschäftsstelle

Autorenlesung

Ungewöhnliches und Unterhaltsames aus OWL

Germeter
Begegnungen 



Freitag

25.04.

19:30 Uhr

Warburg-

Germete

Pfarrheim

16 Euro

freie Platzwahl

© Verlag



vhs  Zweckverband
Diemel-Egge-Weser



**Bücherei
Germete**

Kath öffentliche Bücherei

Anmeldungen Online per QR-Code,
über www.vhs-dew.de oder in der VHS-Geschäftsstelle



Das Magazin für Kultur und Gesellschaft

Lesefreude
verschenken

www.westfalenspiegel.de/
geschenkaboo entdecken

