

Mehr als nur eine Bank

v-vb.de

Wo Regionalität, Nachhaltigkeit und Gemeinschaft Ihr *Plus* sind.

Wir sind weit mehr als nur ein Finanzinstitut.
Wir sind Ihre **Bank plus X**. Was uns auszeichnet?
Das gewisse Extra. Als dynamische Genossen-
schaftsbank verbinden wir modernes Banking
mit echter Nähe zur Region – im und für den
Kreis Höxter.



 Vereinigte
Volksbank eG

Meine
Bank
plus 



vhs  50 Jahre
Zweckverband
Diemel-Egge-Weser



VHS • Programm Herbst 2025 • Anmeldung ab 14.07.2025

Programm Herbst 2025

VHS • Programm Herbst 2025
Anmeldung ab 14.07.2025

www.vhs-dew.de

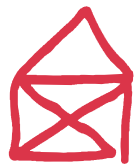


Wo das Leben Platz nimmt.

Ihr Esstisch. Ihr Mittelpunkt.



NATURA HOME



2000 m² 2 Etagen
WohnSINN
Möbel Pollmann Warburg

I D E E N F Ü R Z U H A U S E



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



Eine sichere Bank.

Die Welt verändert sich –
Ihre Sparkasse bleibt für Sie da.

Seit jeher sind wir eine verlässliche Partnerin
in unserer Region. Mit Erfahrung und
Beständigkeit sorgen wir dafür,
dass Ihre finanzielle Sicherheit
jederzeit gewährleistet ist.

sparkasse-pdh.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Paderborn-Detmold
Höxter

Programmverzeichnis

• Teilnahmebedingungen.....	2
• Datenschutzbestimmungen.....	4
• VHS Team.....	6
• Informationen zu Präventionskursen.....	7
• Qualitätsmanagement	8
• Anmeldeformular	9
• Deutsch als Fremdsprache.....	12
• Informationen zum Bildungsscheck.....	14



Politik, Gesellschaft und Umwelt

• Politik und Gesellschaft.....	18
• Geschichte und Heimatgeschichte.....	20
• Recht und Finanzen.....	24
• Bildung für nachhaltige Entwicklung.....	26
• Persönlichkeitsentwicklung und Pädagogik.....	27
• Religion.....	28
• Länder und Heimatkunde.....	29
• Natur, Umwelt und Technik.....	31



Kultur und Gestalten

• Kultur.....	36
• Literatur	36
• Theater in Warburg.....	39
• Meisterkonzerte Warburg.....	40
• Kunst und Handwerk.....	42
• Foto- und Medienpraxis	51
• Musikpraxis	53



Arbeit und Beruf

• IT Grundlagen.....	105
----------------------	-----



Eltern- und Familienbildung

• Fortbildung, Vorträge.....	113
• Entspannungskurse.....	114
• Kochkurse.....	115
• Wassergewöhnung und Schwimmkurse.....	115
• Turnkurse.....	117



Gesundheit

• Vorträge, Sport und Spiel	59
• Entspannungskurse	60
• Fitnesskurse	71
• Tanzpraxis	75
• Selbstverteidigung	78
• Wasserkurse	78



Online Seminare- E-Learning

• vhs.wissen live.....	121
• vhs seminare-online.....	130
• Xpert Business.....	135



Ernährung

• Vorträge/Betriebsbesichtigungen	83
• Kochkurse.....	85
• Tastings.....	93



Sprachen

• Deutsch.....	97
• Englisch.....	97
• Französisch.....	99
• Italienisch.....	99
• Schwedisch.....	100
• Niederländisch.....	100
• Portugiesisch.....	101
• Spanisch.....	101

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.

3.0 Teilnehmerbegrenzung und Mindestteilnehmerzahl

- 3.1. In teilnehmerbegrenzten Kursen wird die Anmeldung ungültig, wenn der Kurs schon ausgebucht ist. In diesem Fall erfolgt eine Benachrichtigung.
- 3.2. 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 2. Semester 2025 beginnen am **Montag, den 1. September 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.

Datenschutzbestimmungen

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:

Thomas Hackler, thomashackler@gmail.com, Tel.: 0173/2501567

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.

Leitung und Geschäftsstellen:

Vorsitzender der Verbandsversammlung:

Hubertus Grimm, Bürgermeister der Stadt Beverungen



Zweckverband Diemel-Egge-Weser
Warburg • Beverungen • Borgentreich • Willebadessen

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

Christina Floren

Tel.: 05641 92-1711

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 Kassin

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 scheiden 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 März 2025 wurde das 2. Überwachungsaudit nach DIN EN ISO 9001:2015 sowie das 2. Überwachungsaudit der Trägerzulassung nach AZAV erfolgreich durchgeführt.

Unser Qualitätsmanagement ist dokumentiert in einer Onlinedokumentation und in Verfahrensanweisungen 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 Vorstandsvorsteher, 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
Weserstr. 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 zurückzahlen, 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

50 Jahre

vhs  Zweckverband
Diemel-Egge-Weser



Deutsch als Fremdsprache



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Integrationskurse nach dem Zuwanderungsgesetz

Der VHS-Zweckverband Diemel-Egge-Weser ist durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge als Träger von Integrationskursen 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)



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 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

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



Warum BeSte Stadtwerke?

Unser Versprechen: Faire Preise, guter Service und nachhaltige Produkte!

Ihre Kundenberaterin
Gerda Besse

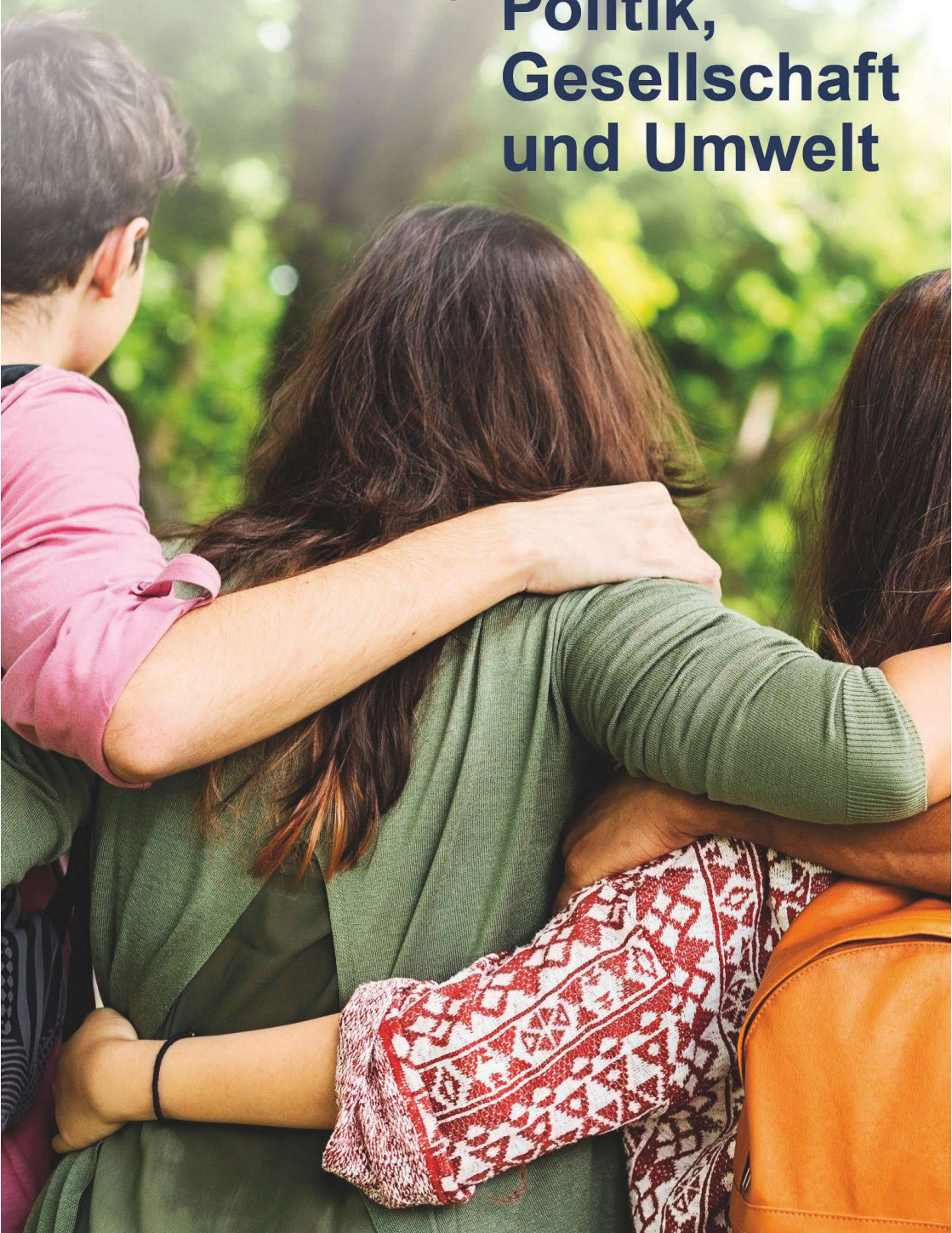


Jetzt zu Ihrem regionalen
Energieversorger wechseln!





Politik, Gesellschaft und Umwelt



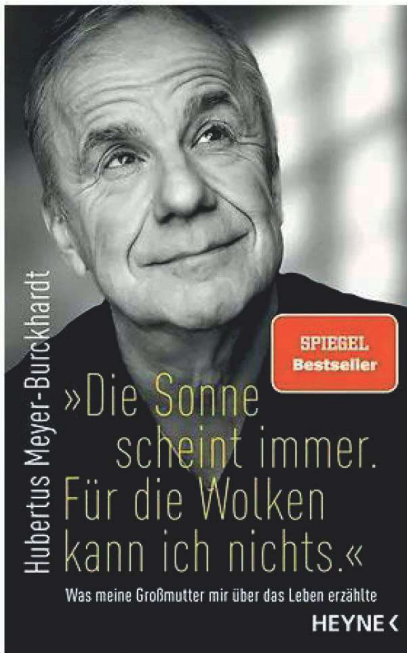


Foto © penguin.de

VHS-Forum 2025

Sonntag

7. September 2025

18.00 Uhr

Aula, Gymnasium
Marianum

(Brüderkirchhof 7, 34414 Warburg, Eingang Hinter der Mauer Süd)

Begrüßung:
Hubertus Grimm,
Bürgermeister der Stadt Beverungen und
Vorsitzender der VHS-
Zweckverbandsversammlung

Hubertus Meyer-Burckhardt – Lesung, Vortrag und Gespräch: „Die Sonne scheint immer. Für die Wolken kann ich nichts“

Hubertus Meyer-Burckhardt, geboren 1956 in Kassel, ist ein preisgekrönter Film- und TV-Produzent, Manager in der Medienbranche, Schriftsteller und seit mehr als 15 Jahren Moderator der „NDR Talk Show“.

„Wenn Sie unbedingt auf Ihr Volk stolz sein möchten, empfehle ich Ihnen den Beruf des Imkers.“ Mit diesem Satz prostete Christel Vollbrecht, Jahrgang 1898 und die Großmutter von Hubertus Meyer-Burckhardt, ihrem Gegenüber in der Weinstube Boos zu, wo sie nahezu jeden Abend saß. Wenn sie nicht gerade im Beiwagen einer Moto Guzzi kauerte und dem Fahrer befahl: „Schneller. Fahren Sie doch bitte endlich schneller!“

Ein Leben auf der Überholspur, rebellisch, unangepasst, voller Lebensfreude und unglaublich stark und mutig: So erinnert sich Hubertus Meyer-Burckhardt an seine geliebte Großmutter, die ihn wie kein anderer Mensch geprägt hat. Er erzählt in autobiographischen Episoden von einer Frau, die ihrer Zeit voraus war: eine zärtliche Liebeserklärung und eine Spurensuche nach den Antriebsfedern des eigenen Lebens.

Der Eintritt ist frei.

Eine Veranstaltung von – In Zusammenarbeit mit – Mit freundlicher Unterstützung der



Politik & Gesellschaft

VHS-Forum: Lesung, Vortrag und Gespräch mit Hubertus Meyer-Burckhardt – in Zusammenarbeit mit den Germeter Begegnungen

„Wenn Sie unbedingt auf Ihr Volk stolz sein möchten, empfehle ich Ihnen den Beruf des Imkers“. Mit diesem Satz protestete Christel Vollbrecht, Jahrgang 1898 und die Großmutter von Hubertus Meyer-Burckhardt, ihrem Gegenüber in der Weinstube Boos zu, wo sie nahezu jeden Abend saß. Wenn sie nicht gerade im Beiwagen einer Moto Guzzi kauerte und dem Fahrer befahl: „Schneller. Fahren Sie doch bitte endlich schneller!“.

Ein Leben auf der Überholspur, rebellisch, unangepasst, voller Lebensfreude und unglaublich stark und mutig: So erinnert Hubertus Meyer-Burckhardt – TV-Produzent, Bestsellerautor und Gastgeber der NDR-Talkshow – an seine geliebte Großmutter, die ihn wie kein anderer Mensch geprägt hat. Wie ging sie mit der Welt um, die zweimal vor ihren Augen zerbrach? Was gab sie ihrem Enkel mit auf seinen Lebensweg? Und wäre es nicht wunderbar, hätten wir in der heutigen Zeit wieder mehr Menschen ihres Kalibers? Menschen mit einer unbedingten Liebe zum Leben, mit Witz, Widerspruchsgeist und Charakter.

Hubertus Meyer-Burckhardt erzählt in autobiographischen Episoden von einer Frau, die ihrer Zeit voraus war: eine zärtliche Liebeserklärung und eine Spurensuche nach den Antriebsfedern des eigenen Lebens.

AL100100 | VHS-Forum

mit Hubertus Meyer-Burckhardt

Sonntag, 07.09., 18:00-20:00 Uhr
Warburg, Aula des Gymnasium Mari-
anum

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: gebührenfrei

Erfolgreich starten: Einsteigerkurs für neue Dozenten und Interessierte

Möchten Sie Ihre Leidenschaft für das Lehren entdecken oder Ihre Fähigkeiten als Dozent erweitern? Dann laden wir Sie herzlich zu diesem Kurs ein! Sie erhalten wertvolle Einblicke in die Welt der Erwachsenenbildung, lernen bewährte Methoden und haben die Gelegenheit, sich mit anderen engagierten Teilnehmern auszutauschen. Egal, ob Sie bereits Erfahrung im Unterricht haben oder ganz neu in diesem Bereich sind – dieser Kurs bietet Ihnen die perfekte Grundlage, um selbstbewusst in die Lehre zu starten.

AL100101 | Kurs

mit Dr. Alexander Akel

Donnerstag, 04.09., 02.10., 30.10.,
27.11. und 15.01.2026

Warburg, Rathaus, Zwischen den Städ-
ten 9, Seminarraum III

5 Termine, 10 UE

Gebühr: gebührenfrei

Wir – als Zeitzeugen: Diskussionsrunde zum aktuellen politischen Geschehen

Hier treffen sich interessierte Teilnehmer, um über aktuelle Fragen der ökonomischen und militärischen Krisen in Europa sowie im Nahen Osten und 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. Basis zur Diskussion sind Vorträge, Erfahrungsberichte und ausgewählte Texte.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL100103 | Kurs

mit Dr. Ingeborg Philipper

Mittwoch, 24.09., 22.10. und 12.11.,
jeweils von 18:30-20:00 Uhr

Warburg, „Zweite Heimat“ (Hauptstr. 45)

3 Termine, 6 UE

Gebühr: 12,00 €



Mit dem Esel Fritz unterwegs. Gedanken und Geschichten vom Pilgerweg – Ein Abend mit Klaus Lange

Was geschieht, wenn man sich mit einem Esel auf den Weg macht – von Kloster zu Kloster, langsam, Schritt für Schritt, abseits vom Alltag? Klaus Lange hat genau das getan. Begleitet von seinem Esel Fritz ist er durch die Landschaft gezogen, hat geschaut, gelauscht, nachgedacht – und seine Eindrücke unterwegs festgehalten.



Bild © Klaus Lange

An diesem besonderen Abend teilt er einige dieser Erlebnisse, Gedanken und Begegnungen, die auf seinem Weg entstanden sind – ehrlich, direkt und manchmal auch berührend. Das Gespräch wird durch Kristina Krost begleitet. Ein Blick auf das, was passiert, wenn man sich aufmacht und wirklich unterwegs ist. Ein Abend zum Zuhören, Nachspüren und Mitgehen.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL100104 | Vortrag

mit Klaus Lange, Kristina Krost
Mittwoch, 05.11., 18:00-20:00 Uhr
Borgentreich-Körbecke, Pfarrheim (Liebenauer Str. 1)
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: gebührenfrei

Besichtigung einer Alpaka-Herde

Bei einem Vortrag und einem Besuch bei der Alpaka-herde wird über die Geschichte

und Herkunft sowie die Haltung und Zucht der Alpakas erzählt. Eingegangen wird auf die Schur- und Wollproduktion sowie auf die vielseitigen Verwendungsmöglichkeiten der Wolle.

Im Anschluss besteht auch die Möglichkeit, die Wollprodukte im Alpakalädchen zu erwerben. Die Veranstaltung ist geeignet für Kinder ab 6 Jahren.

AL100105 | Kurs

mit Manfred Dierkes
Donnerstag, 18.09., 15:30-17:30 Uhr
Borgentreich-Manrode, Zur Trift 11
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 10,00 €

Vortrag: Bestattung – klassisch oder alternativ? Möglichkeiten der Gestaltung und Vorsorge

Bestattungen sind so individuell wie das Leben – und doch werden viele Entscheidungen oft unter Zeitdruck und in emotional belastenden Situationen getroffen. Diese Veranstaltung lädt dazu ein, sich frühzeitig mit den eigenen Vorstellungen rund um das Lebensende auseinanderzusetzen.

Eine erfahrene Bestatterin, Rita Riepe, informiert über klassische und alternative Bestattungsformen – von der traditionellen Erdbestattung bis hin zu Natur-, See- oder Baumbestattung. Dabei geht es auch um neue Wege im Abschiednehmen, etwa persönlich gestaltete Trauerfeiern oder flexible Abläufe abseits starrer Vorgaben.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Vorsorge zu Lebzeiten: Welche Entscheidungen können im Vorfeld getroffen werden? Wie lässt sich der Ablauf planen? Welche Informationen sind für Angehörige hilfreich? Und wie kann man sich unverbindlich Angebote einholen? Konkrete Kosten werden in der Veranstaltung nicht behandelt, da diese stark variieren können.



Ziel ist es, Orientierung zu geben, Möglichkeiten aufzuzeigen und zur selbstbestimmten Auseinandersetzung mit dem Thema anzuregen.

Hinweis: Die Veranstaltung richtet sich an alle, die sich offen und ohne Tabus mit Bestattung und Vorsorge beschäftigen möchten – unabhängig vom Alter oder persönlicher Lebenssituation.

AL100106 | Vortrag

mit Rita Riepe

Mittwoch, 17.09., 19:00-20:30 Uhr
Borgentreich, Hesena Domizil (Heidemühlenweg 6)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

AL100107 | Vortrag

mit Rita Riepe

Mittwoch, 08.10., 19:00-20:30 Uhr
Peckelsheim, Sitzungssaal des Rathauses

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

Tue Gutes – und schreibe darüber

Ob Schriftführer, Pressesprecherin oder freiwillige Texterin – viele Engagierte kümmern sich in ihren Vereinen darum, dass über die Aktivitäten ihrer Gruppe berichtet wird. Denn was nicht in der Zeitung steht, bleibt oft unsichtbar. Doch wie wird aus einer guten Aktion eine gute Geschichte?

Der Kurs mit Simone Flörke, Redaktionsleiterin einer Tageszeitung im Kreis Höxter, richtet sich an alle, die Vereinsnachrichten in die Presse bringen möchten. Dabei geht es um die Frage, was für einen Bericht tatsächlich relevant ist, wie ein gelungenes Foto aussehen sollte, welche typischen Fehler besser vermieden werden – und wie eine Pressemitteilung aufgebaut sein kann, damit sie bei der Redaktion Interesse weckt.

Der Abend bietet einen theoretischen Überblick sowie einen praktischen Teil mit Tipps aus dem Redaktionsalltag.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL100108 | Kurs

mit Simone Flörke

Dienstag, 23.09., 19:00-20:30 Uhr
Borgentreich, Rathaus, Sitzungssaal

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

Geschichte & Heimatgeschichte

Vortrag im Museum im „Stern“: Warburg vor 100 Jahren – 1925

Die Jahre von 1924 bis 1929 werden in Deutschland gemeinhin als Goldene Zwanziger bezeichnet. Der Vortrag richtet den Fokus auf das Jahr 1925: Was ereignete sich vor 100 Jahren in Warburg? Was trieb die Menschen um? Die Bekämpfung der Inflation, aber auch Neubauprojekte bestimmten die Stadtgeschennisse. Die Kursteilnehmer erhalten einen Einblick in das Jahr 1925 und lernen die Geschichte Warburgs vor 100 Jahren kennen.



Bild © Hansestadt Warburg

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

AL110101 | Vortrag

mit Dr. Alexander Schwerdfeger-Klaus

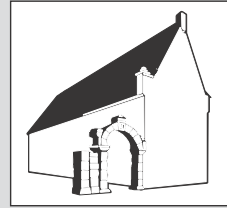
Mittwoch, 19.11., 19:00-20:30 Uhr
Warburg, Beyer-Saal im Museum im „Stern“

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 5,00 €



Museum im „Stern“ Ausstellungsprogramm 2025 – 2. Hälfte



13.07.2025 – 07.09.2025

Geschichte wird nicht nur geschrieben.

Die Schlacht bei Warburg in der Kartografie

Wird Geschichte nur geschrieben? Historische Karten stellten in der Regel die Erdoberfläche oder andere Himmelskörper dar, zusätzlich konnten thematische Karten aber auch ein bestimmtes Thema verbildlichen. So findet sich die Schlacht bei Warburg von 1760 auf unterschiedlichen Kriegskarten der Kontrahenten. Aus der Sammlung von Dr. Helmut Lohmann werden diese Karten gezeigt und der Verlauf der Kämpfe erläutert.

21.09.2025 – 23.11.2025

Einer Wüstung auf der Spur.

Archäologische Funde aus Papenheim

Die Wüstung Papenheim ist heute mit dem bloßen Auge kaum mehr zu erkennen. Unter der Erde schlummern aber Spuren der einstigen Siedlung und ihrer Bewohner. Stefan Drese macht sich als Hobby-Sondengänger auf die Suche nach diesen Überbleibseln. Er konnte so bedeutende Funde zutage fördern, die über Jahrhunderte reichen und von der Geschichte Papenheims erzählen.

05.12.2025 – 25.01.2026

Einblicke.

Aus dem Kunstunterricht Warburger Schulen

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

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

E-Mail: museum@warburg.de

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



Vortrag im Museum im „Stern“: „Als der Fußball noch in den Kinderschuhen steckte“ – Warburger Fußballgeschichte von 1918-1945

In seinem neuen Buch hat sich Hubertus Grimm der Aufgabe angenommen, die Fußballgeschichte Ostwestfalens in der Zeit von 1918 bis 1945 aufzuarbeiten. Dabei stand der Autor vor einer komplizierten Aufgabe, denn das heute so fest umrissene Gebiet der Kreise Minden, Herford, Gütersloh, Lippe, Paderborn und Höxter sowie der kreisfreien Stadt Bielefeld war vor 1945 verwaltungstechnisch ganz anders aufgeteilt, sodass die dort spielenden Fußballvereine nicht nur in unterschiedlichen Verbänden, sondern auch noch in unterschiedlichen Regionen spielten.

In seinem Vortrag wird Hubertus Grimm neben den allgemeinen Entwicklungen im Fußball dieser Zeit speziell den Fußball im Altkreis Warburg darstellen. Bisher wurde die Fußballgeschichte des Kreises Warburg noch nicht aufgearbeitet, sodass der Autor hier Neuland betritt. Sein Ziel ist es, mit diesem Buch allen Vereinen in Ostwestfalen die Möglichkeit zu geben, ihre Vereinsgeschichte insbesondere in der Anfangszeit richtig aufzuarbeiten und Quellen zu nutzen, die bisher nicht zugänglich waren. Dafür hat Hubertus Grimm für jeden einzelnen Kreis eine Beilage als Zusammenfassung der jeweiligen Fußballgeschichte erstellt.

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

AL110102 | Vortrag

mit Hubertus Grimm

Donnerstag, 06.11., 19:00-20:30 Uhr
Warburg, Beyer-Saal im Museum im „Stern“

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Exkursion zur Gedenkstätte Stalag 326 (VI K) in Schloß Holte-Stukenbrock

Die besondere Bildungsfahrt führt zur Gedenkstätte Stalag 326 (VI K) in Stukenbrock-Senne. Dieses ehemalige Kriegsgefangenenlager zählt zu den wichtigsten historischen Orten in Nordrhein-Westfalen und steht heute im Zentrum der Erinnerung an die Opfer des Zweiten Weltkriegs – insbesondere an die vielen sowjetischen Kriegsgefangenen, die dort unter unmenschlichen Bedingungen litten und starben. Nach dem Kriegsende wurde das Stalag 326 in Stukenbrock zunächst als Internierungslager für NS-Funktionäre durch die britische Besatzungsmacht genutzt (1945–1948). Ab 1948 diente es als Auffanglager für deutsche Vertriebene und Flüchtlinge. Seit 1996 befindet sich dort eine Gedenk- und Dokumentationsstätte, die an das Leid der Gefangenen erinnert.

-Begrenzte Teilnehmerzahl!-

Achtung: Eine Voranmeldung ist zwingend erforderlich, unangemeldete Teilnehmer können nicht mitfahren. Alle Teilnehmer müssen einen gültigen Personalausweis für die Besichtigung mitführen.

AL110103 | Exkursion

mit Werner Dürdoth

Freitag, 26.09., Treffpunkt: 13.00 Uhr in Borgentreich an der Schützenhalle, die Rückkehr ist für ca. 18.00 Uhr geplant.
Borgentreich, Schützenhalle
1 Termin, 4,67 UE
Gebühr: 10,00 €

Kunst und Kulturgeschichte am Freitagnachmittag: Arolsen Archives – ein Stück Weltgeschichte

Die 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.



Bild © Arolsen Archives

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

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

AL110104 | Exkursion

mit Andzelika Kassin

Freitag, 10.10., 13:00-17:00 Uhr

Warburg, Schützenplatz

1 Termin, 3,33 UE

Gebühr: 7,00 €

Entdecke das „Haus der Demokratie“ in Gieselwerder – ein tiefgreifender Einblick in die Geschichte und Werte

Das „Haus der Demokratie“ am Mühlenplatz 7 in Gieselwerder entwickelt sich immer mehr zu einem Treffpunkt für die Menschen im Wesertal. 2022 vom Landkreis Kassel gekauft, soll es ein deutliches Zeichen gegen die Ausbreitung von rechtsextremistischen Bestrebungen in der

Gemeinde setzen. Seitdem entwickelt sich das „Haus der Demokratie“ zu einem Ort der Begegnung, Vielfalt und Teilhabe.

Wir besichtigen gemeinsam das „Haus der Demokratie“ und bekommen dabei einen tiefgreifenden Einblick in dessen Geschichte, Herausforderungen und Bedeutung für die Stärkung demokratischer Werte in der Gemeinde.

Die Teilnehmenden treffen sich um 13:00 Uhr auf dem Schützenplatz in Warburg zwecks Bildung von Fahrgemeinschaften.

AL110105 | Exkursion

mit Dr. Alexander Akel

Freitag, 24.10., Treffpunkt: 13.00 Uhr in

Warburg am Schützenplatz zwecks Bil-

dung von Fahrgemeinschaften, die

Rückkehr ist für ca. 18.00 Uhr geplant.

Warburg, Schützenplatz

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 9,00 €

„Weißt du noch...?“ – Erinnerungsspaziergang über den Warburger Burgfriedhof

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL110106 | Exkursion

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Sonntag, 17.08., 10:00-12:00 Uhr

Warburg, Emil-Herz-Platz

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 5,00 €

„Kuck mal wer da kuckt!“ – Gesichter einer Stadt (Teil 2)

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

Treffpunkt: Warburg, Marktplatz Altstadt.



Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL110107 | Exkursion

mit Rudi Ryll

Samstag, 23.08., 14:00-16:00 Uhr

Warburg, Altstadtmarktplatz

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 5,00 €

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.

AL110108 | Exkursion

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Freitag, 05.09., 15:00-17:00 Uhr

Warburg, Emil-Herz-Platz

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 5,00 €

Stadtführung: (Verschwundene) Orte der Beverunger Geschichte

Gemeinsam mit dem Ortsheimatpfleger Christoph Reichardt begeben wir uns auf eine Spurensuche durch Beverungen. Entdecken Sie Orte, die einst das Stadtbild prägten und heute verschwunden oder in Vergessenheit geraten sind. Bei der Führung werden bewegte Kapitel der Stadtgeschichte angesprochen, Erinnerungen aufgefrischt und Unsichtbares wieder sichtbar gemacht. Ein Stadtspaziergang für alle, die Beverungen mit neuen Augen sehen möchten.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL100102 | Exkursion

mit Christoph Reichardt

Dienstag, 23.09., 17:30-19:00 Uhr

Beverungen, Kellerplatz

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 7,00 €

Recht & Finanzen

Vortrag „Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht“ – rechtzeitige Vorsorge erspart Angehörigen Sorgen und Nöte

Viele Menschen wünschen sich im Falle einer schweren todbringenden Krankheit, in deren Verlauf sie ihren eigenen Willen nicht mehr bekunden können, dass die Behandlung nach ihren Wünschen und Vorstellungen erfolgt. Mit anderen Worten, sie wünschen eine schriftliche Vorabverfügung oder eine Person, die in ihrem Sinne Entscheidungen trifft. Auf diese Weise können sie Einfluss auf eine spätere ärztliche Behandlung nehmen und damit ihr Selbstbestimmungsrecht wahren, auch wenn sie zum Zeitpunkt der Behandlung nicht mehr ansprechbar und nicht mehr einwilligungsfähig sind.

Die Informationen zum Thema sind teilweise verwirrend in ihrer Vielfalt und in ihren Inhalten. Der Vortrag gibt daher einen umfassenden Überblick auf der Grundlage von Informationen der Ärztekammer Westfalen-Lippe und des Bundesministeriums der Justiz.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL110302 | Vortrag

mit Dr. Hans-Henning Kubusch

Mittwoch, 03.09., 18:15-19:45 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.



Bild © Pixabay (Michael Wunsch)

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.

AL110304 | Vortrag

mit Matthias Ebert

Dienstag, 25.11., 18:00-21:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 14,00 €

Vortrag: „Grundzüge des Arbeitsrechts“

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 Arbeitsverhältnis, 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.

AL110305 | Vortrag

mit Till Koch

Donnerstag, 09.10., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Vortrag der Verbraucherzentrale NRW im Kreis Höxter: „Immobilienfinanzierung – jetzt eine Immobilie kaufen?“

Die finanziellen Herausforderungen künftiger „Häuslebauer“ sind weiterhin durch vergleichsweise hohe Zinsen und auf hohem Niveau stagnierende Immobilienpreise gekennzeichnet.

Wo die Reise in 2025 hingeht, ist schwer einzuschätzen. Die Situation hat sich im Vergleich zur Niedrigzinsphase, die bis Ende 2021 andauerte, gravierend verändert. Aus Sicht der Verbraucherzentrale NRW sollte das „Pferd nicht von hinten aufgezügelt“ werden. Es kommt vielmehr darauf an, ausführlich und ohne Emotio-



nen die Frage nach der möglichen, langfristig tragfähigen monatlichen Belastung für Zins und Tilgung zu beantworten. Denn in der Regel dauert es 30 Jahre bis das Eigentum schuldenfrei ist.

Thomas Hentschel von der Verbraucherzentrale NRW informiert in unserem Onlinenvortrag über die wesentlichen Punkte einer soliden Finanzierung. Das sind unter anderem:

Welche monatliche Belastung ist tragfähig?

Welches Fremdkapital kann damit finanziert werden?

Welche Zinsbindung ist empfehlenswert?

Wie hoch sollte das Eigenkapital sein?

Welche Förderungen können in Betracht kommen?

Thomas Hentschel ist Diplom-Volkswirt. Als Referent für Finanzen bei der Verbraucherzentrale NRW zählen Immobilienfinanzierung, Geldanlage und private Altersvorsorge zu seinen Themenfeldern.

Moderation: Ute Delimat, Leiterin Verbraucherzentrale NRW im Kreis Höxter – mobil & digital und Ulrich Wille, VHS-Stellenleiter in Beverungen.

AL110306 | Vortrag-Hybrid

mit Ute Delimat, Ulrich Wille

Donnerstag, 16.10., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Rathaus/Sitzungssaal (Weserstr. 12)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

Vortrag: „Vererben oder Verschenken – welche Möglichkeiten gibt es, 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 Rechts-

anwalt 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.

AL110307 | Vortrag

mit Till Koch

Donnerstag, 27.11., 18:00-20:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 10,00 €

Bildung für nachhaltige Entwicklung

Vortrag der Verbraucherzentrale NRW im Kreis Höxter: Starkregen, Überschwemmung, Rückstau – was muss ich tun? Wie kann ich meine Immobilie schützen?

Bei heftigen Gewittern und Starkregeneignissen kann sich Wasser auf versiegelten Straßen und Hofflächen aufstauen und von außen in Gebäude eindringen.



Bild © Pixabay (Stefan Bernsmann)

Außerdem kann bis auf Höhe des Straßenniveaus, der sogenannten Rückstauenebene, aufgestautes Abwasser aus dem Kanal über Ablaufstellen in tief gelegene



Räume fließen, wobei oft große Schäden entstehen: Möbel und Elektrogeräte werden zerstört, Räume durch das Schmutzwasser beschädigt und liebgegewonnene Erinnerungsstücke vernichtet.

Wie sich Grundstückseigentümer vor diesen Folgen wirksam schützen können und welche rechtlichen oder versicherungstechnischen Aspekte beachtet werden sollten, beantwortet Fatma Özkan, Starkregenexpertin der Gruppe Klimaanpassung der Verbraucherzentrale NRW in einem Online-Seminar für Ratsuchende.

Die Referentin Fatma Özkan wird für den Vortrag und die anschließende Diskussion live zugeschaltet und beantwortet alle Fragen der Gäste vor Ort in Beverungen.

Moderation: Ute Delimat, Leiterin Verbraucherzentrale NRW im Kreis Höxter – mobil & digital und Ulrich Wille, VHS-Stellenleiter in Beverungen.

AL110408 | Vortrag-Hybrid

mit Ute Delimat, Ulrich Wille

Mittwoch, 01.10., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Rathaus/Sitzungssaal (Weserstr. 12)

1 Termin,
Gebühr: gebührenfrei

Vortrag: „Die Energiewende in der Region“

Ein neuer „rotierender Phasenschieber“ im Umspannwerk Würzgassen, neue Hochtemperaturleiterseile für eine höhere Stromtragfähigkeit der 380.000-Volt-„Überlandleitung“ im Raum Beverungen – der Übertragungsnetzbetreiber TenneT informiert und diskutiert über die Frage: Was bedeutet die Energiewende für die Region?

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL110409 | Vortrag

mit TenneT TSO GmbH

Mittwoch, 24.09., 18:00-20:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: gebührenfrei

Workshop: „Katastrophenschutz und Krisenvorsorge“

In diesem informativen Workshop geben das Technische Hilfswerk (THW) und die Kreisverwaltung einen praxisnahen Einblick in den modernen Katastrophenschutz. Teilnehmende erfahren, wie sie sich und andere im Krisenfall effektiv schützen und vorbereiten können – von der persönlichen Notfallvorsorge bis zur Zusammenarbeit mit Behörden und Einsatzkräften.

Ein Angebot für alle, die Verantwortung übernehmen wollen – für sich selbst und die Gemeinschaft.

AL110410 | Workshop

mit THW & Kreisverwaltung

Montag, 22.09., 18:00-20:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: gebührenfrei

Persönlichkeitsentwicklung & Pädagogik

Kleiner Hundeführerschein für Kinder (von 6 bis 8 Jahren)

In diesem Kurs sollen die Kinder die Umgangsregeln mit Hunden erlernen. Dazu zählen die Körpersprache des Hundes, die Fütterung und das Kennenlernen der Rassen. Gemeinsam wird gespielt, gelesen und Rätsel gelöst. Die Kinder lernen, von wem der Hund abstammt, wie Hunde gehalten werden sollten und welche Hundeburfe es gibt. Zum Abschluss des Kurses



bekommt jeder eine Urkunde und einen Hundeführerschein.

Im Kurs wird die Dozentin zusammen mit ihrem Golden-Retriever-Labrador „Rosi“ arbeiten, die eine ausgebildete Besuchshündin ist. Der eigene Hund kann nicht mitgebracht werden. Der Veranstaltungsort wird rechtzeitig bekannt gegeben.

AL110502 | Kurs

mit Annabell Lohregel

Mittwoch, 01.09., 17:30-18:30 Uhr
Willebadessen-Fölsen, Pfarrheim
6 Termine, 8 UE
Gebühr: 40,00 €

AL110503 | Kurs

mit Annabell Lohregel

Mittwoch, 27.10., 17:30-18:30 Uhr
Willebadessen-Fölsen, Pfarrheim
6 Termine, 8 UE
Gebühr: 40,00 €

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 zulegen oder die Pfote zu verbinden. Schautafeln und Übersichten ergänzen das Angebot.



Bild © Johanniter

Sie lernen unter anderem Wichtiges über:

- das Erkennen von Krankheiten und Not-situationen
- die Normalwerte des Hundes
- die Eigensicherung des Hundehalters
- die richtige Ausstattung der Hundeapotheke
- 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.

Es ist keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich!

AL110504 | Kurs

mit Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Sonntag, 16.11., 10:00-15:30 Uhr
Beverungen, Johanniter-Schulungsraum
Beverungen (Dalhauser Str. 3)
1 Termin, 7,33 UE
Gebühr: 44,00 €

Religion

Besinnungstag – DIE BIBEL: Die Psalmen – in Zusammenarbeit mit der Benediktinerinnen-Abtei vom Heiligen Kreuz Herstelle

Vor ca. viereinhalb Jahrtausenden sind diese Gebete entstanden: Fragend, dankend, klagend, auch anklagend tragen sie das Leben vor Gott, bitten um Hilfe und danken für erfahrenen Beistand. Sie bringen ins Wort, was das Leben kostbar und hell, was es schwer und mühsam macht.



Wir wollen miteinander schauen, wie und ob diese Lieder des Glaubens auch uns heute Hilfe zum Leben sein können. 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: Freitag, 14.11.2025.

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

Es ist keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich!

AL110800 I Kurs

mit Sr. Angela Gamon

Samstag, 22.11., 10:00-17:00 Uhr
Herstelle, Kloster/Gästehaus (Carolus-Magnus-Str. 9)
1 Termin, 8 UE
Gebühr: 28,00 €

Länder & Heimatkunde

Faszination Orient – 1001-Nacht-Reise nach Dubai und Abu Dhabi

Bei Nacht in einer Dhau durch den Dubai Creek fahren, die größten Wasserspiele der Welt genießen, kiloschweren Goldschmuck in den Schaufenstern des Gold-Souk bestaunen, hohe Dünen in der Wüste erklimmen – all dies können Sie in diesem Reisebericht des Weltenbummlers Horst Thiel an Ihrem heimischen PC miterleben.

Unvergessliche Höhepunkte seiner mehrmaligen Reisen im Jahr 2024 sind der Be-

such des Louvre Abu Dhabi samt der Cartier-Sonderausstellung, die Oase Al Ain, der Regierungspalast und die schneeweiße Sheik-Zayed-Grand-Moschee aus Carrara-Marmor. Besonders eindrucksvoll ist zudem der traumhafte nächtliche Blick vom Burj Khalifa, dem mit 828 Metern höchsten Gebäude der Welt.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL110900 I Vortrag

mit Horst Thiel

Freitag, 12.09., 19:00-20:30 Uhr
Beverungen, Online
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Ein Sonntagsausflug auf dem Edersee-Bahnweg mit Stadtführung in Fritzlar

Dass man an einem Tag mit dem Rad weit herkommen und viel Schönes entdecken kann, zeigt diese nicht alltägliche Sonntagstour. Wir starten um 8:30 Uhr am Altstädter Marktplatz in Warburg, radeln ins „Fürstentum Waldeck“ nach Volkmarsen (12 km), steigen (9:23 Uhr) dort in die Regionalbahn nach Korbach. Dann geht es mit dem Rad auf der wunderschönen, ehemaligen Bahntrasse durchs Waldecker Land hinab zur Eder bei Affoldern (28 km). Nach einer Picknickpause an der Eder geht es weiter auf dem Eder-Radweg nach Fritzlar (18 km).



Bild © Wilfried Bott

Die altherwürdige „Kaiserstadt“ ist als das Kleinod unter den Fachwerkstädten bekannt. Einen ersten Eindruck davon erhal-



ten wir bei einer Mittagspause in einer der vielen Gaststätten am Marktplatz. Gegen 14:30 Uhr werden wir auf einer besonderen Stadtführung Interessantes zur Geschichte und zum heutigen Leben in der alten Domstadt erfahren. Ab 16:30 Uhr radeln wir nach Wabern (8 km), um dort mit der Bahn über Kassel zurück nach Volkmarsen bzw. Warburg zu fahren. Wer jedoch Lust und Laune hat, radelt ca. 2,5 Stunden von Fritzlar auf schönen Radwegen durchs Wolfhager Land zurück in die Heimat (ca. 50 km).

Die reine Radstrecke beträgt 60 km (110 km mit Rückreise). Die Kosten für Bahnticket und Stadtführung (ca. 15,00 € bis 20,00 €) sind nicht in der Kursgebühr enthalten und müssen am Veranstaltungstag vor Ort entrichtet werden. Die Teilnehmer erhalten einen Kartenausdruck mit Tourdaten.

Bitte mitbringen: eigenes Fahrrad (Tourenrad oder E-Bike empfohlen, Durchschnittsgeschwindigkeit 18km/h), Fahrradhelm, Picknick für unterwegs.

-Begrenzte Teilnehmerzahl!

AL110901 | Exkursion

mit Wilfried Bott, im NABU engagierter Förster i.R., Doris Hauck

Sonntag, 21.09., Treffpunkt: 8:15 Uhr
Altstädter Marktplatz in Warburg, Rückkehr gegen 19:30 Uhr
Warburg, „Altstadt-Café“ (Am Markt 9a)
1 Termin, 5 UE
Gebühr: 12,00 €

Kanada – Neuseeland – Hongkong: In 40 Tagen um die Welt

Folgen Sie der Sonne und reisen Sie mit dem Weltenbummler Horst Thiel aus Bad Driburg einmal um die Erde – immer gen Westen, zunächst in den Indian Summer Westkanadas, dann in das Land der langen weißen Wolke, Neuseeland.

Wandern Sie durch subtropische Vegetation, fliegen Sie per Helikopter auf den

längsten Gletscher der Südhalbkugel, erleben Sie eine Sonnenfinsternis in Auckland und fahren Sie mit dem Kanu durch einen der regenreichsten Orte der Welt, durch die Fjorde der Doubtful Sounds. Weiter führt die Reise gen Westen nach Hongkong, in die pulsierende Weltstadt mit britischer Vergangenheit.

AL110902 | Vortrag

mit Horst Thiel

Montag, 24.11., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Lichtbildervortrag: Faszinierendes Marokko – mit dem Fahrrad erlebt, mit der Kamera und dem Herzen festgehalten

Am Rande Afrikas gelegen reizt uns Marokko mit seinen vielfältigen Landschaften vom grünen hügeligen Norden über den oft schneebedeckten Atlas mit seinen tiefen Schluchten und ewig weiten Hochtälern hin zu den Rändern der Sahara mit raumgreifenden Palmenoasen, zeitlosen Steinwüsten und himmelweiten Sanddünen.



Bild © Wilfried Bott

Doch sind es die Begegnungen mit den Menschen, die den Charme und Zauber dieser Reise prägen. Mit dem Rad unterwegs trennt einem weder Windschutzscheibe noch Motorradhelm von der allgegenwärtigen Gastfreundschaft im Lande.



Wie ein Wunder, so scheint es, hat sich das traditionelle Leben in den Städten und auf dem Lande in großen Teilen erhalten: bunte Märkte, Nomaden mit ihren Ziegenherden, Bauern mit dem Holzpflug hinterm Muli, reges Leben in den labyrinthischen Gassen der Medina, tausendjährige muslimische Baukunst.

Dabei ist das Land mit bequemen Straßen und Unterkünften flächig überzogen – eine traumhafte Grundlage für eine Radreise in diese uns doch fremde Welt.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Voranmeldung.

AL110903 | Vortrag

mit Wilfried Bott, im NABU engagierter Förster i.R., Doris Hauck

Freitag, 19.09., 19:30-21:00 Uhr
Warburg, „Zweite Heimat“ (Hauptstr. 45)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Natur, Umwelt & Technik

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.

AL111000 | Vortrag

mit Barbara Siebrecht

Dienstag, 23.09., 19:30-21:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

„Schnitt der Gartengehölze“

In vielen Gärten sieht man im Winter die hilflosen, manchmal schädlichen und oft erfolglosen Schnittversuche an Gartengehölzen. Mit etwas mehr Wissen kann hier der Garten verschönert und viel Arbeit gespart werden.

Was können Schnittmaßnahmen erreichen? Wann sind sie notwendig oder sinnvoll? Wie werden sie fachgerecht durchgeführt? Welche Geräte benötigt man?

Was ist zu beachten beim Schnitt von Obstgehölzen, Beerensträuchern, Nadelgehölzen, Kletterpflanzen, Rosen und Ziersträuchern?

Der Kurs umfasst zwei Theorieabende und einen Praxistermin in einem Gartengelände. Der Praxisort wird am zweiten Kursabend bekanntgegeben.

AL111001 | Kurs

mit Barbara Siebrecht

Mittwoch, 29.10. und Mittwoch, 05.11.,
19:30-21:00 Uhr (Theorie)
Samstag, 08.11., 9:30-11:00 Uhr (Praxis)
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
3 Termine, 6 UE
Gebühr: 24,00 €

Obstbaumschnitt

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



Bild © Lisa Heyn (<https://nachhaltig.osnabrueck.de>)



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).

AL111002 I Kurs

mit Ulrich Engemann

Samstag, 15.11., 12:00-15:00 Uhr
Peckelsheim, Streuobstwiese in Eissen
(Zum Südholz 5, hinter dem Gehöft,
Motorrad-Platz)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 12,00 €

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 Unfallverhütungsvorschriften
- 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 – Kopfschutzkombinati-

on mit Gehör- und Gesichtsschutz (EN 397:1995, -30°C), Schnittschutzhose (Typ A, EN 381), Schutzhandschuhe und Sicherheitsschuhe mit Schnittschutzklasse 1 (keine Arbeitsschuhe!).

AL111003 I Kurs

mit Martin Werner

Freitag, 05.09., 18:30-20:45 Uhr (Theorie) und Samstag, 06.09., 08:30-15:45 Uhr (Praxis/mit Pausen)
Borgentreich, Bauhof, Keggenriede 2
2 Termine, 12 UE
Gebühr: 66,00 €

-Anmeldeschluss ist Fr., 29.08.2025!-

AL111004 I Kurs

mit Martin Werner

Freitag, 17.10., 18:30-20:45 Uhr (Theorie) und Samstag, 18.10., 09:00-15:45 Uhr (Praxis/mit Pausen)
Beverungen-Wehrden, Feuerwehrgerätehaus
2 Termine, 12 UE
Gebühr: 66,00 €

-Anmeldeschluss ist Fr., 10.10.2025!-



Bild © Pixabay (Markus Spiske)



Kultur und Gestalten



CINEPLEX

WARBURG

Seniorenkino

Samstag, 8. November

um 14.30 Uhr

Kaffee und Kuchen ab 13.45

Der Konzertfilm exklusiv im Kino

50 JAHRE

**ROLAND
KAISER**

EIN LEBEN FÜR DIE MUSIK



**EINTRITT
10,00 €**

Vorherige Anmeldung dringend erbeten unter:

WWW.CINEPLEX.DE/WARBURG
TELEFON: 05641-740888

WIR | vhs Zweckverband Diemel-Egge-Weser

SUCHEN SIE

ALS DOZENT/-IN

STANDORTE

Warburg • Beverungen • Borgentreich • Willebadessen

KONTAKT

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser
Rathaus Zwischen den Städten 9
34414 Warburg • info@vhs-dew.de



Kultur

Schach, das „Unsterbliche Spiel“ – Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger

Das ABC des „Königlichen Spiels“ in hantischem Ambiente erlernen, auffrischen und vertiefen. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger bzw. Wiedereinsteiger (ab 10 Jahren).



Bild © Karl Kniest

Vermittelt werden Basiswissen sowie die Auffrischung vorhandener Kenntnisse.

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.

AL120002 | Kurs

mit Dr. Karl Kniest

Mittwoch, 03.09., 17:00-18:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Sitzungssaal
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 59,00 €

AL120003 | Kurs

mit Dr. Karl Kniest

Mittwoch, 12.11., 17:00-18:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städ-

ten 9, Sitzungssaal
2 Termine, 4 UE
Gebühr: gebührenfrei

Literatur

„Mein Lieblingsbuch“ – Kurt Salamun: Ein Jahrhundertdenker. Karl R. Popper und die offene Gesellschaft

Im Kurs tauchen wir gemeinsam in die faszinierende Welt von Karl R. Popper ein. Lernen Sie seine Ideen zur offenen Gesellschaft, Wissenschaft und Demokratie kennen und diskutieren Sie mit anderen Interessierten. Der Kurs bietet eine spannende Gelegenheit, tiefe Einblicke in Poppers Philosophie zu gewinnen und aktuelle gesellschaftliche Fragen aus einer neuen Perspektive zu betrachten.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL120201 | Kurs

mit Dr. Alexander Akel

Donnerstag, 11.09., 19:00-20:30 Uhr
Warburg, „Café Johannes“ im Küstergarten (Burggraben 73)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

„Mein Lieblingsbuch“ – Scholem Alejchem: Das bessere Jenseits

„Das bessere Jenseits“ vereint vier Erzählungen des wohl bekanntesten Schriftstellers jüdischer Literatur, der durch seinen Roman „Tewje der Milchmann“ und die folgende Adaption zum Musical „Anatevka“ Weltruhm erlangte.

Den Erzählungen ist gemeinsam, dass die kleinen und großen Sorgen des Alltags in lebensbejahende Heiterkeit aufgelöst werden.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

**AL120202 | Kurs**

mit Dr. Andreas Knoblauch-Flach
 Donnerstag, 09.10., 19:00-20:30 Uhr
 Warburg, „Café Johannes“ im Küstergarten (Burggraben 73)
 1 Termin, 2 UE
 Gebühr: 5,00 €

**„Mein Lieblingsbuch“ – Peter Sis:
 Nicky & Vera – Ein stiller Held des
 Holocaust und die Kinder, die er ret-
 tete**

Im Dezember 1938 sagt der junge Engländer Nicolas Winton seinen Skiurlaub ab. Er fährt stattdessen nach Prag und rettet in den darauffolgenden Wochen und Monaten fast 700 jüdische Kinder vor den Nazis. Eine Lebensgeschichte von Menschlichkeit, Anstand und Mut.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL120203 | Kurs

mit Joachim Geritzen
 Donnerstag, 13.11., 19:00-20:30 Uhr
 Warburg, „Café Johannes“ im Küstergarten (Burggraben 73)
 1 Termin, 2 UE
 Gebühr: 5,00 €

**„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 haften 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 ge-

winnen 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“.

AL120204 | Kurs

mit Michael Schwarzwald, Dr. Alexander Akel
 Donnerstag, 11.12., 19:00-20:30 Uhr
 Warburg, „Café Johannes“ im Küstergarten (Burggraben 73)
 1 Termin, 2 UE
 Gebühr: 5,00 €

**„Mein Lieblingsbuch“ – Barbara
 Bleisch: Mitte des Lebens. Eine Phi-
 losophie der besten Jahre**

Barbara Bleisch ist bekannt als Moderatorin der beliebten SRF-Sendung „Sternstunde Philosophie“. In ihrem aktuellen Buch wirft sie einen klugen und einfühlsamen Blick auf die Stationen unseres Lebenslaufs – mit besonderem Fokus auf die „besten Jahre“. Sie entdeckt die Lebensmitte als eine Phase der „Fülle, in der wir zu den freiesten Jahren unseres Lebens anheben können – vorausgesetzt, dass wir ihren existenziellen Fragen nicht aus dem Weg gehen, die sie aufwerfen“.

Wir wollen Ihnen dieses Buch gerne vorstellen, das uns sehr inspiriert hat. Bei der Lesung hören Sie Passagen, die uns besonders bewegt haben – und wir laden Sie ein, mit uns ins Gespräch zu kommen.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL120205 | Kurs

mit Dr. Ingeborg Philipper, Petra Rietz
 Donnerstag, 22.01., 19:00-20:30 Uhr
 Warburg, „Café Johannes“ im Küstergarten (Burggraben 73)
 1 Termin, 2 UE
 Gebühr: 5,00 €



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 21.10.2025 und beschäftigt sich dabei mit „Der große Gatsby“ von F. Scott Fitzgerald. Die weiteren Termine und Bücher werden in gemeinsamer Absprache festgelegt.

AL120206 | Kurs

mit Dr. Andreas Knoblauch-Flach
Dienstag, 21.10., 18:15-19:45 Uhr
Beverungen, Buchhandlung „LESBAR“
(Weserstr. 7)
4 Termine, 8 UE
Gebühr: 25,00 €



Bild © Pixabay (Ron Porter)

**BUCH
HAND
LUNG** **LESBAR**
ANDREA VRSALJKO

Wiesent. 7
37688 Beverungen
Fon 05273 366 922

Fax 05273 366 920
www.lesbar-beverungen.de
info@lesbar-beverungen.de

LESEN VERWEILEN GENIEßEN

„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



01515 4162977

Theater in Warburg – Spielzeit 2025/2026



„Kardinalfehler“

Kirchenkomödie in zwei Akten von Alistair Beaton und Dietmar Jacobs
mit Gerd Silberbauer, Hans Machowiak u.a.
Euro-Studio Landgraf
Dienstag, 04. November 2025, 20:00 Uhr, Pädagogisches Zentrum

„Achtsam Morden“ (1. Buch)

Nach dem Bestsellerroman von Karsten Dusse (Fassung Bernd Schmidt)
mit Martin Lindow, Stephan Bürgi, Yael Hahn
Euro-Studio Landgraf
Dienstag, 03. Februar 2026, 20:00 Uhr, Pädagogisches Zentrum

„Biedermann und die Brandstifter“

Lehrstück ohne Lehre von Max Frisch
mit Peter Bause, Hellena Büttner u.a.
Euro-Studio Landgraf
Dienstag, 03. März 2026, 20:00 Uhr, Pädagogisches Zentrum

„Miss Daisy und ihr Chauffeur“

Schauspiel von Alfred Uhry
mit Doris Kunstmann, Ron Williams, Hans Machowiak
Tournée-Theater Thespiskarren
Dienstag, 12. Mai 2026, 20:00 Uhr, Pädagogisches Zentrum

Abonnementverkauf ab Montag, 08. September 2025, im Verwaltungsgebäude der Hansestadt Warburg bei Frau Rütters-Engemann, Bahnhofstr. 28, 34414 Warburg, Zimmer 418, Tel.: 05641-921418.

Der Einzelkartenverkauf beginnt 3 Wochen vor dem jeweiligen Aufführungstermin in der Tourist-Information auf dem Neustadt-Marktplatz.



Warburger Meisterkonzerte – Saison 2025/2026

WARBURGER MEISTERKONZERTE

Brentano Orchester Frankfurt

Sonntag, 28. September 2025

19:30 Uhr, Aula Gymnasium Marianum

Clarke Duo

Lina Kochskämper (Flöte), Viktor Soos (Klavier)

Freitag, 14. November 2025

19:30 Uhr, Aula Gymnasium Marianum

„Gefördert durch den Deutschen Musikwettbewerb,
ein Projekt des Deutschen Musikrats.“

Aris Alexander Blettenberg (Klavier)

Samstag, 24. Januar 2026

19:30 Uhr, Aula Gymnasium Marianum

Cuarteto SolTango

Samstag, 14. März 2026

19:30 Uhr, Aula Gymnasium Marianum

Minguet Quartett

Ulrich Isfort (Violine), Aida-Carmen Soanea (Viola),

Matthias Diener (Violoncello)

Freitag, 24. April 2026

19:30 Uhr, Aula Gymnasium Marianum

Aktuelle Informationen hierzu finden Sie unter: www.warburger-meisterkonzerte.de

*Abonnementverkauf bei Frau Rütters-Engemann, Hansestadt Warburg, Bahnhofstr. 28,
34414 Warburg, Zimmer 418, Tel.: 05641-921418.*



Autorenlesung mit Rebekka Frank „Stromlinien“ – in Zusammenarbeit mit der Buchhandlung LESBAR

Wie schwer wiegt ein Geheimnis? Der neue Roman „Stromlinien“ von Rebekka Frank erzählt über Lebensentscheidungen, die uns auseinandertreiben oder für immer verbinden können. Enna und Jale sind in den Elbmarschen zu Hause. Sie leben im Rhythmus von Ebbe und Flut, beobachten Kormorane und Austernfischer und zählen die Tage, bis ihre Mutter Alea aus der Haft entlassen wird. Als es endlich so weit ist, verschwinden Alea und Jale spurlos. Enna begibt sich auf die Suche und durchkämmt entschlossen das Alte Land, ohne zu ahnen, dass dieser Weg sie für immer verändern wird.

Rebekka Frank, 1988 in Kassel geboren, hat unter den Pseudonymen Rebbeka Eder und Rebbeka Knoll bereits mehrere Romane und Jugendbücher veröffentlicht. Im Frühjahr 2020 war sie mit ihrem Roman „Blaue Nächte“ zu Gast in der LESBAR. Bei ihrem zweiten Besuch im Frühjahr 2022 stellte sie ihr Werk „Die Schokoladenfabrik...“ vor. Auch ihr drittes Buch „Das Echo der Gezeiten“ stellte sie im Herbst 2024 in der LESBAR vor.

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.

AL120207 | Kurs

mit Rebekka Frank

Donnerstag, 25.09., 19:00-20:30 Uhr
Beverungen, Buchhandlung „LESBAR“
(Weserstr. 7)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 12,00 €

Autorenlesung mit Meike Werkmeister: „Über den Wolken wohnen die Träume“ – in Zusammenarbeit mit der Buchhandlung LESBAR

Erleben Sie große Gefühle im sonnigen Kalifornien – Meike Werkmeister bringt romantisches Sommerfeeling direkt zu Ihnen!

In ihrem neuen Roman „Über den Wolken wohnen die Träume“ geht es um die 17-jährige Morlen, die nach Cardiff-by-the-Sea, einen kleinen Küstenort südlich von Los Angeles, fliegt. Hier ist alles anders, viel größer als zu Hause auf Norderney: die riesigen Häuser und Palmen, die riesigen Pazifikwellen.

Heather, eine alte Freundin ihrer Mutter, empfängt sie mit offenen Armen. Doch die Stimmung zwischen Heather und ihrem Ehemann Gary ist längst nicht so entspannt wie das kalifornische Wetter. Während Morlen versucht, ihre Gefühle für Surferboy Charlie und Gastbruder Tom zu sortieren, träumt Heather insgeheim davon, selbst nochmal ein Abenteuer zu erleben. Gehen Sie zusammen mit Morlen und Heather der Frage nach, ob beide ihr Glück finden werden.

Meike Werkmeister ist eine vielseitige Autorin, die bereits als Redakteurin, Kolumnistin und freie Journalistin für Magazine wie „Emotion“ und „Brigitte“ geschrieben hat. Außerdem war sie als Ghostwriterin und Sachbuchautorin tätig. 2019 schrieb sie mit ihrem Debüt „Sterne sieht man nur im Dunkeln“ (Goldmann Verlag) ihren ersten Bestseller. Seitdem widmet sie sich hauptberuflich dem Schreiben von Romanen und steht regelmäßig auf der SPIEGEL-Bestsellerliste. Sie lebt mit ihrer Familie in Hamburg und fährt, wann immer es die Zeit zulässt, an die Nordsee, wo sie oft auch Ideen für ihre Geschichten findet.

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. Es ist keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich!

AL120208 I Kurs

mit Meike Werkmeister

Donnerstag, 06.11., 19:00-20:30 Uhr
Beverungen, Buchhandlung „LESBAR“
(Weserstr. 7)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 12,00 €

Autorenlesung mit Jürgen Reitemeier und Wolfram Tewes „Heiße Luft“ – in Zusammenarbeit mit der Buchhandlung LESBAR

Ein ganzes Dorf in Aufruhr. Am Abend der Bundestagswahl geht ein Bauernhof in Flammen auf. Ein Mann kann nur noch tot geborgen werden. Unfall oder Selbstmord? Der Ex-Polizist Jupp Schulte hat gute Gründe, von Mord auszugehen. Welche Rolle spielt ein ehemaliger Freund des Toten? Wurde er vom Toten so provoziert, dass er zum Äußersten bereit war? Wie ist der heftige Streit zwischen der Witwe und ihrer Schwiegermutter zu erklären? Und warum sollen auf einmal ganz viele Windräder im Dorf entstehen? Wer steckt hinter diesen Plänen?

Jürgen Reitemeier, 1957 im westfälischen Warburg geboren, absolvierte nach einer Ausbildung zum Elektromaschinenbauer ein Studium der Elektrotechnik, Wirtschaft und Sozialpädagogik in Paderborn und Bielefeld. Er arbeitet als Coach und Erwachsenenbildner in seinem Unternehmen „modul b“ in Detmold. Zusammen mit Wolfram Tewes verfasst er erfolgreiche Lippe-Krimis um ein Detmolder Ermittlerteam.

Wolfram Tewes, geboren 1956 in Pockelsheim/Westfalen, arbeitete bei der Norderneyer Badezeitung und war seit 1987 bei der Neuen Westfälischen tätig. Mittlerweile ist er im Ruhestand. Er hat 30 Jahre in Horn-Bad Meinberg im wunder-

schönen Lipperland gewohnt, nun zieht es ihn aber mit seiner Frau nach Bielefeld. „Schweinebande“ ist nach „Schützenfest“ und „Totensonntag“ der dritte Teil ihrer Krimireihe, die in Paderborn und dem westfälischen Umfeld spielt.

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.

AL120209 I Kurs

mit Jürgen Reitemeier

Dienstag, 25.11., 19:00-20:30 Uhr
Beverungen, Buchhandlung „LESBAR“
(Weserstr. 7)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 12,00 €

Kunst & Handwerk

„Nebel: Urstoff der Phantasie“ – Nebenschleier verdecken und enthüllen unerwartete Perspektiven

Malerei in Farbschichten mit Lasurtechniken: Aquarell- oder Acrylmalerei oder Öl mit lasierenden Malmitteln. Benötigt wird ein Skizzenbuch, Farben, Pinsel, Papier oder Leinwand für die bevorzugte Technik.



Bild © Pixabay (Ylanite)

Begrenzte Teilnehmerzahl!

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

**AL120700 | Kurs**

mit Udalrike Hamelmann, Kunstpädagogin, Künstlerin

Donnerstag, 06.11., 20:00-21:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I

4 Termine, 8 UE
Gebühr: 26,00 €

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 Schützenzaun, dann unterhalb des Bräuerkirchhofes durch das Tor auf den Schulhof bis ganz zum Ende.

Kreative Acrylmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Die Teilnehmer lernen die Vielfältigkeit 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.

AL120701 | Kurs

mit Heike Tewes

Dienstag, 28.10., 18:30-21:00 Uhr
Warburg, Gymnasium Marianum, Kunst-
raum (Pavillon, Eingang über den Schul-
hof)

5 Termine, 16,67 UE
Gebühr: 33,00 €



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 **Chor**angebot
- ♪ 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



MAGNETE



WARBURG

**BÜCHER
PODSZUN**



Unser Weihnachtswichtel zieht bei uns ein – „Der Zauber um Tomte Tummetott“ (Astrid Lindgren)

Hey, Sie haben Interesse am Basteln mit Naturmaterialien und leuchtenden Kinderaugen? Dann ist dieser Kreativ-Kurs für den kleinen Weihnachtswichtel genau das Richtige für Sie!

„...wenn die Sterne am Himmel funkeln und der Schnee weiß leuchtet, schleicht Tomte Tummetott auf leisen Sohlen umher und hinterlässt winzige Fußstapfen. Wann genau er einzog, weiß niemand. Aber seit jeher bewacht der kleine Weihnachtswichtel die Menschen und Tiere auf dem Hof und raunt ihnen hoffnungsvolle Wichtelworte zu: Viele Winter und viele Sommer sah ich kommen und gehen – Geduld nur – Geduld!“ (Astrid Lindgren).



Bild © Inger Dorstewitz

Der Kreativ-Kurs bietet den Teilnehmern Unterstützung bei der Umsetzung und der Schritt-für-Schritt-Herstellung der Möbel (wie z. B. Wichteltür, Fenster, Briefkasten, Bank, Ofen) an, um den Weihnachtswichtel im Advent auch bei sich zu Hause willkommen zu heißen. Tomte wird nicht nur eine „Tür“ darstellen, sondern ein Teil aller Herzen sein.

Mitzubringen sind: Große Bastelunterlage, Rosenschere, Heißkleber, Alles-Kleber (kein reiner Sekundenkleber), ein Verlängerungskabel.

Die Bastelmaterialien werden am ersten Kurstag von der Dozentin gestellt.

Begrenzte Teilnehmerzahl!

AL120802 I Kurs

mit Inger Dorstewitz

Montag, 03.11., 19:00-21:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
4 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 67,00 €

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. Augengeringe, 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.

Im Rahmen des Kursus erhalten alle Teilnehmenden einen Gutschein eines regionalen Modegeschäftes. Die genaue Ausführung variiert und wird im Kurs bekannt gegeben.

AL120900 I Kurs

mit Selina Knipping, Augenoptikermeisterin und Image-Beraterin

Mittwoch, 08.10., 14:00-18:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I
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 Teilnehmer*innen statt.

Im Rahmen des Kurses erhalten alle Teilnehmenden einen Gutschein eines regionalen Modegeschäftes. Die genaue Ausführung variiert und wird im Kurs bekannt gegeben.

AL120901 | Kurs

mit Selina Knipping, Augenoptikermeisterin und Image-Beraterin

Dienstag, 14.10., 18:00-22:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Sitzungssaal
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 56,00 €

Mützen stricken für Anfänger mit wenigen Vorkenntnissen – in Zusammenarbeit mit Monikas Tee und Woll Deelee

Ziel des Kurses ist es, die Freude am Stricken zu erlangen. Jeder kann seine eigene Mütze stricken und am Ende stolz darauf sein, etwas mit den eigenen Händen hergestellt zu haben.

Die Grundlagen für dieses Handwerk erlernen Sie in diesem Kurs und so kann jeder seine für sich passende Mütze stricken. Wenn die Zeit es zulässt, können Sie auch passende Handschuhe oder Handstulpen herstellen.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, guter Laune und Freude am Stricken.

Mitzubringen sind: Wolle und entsprechende Nadeln, die auch direkt vor Ort erworben werden können, Anleitungen für Lana Grossa Wolle werden gestellt.

AL120902 | Kurs

mit Monika Nußbaum

Mittwoch, 17.09., 18:30-20:00 Uhr
Beverungen, Monikas Tee und Woll Deelee
3 Termine, 6 UE
Gebühr: 19,00 €

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.



Bild © Pixabay (Semevent)

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 individu-



ell 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.

AL120903 I Kurs

mit Elke Becker

Donnerstag, 18.09., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum III
8 Termine, 16 UE
Gebühr: 52,00 €

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Kurs erlernen die Anfänger in 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.

Hinweis: Die Intensiv-Nähkurse finden mit max. 5 Teilnehmenden statt, um eine intensive Betreuung sicherzustellen.

AL120904 I Kurs

mit Christa Hentschel

Freitag, 29.08., 15:00-17:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I
8 Termine, 26,67 UE
Gebühr: 69,00 €

AL120905 I Intensivkurs

mit Christa Hentschel

Dienstag, 02.09., 18:00-20:30 Uhr

Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
5 Termine, 16,67 UE
Gebühr: 74,00 €

AL120906 I Kurs

mit Christa Hentschel

Mittwoch, 03.09., 19:00-21:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I
8 Termine, 26,67 UE
Gebühr: 69,00 €

AL120907 I Intensivkurs

mit Christa Hentschel

Dienstag, 07.10., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
4 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 59,00 €

AL120908 I Intensivkurs

mit Christa Hentschel

Dienstag, 04.11., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
4 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 59,00 €

AL120909 I Intensivkurs

mit Christa Hentschel

Montag, 01.09., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum III
4 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 59,00 €

AL120911 I Intensivkurs

mit Christa Hentschel

Montag, 06.10., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum III
4 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 59,00 €

AL120912 I Intensivkurs

mit Christa Hentschel

Montag, 03.11., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum III
4 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 59,00 €

Nähen für Anfänger

In diesem Kurs, der sich an Anfänger richtet, werden zunächst die Funktionen der



Nähmaschine, z. B. Einfädeln des Ober- und Unterfadens, Faden- und Sticheinstellungen etc., anhand der vorhandenen oder mitgebrachten Nähmaschinen erklärt und eingeübt. Interessierte können das Ausbessern von Kleidungsstücken erlernen. Hier steht das Flicker z.B. von Kinderhosen, Kinderleggings vorne an, aber auch defekte Reißverschlüsse zu erneuern oder das Kürzen von Kleidungsstücken kann geübt werden.

In den nächsten Arbeitsschritten werden die Grundlagen vom Zuschnitt bis zur Fertigstellung von einfachen Deko- oder Kleidungsstücken erlernt. Ziel ist es, die einzelnen Arbeitsschritte beim Schneiden zu erlernen: Schnittmusterfindung, Stoffmengenberechnung, richtiges Zuschneiden und Nähabläufe folgerichtig zu planen und durchzuführen.

Mitzubringen sind: Nähgarn, gute Stoffschere, Stecknadeln, Maßband, Schneiderkreide, Nähmaschinennadeln und, wenn vorhanden, Stoffreste.

AL120910 I Kurs

mit Raimunde Weßler

Montag, 08.09., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II (Birkenstr.)
4 Termine, 8 UE
Gebühr: 26,00 €

Patchwork: Ordnerhülle – Teil 1

In diesem Kurs erlernt man unter Anleitung der Kursleiterin eine Ordnerhülle mit Patchworkmuster zu nähen. Mitzubringen sind: eine Nähmaschine, Stecknadel und Schere. Begrenzte Teilnehmerzahl!

AL120918 I Kurs

mit Rita Janfrüchte

Donnerstag, 02.10., 19:00-20:00 Uhr und
Samstag, 11.10., 09:00-16:00 Uhr
Warburg-Rimbeck, Kath. Pfarrheim (W.-Poth-Str.)
2 Termine, 9,33 UE
Gebühr: 20,00 €

Patchwork: Ordnerhülle – Teil 2

In diesem Kurs erlernt man unter Anleitung der Kursleiterin weitere, einfache Patchworkmuster zu nähen. Es ist keine Voraussetzung, dass man den vorherigen Kurs besucht hat.

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

AL120919 I Kurs

mit Rita Janfrüchte

Samstag, 08.11., 09:00-16:00 Uhr
Warburg-Rimbeck, Kath. Pfarrheim (W.-Poth-Str.)
1 Termin, 8 UE
Gebühr: 20,00 €

Patchwork: UFO's

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

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

AL120920 I Kurs

mit Rita Janfrüchte

Samstag, 29.11., 09:00-16:00 Uhr
Warburg-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 ganz individuell einen Keramikbecher. 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.

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!

In der Kursgebühr sind die Kosten für den Keramikbecher sowie alle weiteren Materialien enthalten. Zur Auswahl stehen jeweils ein Becher mit oder ohne Henkel.

AL121000 | Kurs

mit Heike Schultz

Dienstag, 09.09., 18:00-20:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Kunstraum (Birkenstr.)

1 Termin, 3,33 UE

Gebühr: 46,00 €

Keramik selbst bemalen – Weihnachts-Workshop

Machen Sie Ihre Weihnachtszeit noch kreativer! In diesem ca. 2,5-stündigen Kurs gestalten Sie ganz individuell einen Keramikbecher.



Bild © Pixabay (Aexas_Fotos)

Unter fachkundiger Anleitung haben Sie die Möglichkeit, ein wunderschönes Einzelstück zu gestalten – sei es mit Schablonen oder freier Hand, perfekt als Geschenk oder Ihr Zuhause. Nach der Ge-

staltung wird Ihre Keramik glasiert und gebrannt. Etwa 14 Tage später können Sie Ihr fertiges Kunstwerk in der VHS abholen.

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!

In der Kursgebühr sind die Kosten für den Keramikbecher sowie alle weiteren Materialien enthalten. Zur Auswahl stehen jeweils ein Becher mit oder ohne Henkel.

AL121001 | Kurs

mit Heike Schultz

Dienstag, 25.11., 18:00-20:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Kunstraum (Birkenstr.)

1 Termin, 3,33 UE

Gebühr: 46,00 €

Kreativer Herbstzauber – Selbstgemachter Kranz für Naturliebhaber

Tauchen Sie ein in die bunte Welt des Herbstes und gestalten Sie einen wunderschönen Herbstkranz für Ihre Haustür oder den Tisch! Dieser zweiteilige Kurs beginnt mit einem kleinen Spaziergang, bei dem wir gemeinsam bunte Blätter, Früchte und andere Naturmaterialien sammeln. In der zweiten Einheit verwandeln wir diese Schätze in einen einzigartigen, stimmungsvollen Kranz, der Ihr Zuhause verschönert.

Der Kurs ist für Kinder ab einem Alter von 6 Jahren geeignet. Bitte beachten Sie, dass pro Kind eine Aufsichtsperson als regulärer Teilnehmer 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.



Freuen Sie sich auf kreative Stunden voller Natur, Spaß und Herbstzauber!

Mitzubringen sind: Rosenschere, Taschenmesser, gesammelte Materialien zum zweiten Termin, bei Bedarf eigenes Schleifenband.

AL121002 | Kurs

mit Helena Kleck

Freitag, 26.09., 16:30 Uhr-18:00 Uhr
Samstag, 27.09., 10:00 Uhr-11:30 Uhr
Beverungen, Waldfriedhof, oberhalb
(Zum Wandelsberg)
2 Termine, 4 UE
Gebühr: 15,00 €

Adventlichen Türschmuck selbst gestalten – Naturmaterialien kreativ verwenden

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und gestalten Sie in geselliger Runde einen einzigartigen Türkranz für die Adventszeit. Gemeinsam verwenden wir verschiedene Grünsorten, trockene Fruchtstände, Gräserähren und typische weihnachtliche Dekorationen, um einen natürlichen und stimmungsvollen Blickfang für Ihre Haustür zu kreieren. Freuen Sie sich auf eine entspannte Atmosphäre und ein persönliches Kunstwerk, das Ihre Vorfreude auf Weihnachten widerspiegelt!

Der Kurs ist für Kinder ab einem Alter von 6 Jahren geeignet. Bitte beachten Sie, dass pro Kind eine Aufsichtsperson als regulärer Teilnehmer 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.

Mitzubringen sind: Rosenschere, Taschenmesser, gerne auch eigenes Grün, Fruchtstände und Gräserähren.

AL121003 | Kurs

mit Helena Kleck

Samstag, 22.11., 10:00-12:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Kunstraum (Birkenstr.)

1 Termin, 3,33 UE
Gebühr: 15,00 €

DIY-Dip-Kerzen – weihnachtlicher Workshop

Tauchen Sie ein in die stimmungsvolle Welt des Kerzendippens! In diesem Workshop gestalten Sie Ihre eigenen Dipkerzen, Farbe für Farbe. Der Kurs eignet sich sowohl für Anfänger als auch für kreative Wiederholungstäter. Die Materialien werden gestellt, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und nehmen Sie Ihre individuellen Kerzen mit nach Hause! Es ist eine tolle Gelegenheit, die Weihnachtszeit mit eigenen Händen zu gestalten!



Bild © Pixabay (Yourialka)

In der Gebühr sind 10 Kerzen pro Person und alle weiteren Materialien enthalten.

AL121004 | Kurs

mit Heike Schultz

Dienstag, 02.12., 18:00-20:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Kunstraum (Birkenstr.)

1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 50,00 €

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 lernen 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: Geschichte und Bedeutung des Schmiedehandwerks.
- 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.

AL121005 I Kurs

mit Christian Kloidt

Samstag, 06.09., 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.

AL121006 I Kurs

mit Christian Kloidt

Samstag, 11.10., 14:00-17:00 Uhr
Willebadessen, Schmiede in Schweckhausen

1 Termin, 4 UE
Gebühr: 52,00 €

Foto- & 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.



Bild © Pixabay (nidan)

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, Light-painting).

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 fotofreundewarburg@t-online.de

Mitzubringen ist die private Fotoausrüstung.

AL121101 I Kurs

mit Ralf Gerhard

Donnerstag, 04.09., 20:00-22:15 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum III
8 Termine, 24 UE
Gebühr: 25,00 €

Workshop: Basiswissen der digitalen Fotografie

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

AL121102 I Kurs

mit Gerald Beineke

Samstag, 06.09., 10:00-16:45 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 9 UE
Gebühr: 32,00 €

Workshop: Portraitfotografie „Outdoor“

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 entspannte 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).

**AL121103 | Kurs**

mit Gerald Beineke

Samstag, 20.09., 14:00-17:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 32,00 €

Workshop: Kreative Fotografie für die Generation „Social Media“

Du kennst Dich bereits mit der Handhabung Deiner Kamera oder Deines Handys sehr gut aus, aber es fehlen Dir kreative Ideen für die perfekten Fotos? In diesem praxisorientierten Tagesworkshop erhältst Du den richtigen Einstieg in die Kunst der Fotografie. Von der Theorie bis zur Anwendung entwickelst Du deine Fähigkeiten und gestaltest visuell ansprechende Geschichten. Gemeinsam erarbeiten wir Ideen für Bildkompositionen und experimentieren mit kreativen Perspektiven.

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

AL121104 | Kurs

mit Gerald Beineke

Samstag, 08.11., 13:00-17:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 5,33 UE

Gebühr: 32,00 €

Musikpraxis**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,

die uns in der Gemeinschaft einfach mitreißt und alles um uns herum vergessen lässt. Trommeln, Bewegung, Bodypercussion, Singen, Gemeinschaft und einfach nur Lust auf etwas Neues fördert die Positivität und macht Spaß.



Bild © Doris Möller-Dannhauer

Trommeln können bei der Kursleiterin für 5,00 € ausgeliehen werden. Die Kosten hierfür werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

AL121302 | Kurs

mit Doris Möller-Dannhauer

Sonntag, 28.09., 11:00-15:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städ-
ten 9, Seminarraum I

1 Termin, 6 UE

Gebühr: 39,00 €

AL121303 | Kurs

mit Doris Möller-Dannhauer

Sonntag, 30.11., 10:30-13:30 Uhr
Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lan-
ge Reihe 23)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 38,00 €



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

Spüren Sie den Rhythmus und entdecken Sie die Kraft des gemeinsamen Trommeln! In diesem Kurs führt Sie die Musikpädagogin Silvia Breuer 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.

Mitzubringen sind: dicke Socken, eine Djembe-Trommel, sofern vorhanden. Sollte keine Trommel vorhanden sein, kann sie gegen eine Leihgebühr in Höhe von 3,00 € von der Dozentin ausgeliehen werden.

Es ist keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich!

AL121304 | Kurs

mit Silvia Breuer

Samstag, 18.10., 10:00-12:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang (Lange Str. 45)

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 26,00 €

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.



Bild © Doris Möller-Dannhauer

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.

AL121305 | Kurs

mit Doris Möller-Dannhauer

Samstag, 08.11., 14:00-17:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I

1 Termin, 4,67 UE

Gebühr: 35,00 €

Ukulele für Einsteiger – Fortsetzung

Die Ukulele gewinnt zunehmend mehr Interessenten und ist das Instrument, das am schnellsten zum Erfolg führt.



Bild © Pixabay (miketribulas)



Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, allerdings die Freude am Singen wäre wünschenswert. Ein bereits vorangegangener Kurs wird weitergeführt mit neuen Akkorden und Liedern in Verbindung von Schlag- und Zupftechniken. Teilnehmer mit einigen Vorkenntnissen sind willkommen.

Mitzubringen sind: eigene Ukulele, ein Getränk.

AL121306 | Kurs

mit Gisela Koch

Donnerstag, 30.10., 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!“ im Altbau des Hüffertgymnasiums

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.



Bild © Pixabay (OpenClipart-Vectors)

Eine Fortsetzung der beliebten Reihe. Neueinsteiger und spontane „freelancer“ sind jederzeit willkommen und können gegen eine Gebühr in Höhe von 5,00 € an einzelnen Abenden teilnehmen.

AL121307 | Kurs

mit Ruth Kröger-Bierhoff

Donnerstag, 04.09., 18:00-19:30 Uhr
 Warburg, Altbau des Hüffertgymnasiums
 9 Termine, 18 UE
 Gebühr: 39,00 €



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



50 Jahre

vhs  Zweckverband
Diemel-Egge-Weser

UNVERPACKT EINKAUFEN in Warburg

Große Auswahl an trockenen Lebensmitteln
(Nudeln, Reis, Getreide, Nüsse, Gewürze, Süßigkeiten),
Kosmetika, Reinigungsmitteln, Haushaltsartikel,
und vieles mehr.

Gemütlicher
Café-Bereich
zum Verweilen

Besondere Angebote
für Firmen und Vereine

Workshops und Aktionen
zum Thema Nachhaltigkeit

Candybar-
Vermietung

Einfach mit eigenen Behältern vorbeikommen
und bedarfsgerecht und nachhaltig einkaufen.



Hauptstraße 60b,
34414 Warburg



Öffnungszeiten
siehe Website:



www.papperlapack-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





Gesundheit





Vorträge

Vortrag: 5 nach 12! – wenn Pflege zu Hause nicht mehr zu bewältigen ist

Die häusliche Pflege eines Angehörigen kann an ihre Grenzen stoßen – emotional, organisatorisch und körperlich. In diesem Vortrag werden zentrale Aspekte beleuchtet, die in einer solchen Situation relevant sind.

Beantwortet werden unter anderem Fragen wie: Was ist zu tun, wenn ein Pflegeheim in Betracht gezogen werden muss? Worauf ist bei der Auswahl zu achten? Welche Leistungen bietet ein Pflegeheim? Was darf oder sollte mitgebracht werden? Auch die Themen Finanzierung, Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege werden praxisnah erläutert. Ein besonderes Augenmerk gilt zudem dem oft belastenden Gefühl des schlechten Gewissens, das viele Angehörige in dieser Phase begleitet.

Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit zum offenen Austausch in vertrauensvoller Atmosphäre.

AL130000 | Vortrag

mit Irina Sander

Dienstag, 04.11., 15:00-16:30 Uhr
Borgentreich, Hesena Domizil (Heidemühlenweg 6)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 5,00 €

Vortrag: „Leistungen 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 geschafft 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.

AL130001 | Vortrag

mit Diana Boldewin

Dienstag, 30.09., 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.

AL130002 | Vortrag

mit Diana Boldewin

Dienstag, 28.10., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Sport und Spiel

Grundlagenkurs: Darts

In diesem Kurs werden Grundlagen im Steeldart vermittelt (Begriffe, Regeln, Wurftechniken, richtiges Setup...). Vor-



kenntnisse sind nicht erforderlich. Ziel ist eine Einführung in den Dartsport zu erhalten, um evtl. Interesse an diesem Spiel zu wecken.



Bild © Pixabay (Reinhard Thraier)

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.

AL130003 | Kurs

mit Alexander Stiens

Montag, 15.09. und Mittwoch, 17.09., 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.

AL130004 | Kurs

mit Peter Meier-Laqua, Michael Stute

Freitag, 19.09., 18:00-20:00 Uhr

Borgentreich-Lütgeneder, Weißholzhalle (Theorie)

Samstag, 20.09. und 27.09., jeweils von 10:00-14:00 Uhr

Borgentreich-Lütgeneder, Woitenberg (Praxis)

3 Termine, 13,33 UE

Gebühr: 78,00 €

Entspannungskurse

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. Zudem lernen Sie Störfelder zu entdecken und auszugleichen.

AL130089 I Kurs

mit Corina Clobes

Donnerstag, 28.08., 18:30-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis „Atlantis“ (Pel-
lenbreite 2)

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 17,00 €

AL130090 I Kurs

mit Corina Clobes

Dienstag, 28.10., 18:30-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis „Atlantis“ (Pel-
lenbreite 2)

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 17,00 €

AL130091 I Kurs

mit Corina Clobes

Donnerstag, 27.11., 18:30-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis „Atlantis“ (Pel-
lenbreite 2)

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 17,00 €

AL130092 I Kurs

mit Corina Clobes

Mittwoch, 21.01., 18:30-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis „Atlantis“ (Pel-
lenbreite 2)

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 17,00 €

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, die den Energiefluss verstärken und die persönliche Entwicklung auf emotionaler, seelischer und geistiger Ebene unterstützen.

- Das 1. Symbol ist ein Kraftverstärker.

- Das 2. Symbol dient der Mentalheilung. Man verwendet es, um körperliche und seelische Blockaden zu lösen.

- Das 3. Symbol, auch das Meditations-symbol genannt, hebt Raum und Zeit auf, d.h. man kann damit Fernbehandlungen machen.

Weitere Inhalte sind:

- Ganzkörper-Behandlung,

- Durchführung einer Fernbehandlung,

- Harmonisierung u. Reinigung v. Räumen.

Mit dem 2. Reiki-Grad gibt es vielfältige Anwendungsmöglichkeiten, 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 persönlich abgestimmt.

AL130093 I Kurs

mit Corina Clobes

Donnerstag, 30.10., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis „Atlantis“ (Pel-
lenbreite 2)

2 Termine, 6,67 UE

Gebühr: 203,00 €

AL130094 I Kurs

mit Corina Clobes

Freitag, 23.01., 18:00-20:30 Uhr
Warburg, REIKI-Praxis „Atlantis“ (Pel-
lenbreite 2)

2 Termine, 6,67 UE

Gebühr: 203,00 €



Ganzheitliches Gedächtnistraining

Das ganzheitliche Gedächtnistraining verbindet Körper, Geist und Seele durch vielfältige Übungen, die Bewegung, Gefühle, Kommunikation, Fantasie, Kreativität und Entspannung integrieren. Es fördert verschiedene Hirnleistungen gleichzeitig. Regelmäßiges Training steigert die Gehirnleistung, unabhängig vom Alter. Das Training soll Freude bereiten, ohne Leistungsdruck, fördert Neugier, Motivation und soziales Miteinander. Jeder, der geistig fit bleiben möchte, ist herzlich eingeladen.

Mitzubringen sind Zettel, Stift und gute Laune!

AL130095 | Kurs

mit Barbara Wedegärtner

Mittwoch, 03.09., 17:30-19:15 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I (Birkenstr.)
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 56,00 €

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.



Bild © Pixabay (FotoRieth)

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.

AL130098 | Kurs

mit Till Flo Krapoth

Samstag, 06.09., 11:00-14:00 Uhr
Warburg-Hardehausen, Landvolkshochschule Anton-Heinen
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 12,00 €

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 Entspannungsatmung) 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 werden 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.

AL130102 I Kurs

mit Thomas Kromp

Sonntag, 26.10., 10:00-16:00 Uhr
Warburg, Tauchstation Warburg (Zum Warburger Tor 39)

1 Termin, 8 UE
Gebühr: 72,00 €

Entspannung mit Autogenem Training (nach Schultz) – in Zusammenarbeit mit dem Familienzentrums „Am Park“ in Peckelsheim

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 aufbauenden 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 und die Teilnehmer in ihren Alltag viel-

fältig 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.

AL130106 I Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Mittwoch, 29.10., 18:30-20:00 Uhr
Peckelsheim, Familienzentrums „Am Park“

6 Termine, 12 UE
Gebühr: 65,00 €

Tag der Durchlässigkeit – belastbarer werden

Die persönlichen Belastungen werden immer stärker. Die Anforderungen erhöhen sich, der Druck steigt und so stehen wir immer neuen Herausforderungen gegenüber. Wir stoßen mit unseren mentalen Möglichkeiten, dies zu verarbeiten und auszugleichen, regelmäßig an unsere Grenzen. Durch meine eigenen Erfahrungen als Therapeutin bin ich auf diesen Kurs von „Stefan Schöndorfer“ gestoßen und darf diesen mit Euch teilen. Dies lässt uns Belastendes leichter wahrnehmen und verarbeiten, ohne dass wir ständig an unsere Belastungsgrenzen stoßen.

Im Kurs lernen wir über die eigene Wahrnehmung unsere Durchlässigkeit zum eigenen Schutz einzusetzen. Dies macht uns auf Dauer nicht gleichgültig, sondern belastbarer: „Durchlässig heißt nicht anteilslos!“

Ohne Vorkenntnisse belegbar!

AL130107 I Kurs

mit Carolin Berlage

Samstag, 08.11., 09:00-17:00 Uhr
Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)

1 Termin, 9,33 UE
Gebühr: 60,00 €



(Aus)Zeit für mich: Entspannung für Frauen – in Zusammenarbeit mit dem Familienzentrum „St. Franziskus“

Job, Familie, Alltag – als Frau tragen wir täglich viel Verantwortung. In einer stressigen Welt ist es wichtig, sich regelmäßig Auszeiten zu gönnen und sich zu entspannen. Doch wann nehmen Sie sich bewusst Zeit für sich selbst?

In unserem Entspannungstraining können Sie abschalten, neue Energie tanken und einfache Entspannungsübungen für den Alltag kennenlernen. Kursinhalte sind u.a.

- Fantasiereisen: Lassen Sie den Stress sanft hinter sich
- Bodyscan: Den eigenen Körper bewusst wahrnehmen und loslassen
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson: Verspannungen lösen, innere Ruhe finden
- Autogenes Training nach Schultz: Durch Selbstsuggestion entspannen

Atem- und Achtsamkeitsübungen unterstützen Sie dabei, die passende Methode für sich zu entdecken – für schnelle Erholung, wann immer Sie sie brauchen. Dieser Kurs ist eine wertvolle Investition in sich selbst!

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

AL130108 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Mittwoch, 03.09., 17:00-18:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum „St. Franziskus“ (Beethovenstr. 14)
5 Termine, 6,67 UE
Gebühr: 42,00 €

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, Zaubenhaftes in Ihren Alltag einzuladen.

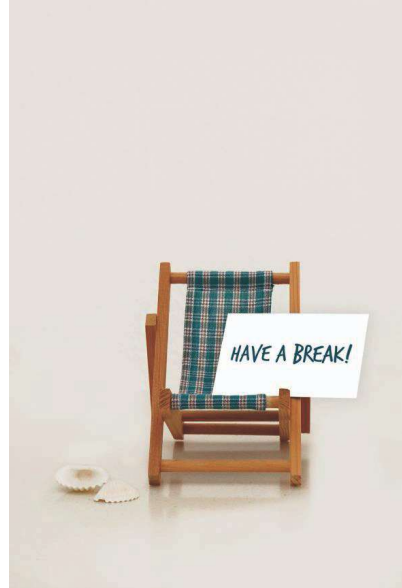


Bild © Pixabay (Bellahu123)

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

AL130110 | Kurs

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

Freitag, 14.11., 17:00-21:00 Uhr, und
Samstag, 15.11., 09:00-17:00 Uhr
Warburg-Scherfede, „Dortreff Scherfede“ (Briloner Str. 30)
2 Termine, 14 UE
Gebühr: 67,00 €



Entspannung mit Progressiver Muskelentspannung (PMR nach Jacobson) – in Zusammenarbeit mit dem Familienzentrum „St. Franziskus“

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

- den Kopf freizubekommen,
- 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.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

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

AL130112 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Mittwoch, 03.09., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum „St. Franziskus“ (Beethovenstr. 14)
6 Termine, 12 UE
Gebühr: 65,00 €

Zur Ruhe kommen – Stressbewältigung durch PMR (Progressive Muskelentspannung) – in Zusammenarbeit mit der evangelischen KiTa „Groß für Klein“

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 Anspannung effektiv abzubauen,
- die Psyche zu stabilisieren und
- den Körper in kurzer Zeit zu entspannen.

PMR eignet sich 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.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

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

Hinweis: In den Herbstferien findet der Kurs nicht statt!

AL130113 | Kurs

mit Sviatlana Fuest, zertifizierte Entspannungspädagogin, Stressmanagement-Trainerin

Dienstag, 16.09., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Ev. Kindertageseinrichtung „Groß für Klein“ (In den Poelten 24 A)
6 Termine, 12 UE
Gebühr: 75,00 €

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-

AL130114 I Kurs

mit Ulrike Weigelt

Dienstag, 09.09., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Sitzungssaal
3 Termine, 6 UE
Gebühr: 32,00 €

Qigong

Qigong sind chinesische Bewegungs- und Meditationsübungen. Diese Übungen dienen zur Erhaltung der Gesundheit und zur Vorbeugung von Krankheiten, da sie zur Harmonisierung und zum Fließen der Lebensenergien im Körper beitragen.



Bild © Pixabay (PatrizioYoga)

Aus Sicht der traditionellen chinesischen Medizin fließt in den Meridianen (= Leitbahnen) die Lebensenergie (= Qi). Jeder Meridian ist einem Funktionskreis (Organ-

system) zugeordnet. Für die Gesundheit sollte Qi in allen Meridianen frei fließen können. Dafür eignet sich die tägliche Praxis von Qigong.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, Sportschuhe bzw. Stoppersocken. Der Kurs findet im 14-tägigen Rhythmus statt.

AL130118 I Kurs

mit Claudine König, Physiotherapeutin
Mittwoch, 03.09., 17:15-18:00 Uhr
Warburg, Physiotherapie C. König (Hinter der Mauer Nord 2a)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 75,00 €

AL130119 I Kurs

mit Claudine König, Physiotherapeutin
Mittwoch, 10.09., 10:00-10:45 Uhr
Warburg, Physiotherapie C. König (Hinter der Mauer Nord 2a)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 75,00 €

Meditation auf die Leerheit

Meditation ist die spirituelle Praxis verschiedener Geistesübungen. Es geht um die unabgelenkte Konzentration auf sein Meditationsobjekt, um geistige Ruhe zu erlangen. Ein ruhiger Geist und ein korrektes Verständnis der Leerheit beseitigt die Wurzeln aller Leiden.

Mitzubringen sind: warme, bequeme Kleidung und eine Decke. Der Kurs findet im 14-tägigen Rhythmus statt.

AL130120 I Kurs

mit Claudine König, Physiotherapeutin
Mittwoch, 10.09., 10:45-11:15 Uhr
Warburg, Physiotherapie C. König (Hinter der Mauer Nord 2a)
10 Termine, 6,67 UE
Gebühr: 50,00 €

Klangreise: Entspannung für Körper und Seele

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 Breuer 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.



Bild © Pixabay (JosvdV)

Es ist keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich! Mitzubringen sind: Yoga-Matte, Decke, Kissen und dicke Socken.

AL130121 | Kurs

mit Silvia Breuer

Donnerstag, 09.10., 19:00-20:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum „St. Martin“
(Hüffertstr.)

1 Termin, 1,33 UE

Gebühr: 15,00 €

AL130122 | Kurs

mit Silvia Breuer

Freitag, 05.09., 19:00-20:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang (Lange Str.
45)

1 Termin, 1,33 UE

Gebühr: 13,00 €

AL130123 | Kurs

mit Silvia Breuer

Freitag, 26.09., 19:00-20:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang (Lange Str.
45)

1 Termin, 1,33 UE

Gebühr: 13,00 €

AL130124 | Kurs

mit Silvia Breuer

Freitag, 17.10., 19:00-20:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang (Lange Str.
45)

1 Termin, 1,33 UE

Gebühr: 13,00 €

AL130125 | Kurs

mit Silvia Breuer

Freitag, 07.11., 19:00-20:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang (Lange Str.
45)

1 Termin, 1,33 UE

Gebühr: 13,00 €

AL130126 | Kurs

mit Silvia Breuer

Freitag, 28.11., 19:00-20:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang (Lange Str.
45)

1 Termin, 1,33 UE

Gebühr: 13,00 €

AL130127 | Kurs

mit Silvia Breuer

Freitag, 19.12., 19:00-20:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang (Lange Str.
45)

1 Termin, 1,33 UE

Gebühr: 13,00 €

AL130128 | Kurs

mit Silvia Breuer

Donnerstag, 20.11., 19:00-20:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum „St. Martin“
(Hüffertstr.)

1 Termin, 1,33 UE

Gebühr: 15,00 €

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 Breuer entdecken Sie Ihre Kreativität.



tät 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.

Es ist keine Ermäßigung der Kursgebühr möglich!

AL130129 | Kurs

mit Silvia Breuer

Samstag, 08.11., 10:00-12:00 Uhr
Lauenförde, Haus Einklang (Lange Str. 45)

1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 26,00 €

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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.



Bild © Pixabay (OpenClipart-Vectors)

AL130130 | Kurs

mit Karin Dörken

Samstag, 13.09., 10:00-15:00 Uhr
Burg Herstelle

1 Termin, 6,67 UE
Gebühr: 82,00 €

Chair Yoga (Yoga auf dem Stuhl): Bewegung für Gesundheit und Entspannung

Yoga ist eine wunderbare Praxis zur Förderung von körperlicher Fitness, geistigem Wohlbefinden und innerer Ruhe. Chair Yoga (Stuhl-Yoga) ist eine gute Möglichkeit, die Vorteile dieser uralten Praxis zu genießen, ohne sich auf den Boden legen zu müssen.

Beim Chair Yoga werden die Übungen so abgewandelt, dass diese im Sitzen auf dem Stuhl oder mit Unterstützung des Stuhls ausgeführt werden können. Somit ist Chair-Yoga ideal für Menschen, die sich eine sanfte Yoga-Praxis wünschen. Diese leicht zugängliche und gelenkschonende Art bietet zahlreiche Vorteile und ist



nahezu für jeden geeignet, unabhängig vom Fitnesslevel oder Alter.



Bild © Pixabay (healthguru)

Durch sanfte Dehnübungen und Bewegungen können die Aufrichtung und Beweglichkeit der Wirbelsäule sowie die Flexibilität der Gelenke und Faszien erhalten und verbessert werden. Die Praxis unterstützt ein besseres Körperbewusstsein, die Stärkung der Muskulatur, das Gleichgewicht und die Koordinationsfähigkeit. Atemübungen und Meditationstechniken fördern die Entspannung und können dazu beitragen, Stress abzubauen und die Konzentration zu verbessern.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, warme Socken, evtl. eine Yoga-Matte, auf der man den Stuhl stellen kann, ein kleines festes Kissen und natürlich den Wunsch, etwas für sich zu tun und schon heißt es: „Auf die Stühle, fertig, los!“ – Entdecken Sie die Vorteile von Chair Yoga.

AL130133 I Kurs

mit Regina Piepenhagen

Montag, 08.09., 17:30-18:30 Uhr

Warburg, Rathaus, Sitzungssaal

4 Termine, 5,33 UE

Gebühr: 19,00 €

Sanftes Yoga für Einsteiger*innen

Sie wollten schon immer Yoga ausprobieren, fühlen sich aber nicht athletisch genug? Dieser Kurs ist ideal für Menschen, die sich eine sanfte Yoga-Praxis wünschen. Der Ansatz in diesem Kurs legt den Fokus auf Achtsamkeit und langsame Bewegungsabläufe.

Die sorgfältig ausgewählten Asanas werden lange vorbereitet, um eine tiefgreifende Erfahrung zu ermöglichen. Das Wohlbefinden steht hier im Mittelpunkt. Sanftes Yoga geht auf die speziellen Wünsche und Anforderungen ein, die Ungeübte jeden Alters und Menschen mit Bewegungseinschränkungen an ihre Yogapraxis stellen. Es ist eine wunderbare Möglichkeit, Stress abzubauen, Flexibilität zu fördern und neue Energie zu tanken – ganz ohne Eile.

Mitzubringen sind: Yoga-Matte, kleines (Yoga-) Kissen, eine Decke, warme Socken und den Wunsch, etwas für sich zu tun.

-Begrenzte Teilnehmerzahl!

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

AL130134 I Kurs

mit Regina Piepenhagen

Dienstag, 09.09., 17:30-19:00 Uhr

Warburg, Graf-Dodiko-Schule, Gymnas-
tikraum

8 Termine, 16 UE

Gebühr: 55,00 €

Yoga-Pranayama – in Zusammenarbeit mit der Burg Herstelle

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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL130135 | Kurs

mit Karin Dörken

Samstag, 06.09., 13:00-15:00 Uhr

Burg Herstelle

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 38,00 €

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.

AL130136 | Kurs

mit Luisa Weißbrich

Mittwoch, 24.09., 10:15-11:30 Uhr

Beverungen, Evang. Gemeindezentrum

(Im Bangern 1)

8 Termine, 13,33 UE

Gebühr: 75,00 €

Lachyoga – Lachen hält fit, jung und gesund

Lachen ist die beste Medizin. So sagt es nicht nur der Volksmund. Wann haben Sie das letzte Mal so richtig gelacht und Bauch und Zwerchfell zum Beben ge-

bracht? Spüren Sie, wie gut es sich anfühlt, längere Zeit herzlich und befreiend zu lachen. Mit Lach-, Atem- und Entspannungsübungen bauen Sie spielerisch Stress ab, stärken Ihr Immunsystem und tanken Energie. Der Stoffwechsel wird angeregt, auch ist es gut für Herz und Kreislauf.

Lachen aktiviert Botenstoffe, die euphorisch und glücklich stimmen. Es macht einfach gute Laune. Vergessen Sie für zwei Stunden den Alltag und lernen Sie leichte Übungen kennen, die bequem privat und beruflich eingesetzt werden können. Haben Sie es einmal erlebt, möchten Sie es nicht mehr missen. Es steht einem gesunden und fröhlichen Alltag nichts mehr im Wege. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitzubringen sind: leichte Kleidung, dicke Socken oder leichte Schuhe und ein Getränk.

AL130137 | Kurs

mit Annette Leßmann

Samstag, 11.10., 10:00-12:00 Uhr

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

1 Termin, 2,67 UE

Gebühr: 13,00 €

Yoga Mini Retreat – Einstieg in die Yogapraxis und ayurvedische Ernährung

Yoga Retreats sind Auszeiten vom Alltag, in denen man sich ganz auf sich selbst, die Yogapraxis und allem, was einem gut tut konzentriert. Retreat bedeutet übersetzt Rückzug und ein Yoga Retreat ist oft sogar auf mehrere Tage ausgelegt.

Unser Mini-Retreat lädt Sie ein, einen Vormittag bei Yoga und gutem Essen zu entspannen. Dabei geben wir eine Einführung in die Yogapraxis und in die ayurvedische Ernährung mit Verkostung. Das Mini-Retreat ist daher ideal für alle Einsteiger und diejenigen, die schon immer



wissen wollten, was es mit Yoga und Ayurveda auf sich hat. Aber auch geübte Yogis mit Interesse an Ernährungsthemen finden hier ihren Rückzug, Wohlbefinden und einen entspannten Austausch.

Bitte in bequemer und beweglicher Kleidung kommen und für die Ruhephasen ggf. warme Socken einpacken. Außerdem bitte eine Yoga Matte mitbringen.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Die Kosten für Getränke und Frühstück werden direkt mit den Dozentinnen abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AL130138 I Kurs

mit Carmen Wittmann, Lisa Bühn
Samstag, 29.11., 09:30-13:30 Uhr
Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 23,00 €

Tai Chi – in Zusammenarbeit mit der Burg Herstelle

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.

Mitzubringen sind: Bequeme Kleidung und ein Getränk

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL130139 I Kurs

mit Karin Dörken
Samstag, 06.09., 10:00-12:00 Uhr
Burg Herstelle
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 38,00 €

Fitnesskurse

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 ihren/seinen persönlichen Belastungs- und Bewegungsmöglichkeiten aktiv sein kann. Mitzubringen sind Getränke, Handtuch und evtl. eine Gymnastikmatte.

AL130206 I Kurs

mit Elvira Mutz
Montag, 01.09., 09:15-10:15 Uhr
Warburg, Eisenbahnersporthalle (Deusenbergstr. 3)
10 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 47,00 €



Step-Aerobic

Step-Aerobic ist ein Konditionstraining, das durch Auf- und Absteigen an der Plattform (Stepper) ausgeübt wird. Die Grundschritte 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.



Bild © Pixabay (Peggy_Marco)

Der Kurs ist für Teilnehmer aller Altersklassen geeignet!

Mitzubringen sind: feste Sport-/Hallenschuhe, bequeme Kleidung, Handtuch und Getränke.

AL130207 | Kurs

mit Karin Riemer

Montag, 01.09., 18:30-19:30 Uhr
Beverungen, Grundschule/Turnhalle
(Kolpingstr.)

12 Termine, 16 UE
Gebühr: 52,00 €

Body-Fitness – in Zusammenarbeit 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, Halblenturnschuhe, Getränk und gute Laune. Der Kurs findet im 14-tägigen Rhythmus statt.

AL130208 | Kurs

mit Elvira Mutz

Montag, 01.09., 18:00-19:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum „St. Franziskus“ (Beethovenstr. 14)
7 Termine, 9,33 UE
Gebühr: 37,00 €

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.

AL130209 | Kurs

mit Karin Riemer

Dienstag, 02.09., 19:00-20:00 Uhr
Beverungen, Grundschule/Turnhalle
(Kolpingstr.)
12 Termine, 16 UE
Gebühr: 52,00 €

Power-Yoga für Anfänger*innen 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 Muskeln 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.

AL130210 | Kurs

mit Tanja Tschöke

Dienstag, 02.09., 18:00-19:00 Uhr
Beverungen, Grundschule/Turnhalle
(Kolpingstr.)
10 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 50,00 €

AL130211 | Kurs

mit Tanja Tschöke

Mittwoch, 03.09., 18:30-19:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Turnhalle I (Birkenstr.)
10 Termine, 13,33 UE
Gebühr: 50,00 €

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.

AL130212 | Kurs

mit Denise Dirks

Montag, 01.09., 18:30-19:15 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Turnhalle I (Birkenstr.)
12 Termine, 12 UE
Gebühr: 54,00 €

AL130213 | Kurs

mit Denise Dirks

Mittwoch, 03.09., 19:30-20:15 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Turnhalle I (Birkenstr.)
12 Termine, 12 UE
Gebühr: 54,00 €



Fit für den Alltag für „Sie“

Das Angebot möchte die Teilnehmerinnen einladen, Übungen kennenzulernen und zu praktizieren, die ihre Körperwahrnehmung schulen. Dies ist die beste Voraussetzung, um auch im Alltag körperliche Überbelastungen und Stresssituationen wahrzunehmen und sie zunehmend zu reduzieren.

Dabei kommen Übungen aus dem Yoga sowie Chi Gong und Tai Chi ebenso zum Einsatz wie Stretching und Faszientraining, mit denen die Teilnehmerinnen im Bedarfsfall ihre Gefühlslage verbessern und so Befindlichkeitsstörungen sowie Verspannungen entgegen wirken können.

Dieses Angebot soll ebenfalls Frauen ansprechen, die sich gerne in einer Gruppe mit Gleichgesinnten fit halten möchten. Elemente dieses Kurses sind u.a. Faszientraining, sanfte Mobilisation, Wahrnehmungsübungen, leichte Dehnübungen, aber auch Elemente, die Kraft, Ausdauer und Gleichgewicht trainieren. Ein bunter Mix, um den normalen Alterungsprozess zu verlangsamen und die allgemeine Leistungsfähigkeit zu erhöhen.

Mitzubringen sind Hallensportschuhe, eine Matte, ein Handtuch oder Kissen und ein Getränk.

Der Kurs findet im 14-tägigen Rhythmus statt.

AL130214 I Kurs

mit Elvira Mutz

Donnerstag, 11.09., 18:30-19:30 Uhr
Warburg, Turnhalle im Altbau des Hüf-
fertgymnasiums
6 Termine, 8 UE
Gebühr: 30,00 €

3D-Krafttraining und Core Stability

Dreidimensionale Übungen als Ganzkörpertraining und Kräftigung der Kernstabilität/Kernmitte (Rumpf- und Hüftmuskulatur)

für mehr Kraft, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Balance.

Mitzubringen sind: Sportbekleidung, Sportschuhe bzw. Stoppersocken und Theraband. Der Kurs findet im 14-tägigen Rhythmus statt.

AL130215 I Kurs

mit Claudine König, Physiotherapeutin

Mittwoch, 03.09., 16:15-17:00 Uhr
Warburg, Physiotherapie C. König (Hinter der Mauer Nord 2a)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 75,00 €

Core-Stabilität – Kern-Stabilität

Core-Stabilität ist ein Übungsprogramm für die Kraft und Ausdauer der Muskeln der Körpermitte. Trainiert werden überwiegend Rumpf- und Hüftmuskulatur, wodurch die Beinachse stabilisiert wird und somit Hüftgelenks-, Kniegelenks- und Rückenbeschwerden verbessert oder vorgebeugt werden.

Mitzubringen sind: Sportbekleidung, Sportschuhe bzw. Stoppersocken und Theraband. Der Kurs findet im 14-tägigen Rhythmus statt.

AL130216 I Kurs

mit Claudine König, Physiotherapeutin

Mittwoch, 10.09., 08:30-09:15 Uhr
Warburg, Physiotherapie C. König (Hinter der Mauer Nord 2a)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 75,00 €

3D-Krafttraining (Fit ohne Geräte)

10 dreidimensionale Ganzkörperübungen, mit denen effektiv und anatomiegerecht die wichtigsten Muskelgruppen trainiert werden. Für mehr Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Balance.

Mitzubringen sind: Sportbekleidung, Sportschuhe bzw. Stoppersocken und Theraband. Der Kurs findet im 14-tägigen Rhythmus statt.

**AL130217 | Kurs**

mit Claudine König, Physiotherapeutin
Mittwoch, 10.09., 09:15-10:00 Uhr
Warburg, Physiotherapie C. König (Hinter der Mauer Nord 2a)
10 Termine, 10 UE
Gebühr: 75,00 €

Wirbelsäulengymnastik

Im Kurs geht es um die Stärkung und Flexibilisierung der Rumpf- und Rückenmuskulatur. Eine ausgeprägte Bauchmuskulatur entlastet die Wirbelsäule und führt zu einer gesunden Körperhaltung.



Bild © Pixabay (hhach)

Durch verschiedene Bewegungsabläufe und Dehnübungen werden Wirbelsäule, Gesäß und Hüfte aktiviert. Die einzelnen Übungen werden an unterschiedliche Bedürfnisse angepasst, womit Teilnehmer jeden Fitnesslevels teilnehmen können.

Mitzubringen sind: Unterlage (z.B. Isomatte), Sportbekleidung und -schuhe.

AL130228 | Kurs

mit Nicolas Ziemann
Donnerstag, 04.09., 18:30-19:30 Uhr
Beverungen, Grundschule/Turnhalle (Kolpingstr.)
12 Termine, 16 UE
Gebühr: 60,00 €

AL130229 | Kurs

mit Nicolas Ziemann
Donnerstag, 04.09., 19:30-20:30 Uhr
Beverungen, Grundschule/Turnhalle (Kolpingstr.)
12 Termine, 16 UE
Gebühr: 60,00 €

Gesundheits- und Präventionstraining

„Besser wir investieren in unsere Gesundheit – die Krankheit müssen wir am Ende sowieso bezahlen!“ Körperliche Beschwerden nehmen auch bei jungen Menschen immer weiter zu. Ziel dieses Kurses ist es, häufige Erkrankungen des Bewegungsapparats zu verstehen. Der Teilnehmer lernt einfache Alltagsübungen kennen, mit denen er bereits zu Beginn seiner Beschwerden Entlastungen erzielen kann und die Selbstheilungskräfte des Körpers positiv unterstützt. Wir sprechen auch über „Red Flags“: Bei welchen Beschwerden ist eine weitere Abklärung zwingend notwendig?

Dieses Kursangebot richtet sich an Menschen, die im Sinne der Prävention aktiv etwas für ihre Gesundheit tun und ihre körperliche Fitness erhalten oder verbessern möchten.

Der Kurs ist kein Rehabilitationssport und daher weniger geeignet für Menschen mit starken körperlichen Einschränkungen oder degenerativen Erkrankungen.

AL130232 | Kurs

mit Carolin Berlage
Dienstag, 07.10., 17:00-20:00 Uhr
Dalhausen, Korbmacher-Museum (Lange Reihe 23)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 25,00 €

Tanzpraxis**Linedance für Anfänger – Fortsetzung**

Line Dance ist eine choreografierte Tanzform des Westertanzes 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. Erlern 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 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.

AL130235 | Kurs

mit Georg Haase, Yvonne Haase
Donnerstag, 04.09., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Graf-Dodiko-Schule, Gymnas-
tikraum
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 65,00 €

Tanzen für Paare – Aufbaukurs D2

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



Bild © Pixabay (Bernard-Verougstraete)

Tanzen ist die charmanteste Art, auch in der zweiten Lebenshälfte leicht, aber trotzdem wirkungsvoll, Sport zu betreiben. Neben der Stärkung von Herz und Kreis-

lauf 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.

AL130236 | Kurs

mit Hildegard Schmidt
Dienstag, 09.09., 20:30-22:00 Uhr
Willebadessen-Borlinghausen, Teutonia
Klippenhalle
11 Termine, 22 UE
Gebühr: 89,00 €

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 unter www.tanzsportkreis.de

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

AL130237 | Kurs

mit Hildegard Schmidt

Dienstag, 09.09., 19:00-20:30 Uhr
Willebadessen-Borlinghausen, Teutonia
Klippenhalle
11 Termine, 22 UE
Gebühr: 89,00 €

Tanzen für Paare – Tanzsportkreis F1

Der Kurs richtet sich an Tanz-Paare, die über 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. Niveauvolle Tanzbälle und Tanz-Veranstaltungen werden vom Dozenten mitgeteilt. Eine paarweise Anmeldung ist sinnvoll.

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

AL130238 | Kurs

mit Joachim Schmidt

Freitag, 12.09., 19:00-20:30 Uhr
Willebadessen-Borlinghausen, Teutonia
Klippenhalle
11 Termine, 22 UE
Gebühr: 89,00 €

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. Neuzugänge 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. Niveauvolle Tanzbälle und Tanz-Veranstaltungen werden von der Dozentin mitgeteilt. Siehe auch unter www.tanzsportkreis.de

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

AL130239 | Kurs

mit Joachim Schmidt

Sonntag, 14.09., 19:00-20:30 Uhr
Willebadessen-Borlinghausen, Teutonia
Klippenhalle
11 Termine, 22 UE
Gebühr: 89,00 €

Orientalischer Bauchtanz für Anfängerinnen (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 Kör-



pergefühl 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, Tanzschlappchen oder dicke Socken und ein Getränk.

AL130240 I Kurs

mit Sevim Lathouris

Donnerstag, 11.09., 19:30-21:00 Uhr
Warburg, HPZ Gymnastikraum
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 69,00 €

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.

AL130241 I Kurs

mit Tobias Flore

Samstag, 27.09., 09:00-13:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Turnhalle I (Birkenstr.)
1 Termin, 6 UE
Gebühr: 25,00 €

AL130242 I Kurs

mit Tobias Flore

Samstag, 08.11., 09:00-13:00 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.



Bild © Pixabay (sahinsezerdincer)

Aqua-Jogging 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.

AL130281 | Kurs

mit Rudi Hake

Freitag, 31.10., 19:15-20:00 Uhr
Borgentreich, Hallenbad (Platz der Stadt Rue 2a)

10 Termine, 10 UE
Gebühr: 60,00 €

AL130282 | Kurs

mit Rudi Hake

Freitag, 31.10., 20:00-20:45 Uhr
Borgentreich, Hallenbad (Platz der Stadt Rue 2a)

10 Termine, 10 UE
Gebühr: 60,00 €

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 Wasser. Anschließend geht es mit den Boards aufs Wasser, um das Erlernte zu üben und anzuwenden.



Bild © Pixabay (Aerthys)

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 „Klabautermann“ (Zulauf) / Richtung Landau um 09:30 Uhr.

Bitte denken Sie an Kleingeld für den Parkautomat.

AL130295 | Kurs

mit Reinhold Büchler

Sonntag, 07.09., 09:30-12:00 Uhr
Twistesee, Parkplatz am „Stübchen“ (Zulauf, Richtung Landau)

1 Termin, 3,33 UE
Gebühr: 55,00 €

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!-



Bild © Reinhold Büchler

AL130296 | Kurs

mit Reinhold Büchler

Samstag, 15.11., 10:00-11:30 Uhr,
Tauchstation Warburg (Zum Warburger
Tor 39)

Sonntag, 16.11., und Sonntag, 23.11.,
jeweils von 15:00-16:30 Uhr

Hallenbad Warburg

3 Termine, 6 UE

Gebühr: 59,00 €



Bild © Reinhold Büchler

AL130297 | Kurs

mit Reinhold Büchler

Samstag, 15.11, 10:00-12:00 Uhr,
Tauchstation Warburg (Zum Warburger
Tor 39)

Sonntag, 16.11., 23.11. und 30.11.,
jeweils 13:30-15:00 Uhr

Hallenbad Warburg

4 Termine, 8,67 UE

Gebühr: 119,00 €

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? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie!

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. Keine Ermäßigung möglich.

-Begrenzte Teilnehmerzahl!-



Bild © Reinhold Büchler

Freitauchen – mit einem Atemzug abtauchen

Träumten Sie schon einmal davon, wie ein Delfin zu schwimmen oder mit einem Atemzug durch das endlose Blau des Ozeans zu gleiten? Dann ist der Einstieg in das Freediving Programm (Freitauchen) 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.

Mindestalter: 14 Jahre. Bei Minderjährigen ist mit der Anmeldung eine schriftliche Einverständniserklärung der Eltern vorzulegen. Mitzubringen sind: Iso- oder Gymnastikmatte, Handtuch. Keine Ermäßigung möglich.

-Begrenzte Teilnehmerzahl!-

AL130298 | Kurs

mit Reinhold Büchler

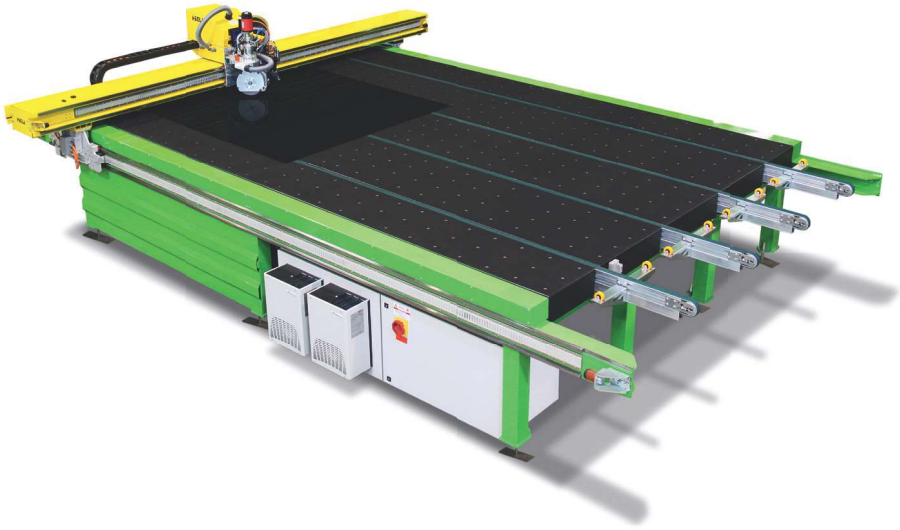
Sonntag, 14.12., 13:30-17:00 Uhr

Hallenbad Warburg

1 Termin, 4,67 UE

Gebühr: 69,00 €

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

Ernährung

Kreativlab





Vorträge und Betriebsbesichtigungen

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 Milchprodukten, Fleisch, Brot und vielseitigem Naturkostsortiment.

Auf dem Hof wird eine umfangreiche Saatgutvermehrung sowie eine eigene Saatgutaufbereitung betrieben, die Milchkühe haben Weidegang und besonders ist die kuhgebundene Kälberaufzucht. Erleben Sie eine biologische Kreislaufwirtschaft!

Ein geladen 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!

AL130402 | Kurs

mit Heike Schäfer-Jacobi

Samstag, 13.09., 14:00-16:00 Uhr
Borgentreich-Körbecke, Biohof Jacobi
(Mühlentorstr. 23)
1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 12,00 €

Vortrag: „Basenfasten und Kräuterteekur“

Unausgewogene Ernährung und Mangel an Bewegung können zu einer Übersäuerung des Organismus führen. Eine dauerhafte Übersäuerung ist ein guter Nährboden für Erkrankungen. Mit der richtigen Lebensmittelauswahl kann eine Kur gestaltet werden, die sich vorteilhaft auf eine Entschlackung auswirkt. Beim Basenfasten müssen Sie nicht hungern, sondern wählen gezielt die passenden Lebensmittel aus. So eine Kur kann sehr spannend sein, denn die Zutatenliste zwingt Sie da-

zu, neue Rezepte auf den Teller zu bringen. Der richtige Tee dazu kann den Erfolg steigern.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL130403 | Vortrag

mit Thomas Otterpohl

Montag, 03.11., 18:30-20:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Vortrag: „Gesund durch den Winter“

Wer möchte das nicht? Doch oft erwischt es uns dann zum ungünstigsten Zeitpunkt. Dabei gibt es so viele einfache Möglichkeiten, vorzubeugen und unser Immunsystem für einen Angriff fit zu machen.

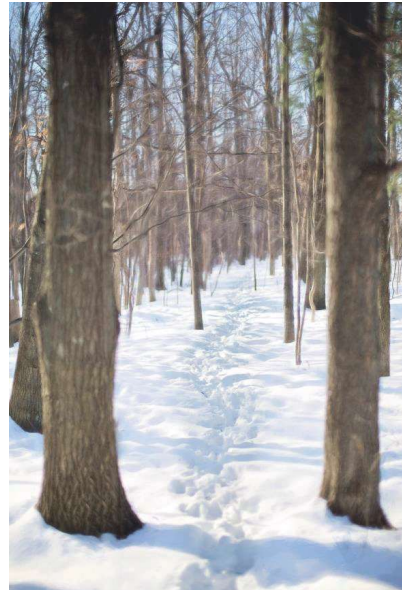


Bild © Pixabay (JillWellington)

Lebensweise und Ernährung spielen dabei eine wichtige Rolle. Erwischen uns Viren oder Bakterien dann doch und greift man dann zu den altbewährten Hausmitteln,



sollte man allerdings wissen, welches Mittel wofür hilft.

Zuvor ist zu klären: Sitzt der Husten sehr fest oder eher gelöst? Was hilft bei Hals- und Gliederschmerzen? Plagen mich Viren oder Bakterien? Brauche ich wirklich Antibiotika?

Mit dem Vortrag können Sie sich fit machen für den Winter und eine gute Hausapotheke für die trüben Tage planen.

Eine Voranmeldung ist aus organisatorischen Gründen notwendig.

AL130404 | Vortrag

mit Thomas Otterpohl

Montag, 17.11., 18:30-20:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Vortrag: „Heilpflanzen für dein Tier“ – Salben, Tees, Öle & Wickel mit heilkraftigen Pflanzen

Es ist faszinierend zu sehen, wie Tiere in der Natur instinktiv Heilkräuter nutzen, um ihre Gesundheit zu fördern. Mutter Natur hat uns seit Entstehung der Erde Heilpflanzen zur Verfügung gestellt. Die Erstentdecker der Pflanzenheilkunde waren die Tiere, die schon seit Urzeiten aufgrund ihrer Instinkte, Sinne und Erfahrung wussten, was gut oder schlecht für sie war. Um das richtige Heilkraut für unser Tier zu finden, sind Einfühlungsvermögen und Beobachtungsgabe sehr wichtig.

In diesem Vortrag werden einige wichtige Heilpflanzen in ihrer Wirkung und Anwendung vorgestellt. Wer mehr über bestimmte Heilkräuter erfahren möchte, ist bei diesem Vortrag an der richtigen Stelle.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL130405 | Vortrag

mit Susanne Weide

Dienstag, 07.10., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Vortrag: „Ätherische Öle für dein Tier“ – sanfte Unterstützung bei Stress, Unruhe & körperlichem Ungleichgewicht

Dieser Kurs richtet sich an alle Tierliebhaber, die ihre Tiere auf natürliche Weise begleiten möchten.

In diesem Vortrag wird Ihnen gezeigt, wie Sie ätherische Öle auf sichere und liebevolle Weise beim Tier einsetzen können. Wir entdecken gemeinsam die wichtigsten Öle, ihre vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten und Sie erhalten praktische Tipps, damit Sie Ihr Tier natürlich unterstützen können. Dabei legen wir besonderen Wert auf die Sicherheit und das Wohlbefinden Ihrer Tiere, sodass Sie mit einem guten Gefühl handeln können.

AL130406 | Vortrag

mit Susanne Weide

Dienstag, 04.11., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Workshop: „Gesunde Hundeleckerchen selbst gemacht“ – mit natürlichen Zutaten & heimischen Heilpflanzen

Wildkräuter sind nicht nur gesund, sondern auch eine tolle Möglichkeit, die Ernährung unseres Vierbeiners zu bereichern und man kann sie individuell an die Bedürfnisse des Hundes anpassen. In diesem Workshop werden verschiedene Rezepte für Hundekexse mit Wildkräutern vorgestellt, die dem Liebling sicher



schmecken und auch noch gesund und preiswert sind. Der nächste Spaziergang mit dem Hund könnte DIE Gelegenheit sein, um einige der gesunden Kräuter zu sammeln.

Die Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AL130407 | Kurs

mit Susanne Weide

Mittwoch, 26.11., 18:00-21:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 20,00 €

Besichtigung der Hagenmühle in Grebenstein

In der Warburger Börde haben sich viele Betriebe der Nahrungsmittelproduktion im Laufe der Jahrhunderte angesiedelt. Die Verbraucher, die seit einigen Jahren auch ihre Brote selber backen, legen Wert auf gesunde Zutaten. So haben wir in diesem Herbst die Möglichkeit, die Hagenmühle in Grebenstein zu besichtigen, ein Traditionsbetrieb in Familienbesitz seit fast 600 Jahren.



Bild © <https://www.hagenmuehle.com>

Unter der Leitung von Christoph Hold, einem der letzten aktiven Wassermüller, werden dort allein mit Wasserkraft verschiedene Mehle und Backschrote gemahlen. Die vermahlene Produkte wie Weizen, Roggen, Dinkel und Emmer sind frei von jeglichen Zusatzstoffen und werden

entweder im Hofladen oder an kleinere Bäckereien oder Supermärkte in der Umgebung verkauft.

Erleben Sie bei einer Mühlenführung mit anschließendem Imbiss unter fachkundiger Leitung einen Einblick in die Mühlentechnik und die damit zusammenhängende Bedeutung.

Aus organisatorischen Gründen ist die Voranmeldung bis Freitag, 05.09.2025, notwendig. In der Gebühr sind die Kosten für den Imbiss enthalten.

AL130408 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Mittwoch, 17.09., Treffpunkt: 15:00 Uhr
auf dem Schützenplatz Warburg zwecks Bildung von Fahrgemeinschaften; Rückkehr gegen ca. 17:30 Uhr
Warburg-Schützenplatz

1 Termin, 3,33 UE

Gebühr: 23,00 €

Kochkurse

Gesunde ayurvedische Küche im Herbst

Ayurvedisch kochen bedeutet, Speisen so zuzubereiten, dass der Genuss der Speisen der Körperkonstitution angepasst ist. Solche Speisen fördern die Erhaltung der Gesundheit.



Bild © Claudia Genau

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 Herbst-Menü zubereitet, das wir uns anschließend gemeinsam schmecken lassen.

Mitzubringen sind: Messer, Geschirrtuch, Schürze und kleine Gläser für Ghee, ggf. kleine Behälter für Reste.

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

AL130501 | Kurs

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

Dienstag, 11.11., 18:00-22:00 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule
(Stiepenweg 5)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 19,00 €

Brot selbst backen – neue und bewährte Rezepte

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.



Bild © Claudia Genau

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.

Es werden verschiedene Vollkornbrote mit unterschiedlichen Samen, Kernen und Nüssen mit frischem Sauerteig und Hefe gebacken. Mit einer Auswahl von Brötchen, Ciabatta und Ostergebäck wird für jeden etwas dabei sein. Die Teigverarbeitung mit einer handelsüblichen Küchenmaschine steht im Vordergrund. Gebacken wird in klassischen Metallbackformen und, falls vorhanden, auch in Keramikgeschirr oder Gußtöpfen. Bringen Sie Ihre Lieblingsform bitte zum Workshop mit!

Mitzubringen sind: Schürze, Kunststoffschüssel mit Deckel (mind. 3l 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.

AL130502 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Freitag, 28.11., 14:00-18:00 Uhr
Warburg, Küche im Hüffertgymnasium
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 18,00 €

AL130503 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Dienstag, 04.11., 17:30-21:30 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 20,00 €

„O'zapft is“ – Bayrische Schmankerl

Bayrische Küche erleben mit einem Büffet aus vielen leckeren Schmankerln. Vom Wurstsalat bis zur bayrischen Creme.

Die Lebensmittel- und Getränkekosten sind in der Kursgebühr enthalten, daher ist keine Ermäßigung möglich. Der Kurs ist nicht für Vegetarier und Veganer geeignet.



Mitzubringen sind: Gefäße für eventuelle Reste, Geschirrtuch, Schürze, gute Laune und Spaß am Kochen.

AL130506 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 26.09., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule
(Stiepenweg 5)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 53,00 €

AL130507 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 31.10., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule
(Stiepenweg 5)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 53,00 €

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.

AL130508 | Kurs

mit Maria Zimmermann

Dienstag, 07.10. und 28.10.,
jeweils von 18:00-21:00 Uhr
Borgentreich, Küche in der Sekundar-
schule (Verwaltungsgebäude I, ehem.
Realschule, Platz der Stadt Rue 4)
2 Termine, 8 UE
Gebühr: 28,00 €

Kochen für mich – genussvoll, gesund und mit System: Mediterran & leicht

Allein zu kochen muss weder aufwendig noch langweilig sein. In diesem praxisorientierten Kurs erfahren Sie, wie Sie auch für sich selbst abwechslungsreiche und ausgewogene Drei-Gänge-Menüs zubereiten – mit Freude, Struktur und Sinn für Qualität.

Sie erlernen grundlegende Kochtechniken, erhalten Tipps zur effizienten Küchenorganisation, Lebensmittelplanung und nachhaltigem Einkaufen. Gemeinsam werden wir ein saisonales Menü kochen, anrichten und in geselliger Runde genießen.

Ob für den Alltag oder besondere Gelegenheiten – entdecken Sie, wie genussvolles Kochen auch im kleinen Rahmen gelingt. Es erwarten Sie Antipasti vom Blech mit Balsamico und Rosmarin, gebratenes Hähnchenbrustfilet auf Tomaten-Basilikum-Risotto als Hauptgang und Panna Cotta mit Beerencoulis als Dessert.

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.

AL130509 | Kurs

mit Helmut Ingebrand

Dienstag, 07.10., 18:00-22:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 25,00 €

Kochen für mich – genussvoll, gesund und mit System: Herbstlich & herzhaft

Kursinfo s.o.



Als Vorspeise bereiten wir eine Kürbis-Apfel-Suppe mit gerösteten Kürbiskernen zu, danach gibt es Schweinefilet mit Pilzrahmsoße, Kartoffelstampf und grünen Bohnen. Ein Bratapfel mit Zimt-Quarkfüllung und Vanillesauce rundet den Abend ab.

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.

AL130510 I Kurs

mit Helmut Ingebrand

Dienstag, 18.11., 18:00-22:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)

1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 25,00 €

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 gern 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.

AL130511 I Kurs

mit Maria Zimmermann

Donnerstag, 06.11., 18:00-21:30 Uhr
Warburg, Küche Sekundarschule (Stiepenweg 5)

3 Termine, 14 UE
Gebühr: 49,00 €

Herbstküche mit Wild und Kürbis: Saisonales Festmenü

In diesem herbstlichen Kochkurs steht die Verarbeitung saisonaler Zutaten im Mittelpunkt. Mit Profikoch Peter Strate kochen Sie ein festliches Menü mit Wild und Gemüse der Saison. Auf dem Speiseplan stehen ein würziges Kürbis-Curry, Rehbraten mit Preiselbeersauce, gebackene kleine Kartoffeln und angeschwenkter Rosenkohl sowie ein selbstgemachtes Schokoladenmousse. Sie lernen das fachgerechte Zerlegen und Zubereiten einer Rehkeule, die Herstellung einer aromatischen Sauce sowie wichtige Schneidetechniken.

Der Kurs richtet sich an Hobbyköche mit Lust auf neue Herausforderungen.

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.

AL130512 I Kurs

mit Peter Strate

Donnerstag, 06.11., 18:00-22:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)

1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 20,00 €

Silvesterbüffet

Der letzte Tag des Jahres rückt näher und mit ihm die Planung für den perfekten Silvesterabend. Wir bereiten ein tolles Menü vor. Von der Speise bis zum Dessert.



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.

Dieser Kurs ist nicht für Veganer und nur stark eingeschränkt für Vegetarier geeignet.

AL130513 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 12.12., 18:30-22:30 Uhr
 Warburg, Küche der Sekundarschule
 (Stiepenweg 5)
 1 Termin, 5,33 UE
 Gebühr: 53,00 €

Asia Style

An manchen Tagen können wir vom Urlaub nur träumen. Wie wäre es mit einer leckeren Buddha Bowl, einem Glasnudelsalat oder einem köstlichen Asia-Geschnetzelten?



Bild © Claudia Genau

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. Dieser Kurs ist nicht für Veganer und nur stark eingeschränkt für Vegetarier geeignet.

AL130515 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 07.11., 18:30-22:30 Uhr
 Warburg, Küche der Sekundarschule
 (Stiepenweg 5)
 1 Termin, 5,33 UE
 Gebühr: 53,00 €

AL130516 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 21.11., 18:30-22:30 Uhr
 Warburg, Küche der Sekundarschule
 (Stiepenweg 5)
 1 Termin, 5,33 UE
 Gebühr: 53,00 €

„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. Dieser Kurs ist nicht für Veganer und nur stark eingeschränkt für Vegetarier geeignet.



AL130517 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Donnerstag, 28.08., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule
(Stiepenweg 5)

1 Termin, 5,33 UE

Gebühr: 53,00 €

AL130518 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 28.11., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule
(Stiepenweg 5)

1 Termin, 5,33 UE

Gebühr: 53,00 €

AL130519 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 05.12., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule
(Stiepenweg 5)

1 Termin, 5,33 UE

Gebühr: 53,00 €

Türkische Küche – ein Abend voller Genuss!

In den Räumlichkeiten des türkisch-islamischen Vereins in Warburg bereiten wir gemeinsam köstliche türkische Spezialitäten zu und genießen sie anschließend in geselliger Runde. Zubereitet werden: Çig Köfte – würzige Bulgurbällchen mit frischen Kräutern, Pide – herzhaftes türkische Teigschiffchen mit verschiedenen Füllungen, frischer Salat als perfekte Ergänzung.

Mitzubringen sind: Schürze, scharfe Messer, Geschirrtuch und Gefäße für eventuelle Reste. In der Kursgebühr sind die Lebensmittelkosten enthalten. Dieser Kurs ist nicht für Veganer und nur eingeschränkt für Vegetarier geeignet.

AL130520 | Kurs

mit Ayse Ergin

Freitag, 12.09., 18:00-21:00 Uhr
Warburg, Moschee, Hinter der Mauer Nord (gegenüber dem Parkplatz der Sparkasse)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 24,00 €

Orientalisch kochen für Jedermann

Einen Hauch Orient auf den Tisch zaubern: Wir gönnen uns ein Büfett 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. Dieser Kurs ist nicht für Veganer und nur stark eingeschränkt für Vegetarier geeignet.

AL130521 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 19.09., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule
(Stiepenweg 5)

1 Termin, 5,33 UE

Gebühr: 53,00 €

AL130522 | Kurs

mit Veronika Hülsmann

Freitag, 14.11., 18:30-22:30 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule
(Stiepenweg 5)

1 Termin, 5,33 UE

Gebühr: 53,00 €

Genuss aus dem Orient – Arabisches Fingerfood

Sie planen eine Feier und möchten Ihre Gäste mit raffiniertem Fingerfood überraschen? An diesem Abend lernen Sie sowohl vegetarische als auch fleischhaltige Häppchen zuzubereiten – von einfachen Leckereien bis hin zu anspruchsvolleren Kreationen. Perfekt für Party, Büfett oder als besondere Vorspeisen.

Mitzubringen sind: Schürze, scharfe Messer, Geschirrtuch und Gefäße für evtl. Reste.

In der Kursgebühr sind die Lebensmittelkosten enthalten. Dieser Kurs ist nicht für Veganer und nur eingeschränkt für Vegetarier geeignet.

**AL130523 | Kurs**

mit Tahani Munawar

Mittwoch, 26.11., 18:00-21:00 Uhr
 Borgentreich, Küche in der Sekundar-
 schule (Verwaltungsgebäude I, ehem.
 Realschule, Platz der Stadt Rue 4)
 1 Termin, 4 UE
 Gebühr: 24,00 €

Persische Küche – Zauber des Ori- ents

Die persische Küche entführt uns in eine Welt exotischer Zutaten und berauschen-der Düfte. Edle Zutaten wie Kräuter und Gewürze schaffen kulinarische Gaumenfreuden, deren Farbe und Aroma das Bun-te und Lebhaftes des Orients widerspie-geln. Dieser authentische Kochkurs er-möglicht einen Einblick in ein Stück persi-scher Kultur. Sie werden das traditionelle und auch das moderne Persien mit seiner duftenden und verspielten Küche kennen lernen.



Bild © Claudia Genau

Mitzubringen sind: Gefäße für eventuelle Reste, Geschirrtuch, Schürze, Schälmes-ser, gute Laune und Spaß am Kochen.

Die Lebensmittelkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet. Dieser Kurs ist nicht für Veganer und nur stark einge-schränkt für Vegetarier geeignet.

AL130524 | Kurs

mit Zohreh Reiszadeh

Samstag, 13.09., 10:00-13:00 Uhr
 Warburg, Küche der Sekundarschule
 (Stiepenweg 5)
 1 Termin, 4 UE
 Gebühr: 14,00 €

AL130525 | Kurs

mit Zohreh Reiszadeh

Samstag, 11.10., 10:00-13:00 Uhr
 Warburg, Küche der Sekundarschule
 (Stiepenweg 5)
 1 Termin, 4 UE
 Gebühr: 14,00 €

AL130526 | Kurs

mit Zohreh Reiszadeh

Samstag, 15.11., 10:00-13:00 Uhr
 Warburg, Küche der Sekundarschule
 (Stiepenweg 5)
 1 Termin, 4 UE
 Gebühr: 14,00 €

AL130527 | Kurs

mit Zohreh Reiszadeh

Samstag, 13.12., 10:00-13:00 Uhr
 Warburg, Küche der Sekundarschule
 (Stiepenweg 5)
 1 Termin, 4 UE
 Gebühr: 14,00 €

Ukrainische Küche – ein Abend vol- ler Genuss!

An diesem Abend stehen traditionelle uk-rainische Gerichte auf dem Speiseplan. Zubereitet werden u.a. Warenky – gefüll-te Teigtaschen, süß oder herzhaft, vegeta-risch oder mit Fleisch sowie Pelmeni – kleine, gefüllte Teigtaschen, die besonders in der kalten Jahreszeit beliebt sind.

Mitzubringen sind: Schürze, scharfe Mes-ser, Geschirrtuch, Nudelholz und Gefäße für eventuelle Reste. In der Kursgebühr sind die Lebensmittelkosten enthalten. Dieser Kurs ist nicht für Veganer und nur eingeschränkt für Vegetarier geeignet.



AL130528 I Kurs

mit Olha Briukhovetska, Yana Atamanova

Mittwoch, 24.09., 18:00-21:00 Uhr
Borgentreich, Küche in der Sekundarschule (Verwaltungsgebäude I, ehem. Realschule, Platz der Stadt Rue 4)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 24,00 €

AL130529 I Kurs

mit Tetiana Lapina, Vsevolod Lapin
Mittwoch, 12.11., 18:00-21:00 Uhr
Borgentreich, Küche in der Sekundarschule (Verwaltungsgebäude I, ehem. Realschule, Platz der Stadt Rue 4)
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 24,00 €

Tapas und Fingerfood – Spanische Küche kreativ genießen

Lernen Sie unter fachkundiger Anleitung von Profikoch Peter Strate verschiedene Tapas und Fingerfood-Variationen kennen. Gemeinsam bereiten Sie mediterrane Köstlichkeiten zu, die sich perfekt für Gäste oder gemütliche Abende eignen. Auf dem Menü stehen unter anderem Mini-Caprese-Spieße mit Balsamico-Glasur, gefüllte Blätterteigtaschen mit Spinat und Feta, Albóndigas (spanische Hackfleischbällchen), Pinchos Morunos (würzige Fleischspieße), Patatas Alioli (Kartoffeln mit Knoblauchcreme) und eine süße Überraschung zum Abschluss.

Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene. Neben der Zubereitung und den Rezepten werden auch Gartechiken und Tricks vermittelt.

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.

AL130530 I Kurs

mit Peter Strate
Mittwoch, 01.10., 18:00-22:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birckenstr.)
1 Termin, 5,33 UE
Gebühr: 20,00 €

Herbstküche mit 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 gemüthlicher Runde aus.



Bild © Pixabay (zapCulture)

Bitte beachten Sie auch das andere Kursangebot. In beiden Kursen werden unterschiedliche Rezepte zubereitet, Mitzubringen sind: Behälter für evtl. Reste. Die Kosten für die Lebensmittel werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AL130531 I Kurs

mit Katharina Fielbrand
Mittwoch, 17.09., 17:30-21:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birckenstr.)
1 Termin, 4,67 UE
Gebühr: 19,00 €

**AL130532 | Kurs**

mit Katharina Fielbrand

Donnerstag, 09.10., 17:30-21:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)

1 Termin, 4,67 UE

Gebühr: 19,00 €

Weihnachtsbäckerei mit Thermomix®

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wie Sie mit dem Thermomix im Handumdrehen weihnachtliche Plätzchen zubereiten können. Gemeinsam entdecken wir einfache Rezepte, nützliche Tipps und Tricks, um Ihre Backkünste auf das nächste Level zu heben – perfekt für die besinnliche Weihnachtszeit!

Der Kurs richtet sich an alle, die Freude am Backen haben und den Thermomix als praktischen Helfer schätzen. Ob Anfänger oder erfahrener Küchenprofi – hier ist für jeden etwas dabei! Lassen Sie sich inspirieren und genießen Sie gemeinsam die festliche Atmosphäre beim Backen.

Mitzubringen sind: Behälter für evtl. Reste. Die Kosten für die Lebensmittel werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

AL130533 | Kurs

mit Katharina Fielbrand

Freitag, 28.11., 16:00-19:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 18,00 €

AL130534 | Kurs

mit Katharina Fielbrand

Freitag, 05.12., 16:00-19:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude II/Lehrküche (Birkenstr.)

1 Termin, 4 UE

Gebühr: 18,00 €

Tastings**Whisky-Tasting: Eine Genuss-Reise durch die schottischen Whisky Regionen**

Lassen Sie sich von der Bandbreite schottischer Whiskys und deren Geschmacksvielfalt verzaubern. Im Fokus stehen kleine Destillieren, unabhängige Abfüllungen und interessante Finishings. Entdecken Sie Malts, die von Menschen mit Herzblut und Hingabe hergestellt werden. Die Bandbreite erstreckt sich von weich und mild bis torfig-rauchig.

In der Kursgebühr ist der Betrag für die Verkostung enthalten. Teilnahmevoraussetzung: Mindestalter 18 Jahre.

AL130703 | Kurs

mit Matthias Hannmann

Samstag, 20.09., 18:00-20:15 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 3 UE

Gebühr: 33,00 €

AL130706 | Kurs

mit Matthias Hannmann

Freitag, 06.02., 20:00-22:15 Uhr
Warburg, Ratskeller (Zwischen den Städten)

1 Termin, 3 UE

Gebühr: 33,00 €

Whisky-Tasting: Eine Rundreise durch die Whiskys der schottischen Inseln und der Westküste

Eine Reise entlang der westlichen 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.



Bild © Pixabay (OurWhiskyFoundation)

AL130704 | Kurs

mit Matthias Hannmann

Freitag, 26.09., 20:00-22:15 Uhr
Warburg, Ratskeller (Zwischen den
Städten)

1 Termin, 3 UE

Gebühr: 33,00 €

AL130705 | Kurs

mit Matthias Hannmann

Samstag, 08.11., 18:00-20:15 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 3 UE

Gebühr: 33,00 €

Weinprobe: „Unsere Besten“ – in Zusammenarbeit mit der Vinothek Schneider

Unsere Liebhaberweinprobe ist ein Klassiker. Freuen Sie sich darauf, Neues und Gereiftes zu probieren. Unsere neuen Top-Winzer haben überzeugt und ein besonderer Wein folgt zum Abschluss. Natürlich lernen Sie auch etwas über Keller-technik und biologischen Weinbau, denn die Welt der Weine ist vielfältig.

Im Kaminzimmer des Cordt-Holstein-Hauses bieten wir Ihnen Zugang zu Inte-

ressantem aus deutschen, französischen und italienischen Weinanbaugebieten. Auch die vergnügliche Unterhaltung soll bei allen neuen Informationen nicht zu kurz kommen.

In der Gebühr sind die verschiedenen Weine, Baguette und Mineralwasser enthalten. Teilnahmevoraussetzungen: Mindestalter 18 Jahre.

AL130707 | Kurs

mit Birgit Anne Schneider

Freitag, 14.11., 19:30-22:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 3,33 UE

Gebühr: 36,00 €

Weinabend: „Im Kaminzimmer“ – in Zusammenarbeit mit der Vinothek Schneider

Reisen Sie mit uns durch deutsche und französische Weinregionen. Es gibt viel Neues zu entdecken. Dazu probieren Sie unterschiedliche Weine und lernen etwas über die Winzer und ihre Techniken. Trocken, halbtrocken, süß oder edelsüß: Welcher Wein ist der Richtige? Finden Sie Ihren Lieblingswein.

In der Gebühr sind die verschiedenen Weine, Baguette und Mineralwasser enthalten. Teilnahmevoraussetzungen: Mindestalter 18 Jahre.

AL130715 | Kurs

mit Birgit Anne Schneider

Donnerstag, 02.10., 19:30-22:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (We-
serstr. 10)

1 Termin, 3,33 UE

Gebühr: 26,00 €



WIR | vhs Zweckverband Diemel-Egge-Weser

SUCHEN SIE

ALS DOZENT/-IN

STANDORTE

Warburg • Beverungen • Borgentreich • Willebadessen

KONTAKT

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser
Rathaus Zwischen den Städten 9
34414 Warburg • info@vhs-dew.de





Deutsch

Deutsch für den Alltag und Beruf (B1-Niveau)

Der Kurs richtet sich an Berufstätige sowie andere Interessierte mit Deutschkenntnissen auf dem B1-Niveau, die ihre Sprachkompetenz für Alltag und Beruf verbessern möchten. Der Schwerpunkt liegt auf kommunikativen Fähigkeiten und aktiver Sprachanwendung. Die Grammatik wird ebenso vermittelt.

Die Kursmaterialien werden gestellt. Bitte bringen Sie Schreibutensilien mit.

AL140403 I Kurs

mit Andželika Kassan

Donnerstag, 07.08., 18:15-19:45 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
6 Termine, 12 UE
Gebühr: 33,00 €

AL140404 I Kurs

mit Andželika Kassan

Donnerstag, 18.09., 18:15-19:45 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
6 Termine, 12 UE
Gebühr: 33,00 €

Deutsch lernen von Anfang an – für Erwachsene ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene, die keine oder kaum Deutschkenntnisse haben und die Sprache Schritt für Schritt von Grund auf lernen möchten. In einem unterstützenden und alltagsnahen Unterricht werden die wichtigsten Grundlagen vermittelt. Sie lernen, sich vorzustellen, einfache Gespräche zu führen und typische Situationen im Alltag und im Berufsleben sprachlich zu meistern.

Sie sollten das lateinische Alphabet lesen und schreiben können. Der Kurs ist nicht geeignet für Personen ohne grundlegende Lese- und Schreibkenntnisse.

Dieser Kurs schafft eine gute Basis für das Leben in Deutschland und kann auch zur

Vorbereitung auf die A1-Sprachprüfung genutzt werden.

AL140405 I Kurs

mit Marina Luft

Montag, 08.09., 18:00-20:15 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I (Birkenstr.)
10 Termine, 30 UE
Gebühr: 100,00 €

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 9)

AL140601 I Kurs

mit Gabriele Arens

Montag, 01.09., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I
9 Termine, 18 UE
Gebühr: 44,00 €

English Intermezzo

Haben Sie früher schon einmal Englisch gelernt und möchten jetzt Ihre Grundkenntnisse auffrischen oder haben Sie bereits einen Anfängerkurs auf Niveau A1 abgeschlossen und möchten Ihre Kenntnisse festigen?



In diesem Kurs können Sie innerhalb von 1-2 Semestern in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß genau diese Ziele erreichen. Sie trainieren das Hören, das Lesen, das Schreiben und das Sprechen. Auf diese Weise gewinnen Sie die notwendige Sicherheit, um erfolgreich in der englischen Sprache zu kommunizieren.

Lehrbuch Intermezzo Englisch A1 – Wiederholen – Aktivieren – Kommunizieren / ISBN 978-3-19-009600-8

AL140602 I Kurs

mit Gabriele Arens

Dienstag, 02.09., 16:30-18:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I
12 Termine, 24 UE
Gebühr: 58,00 €

Englisch A1 für Anfänger

Unser Englischkurs richtet sich an Anfänger mit Grundkenntnissen. Aktuell befinden wir uns in Lektion 9 von 14. Ein Einstieg ist weiterhin möglich, wenn Sie bereits erste Grundlagen mitbringen.

In entspannter, freundlicher Atmosphäre über wir Sprechen, Hören und Verstehen bei gemütlichem Lerntempo. Neue Gesichter sind herzlich willkommen, auch gerne zum Reinschnuppern.

Lehrbuch: Fairway New A1 – Klett Verlag (Neueinsteiger müssen zum ersten Kurs-tag kein Buch mitbringen).

AL140603 I Kurs

mit Gabriele Arens

Dienstag, 02.09., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 48,00 €

Englisch für Fortgeschrittene – Niveau A2.2

Der Kurs bietet eine bunte Mischung für alle, die ihre Englischkenntnisse auf fort-

geschrittenem 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

AL140604 I Kurs

mit Gabriele Arens

Montag, 01.09., 16:30-18:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 48,00 €

English Conversation Practice

This course is for people interested in developing or refreshing their English conversation 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.

AL140606 I Kurs

mit Tamara McKinley

Mittwoch, 03.09., 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 – Fortsetzungskurs

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!

Der Kurs richtet sich zunächst an die Teilnehmer der vorausgegangenen Kursabschnitte. Neue Interessenten mit grundlegenden Vorkenntnissen sind selbstverständlich herzlich Willkommen.

Lehrwerk: Easy English Upgrade · Englisch für Erwachsene Book 1: A1.1 (Cornelsen, ISBN: 978-3-06-122673-2)

AL140607 | Kurs

mit Carolin Kornhoff

Der genaue Starttermin war zur Drucklegung noch nicht bekannt und wird auf unserer Homepage bekannt gegeben. Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I (Birkenstr.)
6 Termine, 12 UE
Gebühr: 46,00 €

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 herzlich willkommen. Auf Wunsch erteilt die Kursleiterin Auskunft darüber, ob der Einstieg in den Kurs sinnvoll ist.

Kursbuch: Französisch für Anfänger und Fortgeschrittene (ISBN 979-8730066854)

AL140803 | Kurs

mit Anne Theimer

Dienstag, 02.09., 17:30-19:00 Uhr
Herstelle, Kath. Pfarrheim (Heristalstr. 32)

10 Termine, 20 UE

Gebühr: 67,00 €

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 francais B1, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529649-7), ab Lektion 8

AL140804 | Kurs

mit Carsten Götz

Montag, 08.09., 18:30-20:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II

10 Termine, 20 UE

Gebühr: 54,00 €

Italienisch

Italienisch für Teilnehmer mit Vorkenntnissen/leicht Fortgeschrittene

Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrssemester 2025 – 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 Aus-



kunft 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)

AL140901 | Kurs

mit Christian Porsch

Mittwoch, 03.09., 18:30-20:00 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I (Birkenstr.)
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 60,00 €

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, ab Lektion 3. Für Neueinsteiger gibt es zusätzliche Unterstützung. Zudem werden aktuelle landeskundliche Materialien wie Rezepte, Songs-Canzoni oder regionale Schwerpunkte angesprochen.

AL140902 | Kurs

mit Dr. Ingeborg Philipper

Dienstag, 16.09., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum III
10 Termine, 20 UE
Gebühr: 59,00 €

Bella Italia! Italienisch für den Urlaub

An diesem Freitagnachmittag können Sie die wichtigsten Sprachsituationen – Essen gehen, Unterkunft, Sightseeing, Einkauf, Bezahlen – für den Aufenthalt in Italien trainieren. Sie können hier erste Kenntnis-

se für die Praxis erwerben und/oder trainieren. Gerne können Sie mit den anderen Kursteilnehmern interessante Tipps austauschen. Lassen Sie sich in den Süden verführen!

AL140903 | Kurs

mit Dr. Ingeborg Philipper

Freitag, 19.09., 16:00-19:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
1 Termin, 4 UE
Gebühr: 9,00 €

Schwedisch

Schwedisch für Urlauber – Wochenendkurs

Lernen Sie am Wochenende in entspannter Atmosphäre wesentliche sprachliche Strukturen und Redewendungen der schwedischen Sprache kennen, um sich in einfachen Situationen des Urlaubs in der Landessprache verständigen zu können. Basierend auf Grundmaterial, das im Kurs von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt wird, werden abwechslungsreiche Übungen durchgeführt und Einblicke in die schwedische Landeskunde gegeben.

AL140905 | Kurs

mit Margret Wulf-Schmidt

Samstag, 27.09., 11:00-17:00 Uhr, und
Sonntag, 27.09., 09:00-15:00 Uhr mit
Pausen
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum II
2 Termine, 14,67 UE
Gebühr: 57,00 €

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 Kurs lernen Sie die wichtigsten



Grundlagen, um sich in Alltagssituationen zurechtzufinden.

Lehrwerk: Goed idee! A1 (Cornelsen, ISBN: 978-3-12-528606-1)

AL141400 | Online-Kurs

mit Till Flo Krapoth

Montag, 01.09., 17:45-19:15 Uhr

Beverungen, Online

5 Termine, 10 UE

Gebühr: 35,00 €

AL141801 | Online-Kurs

mit N.N.

Freitag, 05.09., 18:00-19:30 Uhr,
Samstag, 06.09., und Sonntag, 07.09.,
jeweils 10:30-14:15 Uhr

Beverungen, Online

3 Termine, 11,33 UE

Gebühr: 60,00 €

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 Vordergrund 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.

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.

AL142200 | Kurs

mit Vera Wiederrecht

Donnerstag, 04.09., 18:00-19:30 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Stä-
den 9, Seminarraum I

10 Termine, 20 UE

Gebühr: 49,00 €

GOCKELN
metallbau

... wenn Qualität entscheidet!

Stanzerei
Spiel- und Freizeitgeräte
Industrie
Bauschlosserei

Zertifiziert
nach DIN EN ISO
9001:2008



Gockeln Metallbau GmbH & Co. KG · Hauptstraße 17 · 34439 Willebadessen
Tel. (0 56 42) 94 97 30 · info@gockeln-metallbau.de · www.gockeln-metallbau.de



AZUBIS

GESUCHT!



**Werde Teil des
Stadtwerke-Teams!**

**Starte mit uns
in deine Zukunft!**
Ausbildung ab August 2025

BÄM!

 **30 TAGE
URLAUB**
Urlaubsanspruch pro Kalenderjahr
während der Ausbildung

 **3 JÄHRIGE
AUSBILDUNG**
Praktische und theoretische Ausbildung
mit Zwischen- und Abschlussprüfung

 **1.068 €
STARTGEHALT**
Verdienst nach Tarifvertrag in deinem
ersten Ausbildungsjahr

JETZT BEWERBEN!

 **stadtwerke
WARBURG**
GmbH

www.stadtwerke-warburg.de

50 Jahre

vhs  Zweckverband
Diemel-Egge-Weser



Arbeit und Beruf





IT-Grundlagen

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.

AL150100 I Kurs

mit Ulrich Wille

Montag, 15.09., 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 Internetseite ist heutzutage einfacher als man denkt. Sogenannte Content-Management-Systeme (CMS) ermöglichen auch Laien die Erstellung einer ansprechenden Internetseite.

WordPress gilt als ein besonders einsteigerfreundliches und leicht erweiterbares System, mit dem sich nicht nur die private Homepage, sondern auch umfangreichere Webprojekte schnell und unkompliziert umsetzen lassen.

Erfahren Sie in diesem Kurs von der Einrichtung über die Verwaltung bis hin zu Erweiterungen, wie Sie WordPress nutzen können. Der Kurs bietet Ihnen das notwendige Know-How zur Erstellung eines

eigenen Blogs, einer Vereinshomepage oder auch einer Firmenseite.

AL150101 I Kurs

mit Ulrich Wille

Montag, 27.10., 18:30-20:45 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Informatikraum (Birkenstr.)
5 Termine, 15 UE
Gebühr: 41,00 €

Eine kurze Geschichte der KI

Künstliche Intelligenz (KI) ist ein Thema, an dem wir heute kaum vorbeikommen. Gleichzeitig ruft dieses Thema häufig Verwirrung oder Besorgnis hervor. KI wird voraussichtlich ein fester Bestandteil unserer Zukunft sein, daher ist das Verständnis ihrer Grundlagen sowohl vorteilhaft als auch von entscheidender Bedeutung.

In diesem Seminar blicken wir zurück auf die ersten mechanischen Computer des 19. Jahrhunderts, die Turing-Maschine, die Entstehung der KI als Forschungsdisziplin, sowie die Ereignisse und technologischen Entwicklungen, welche die digitale Welt von heute geprägt haben.

Wir werden dabei Schlagworte und Konzepte aus der Welt der KI in verständlichen Worten erläutern: Machine Learning, Deep Learning, Big Data, LLMs und mehr.

Wir möchten Sie inspirieren, ein wenig tiefer in das Thema einzutauchen. Sie erfahren, wo Sie zuverlässige Ressourcen finden, wie Sie mehr lernen können, und wie Sie die Welt der KI mit dem richtigen Grundverständnis und mit Zuversicht betreten.

AL150102 I Vortrag

mit Xavier Valdayron

Dienstag, 02.09., 17:00-18:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)
1 Termin, 2 UE
Gebühr: 19,00 €



KI im Alltag geschickt nutzen

Gute Recherchefähigkeiten sind in der heutigen Welt ein riesiger Vorteil bzw. unabdingbar. Ob als Reisender, Patient, Mieter, Vermieter, Versicherter, Nachbar – oft geraten wir in Situationen, die uns herausfordern: Wo finde ich die Fachinformationen? Welche sind richtig und relevant? Sind sie noch aktuell?

KI kann Ihnen diese Arbeit erheblich erleichtern. Mit KI können Sie Fachwissen finden, zusammenfassen und strukturieren. Nutzen Sie die KI, um schnell gute Lösungen zu finden und diese klar zu kommunizieren. Allerdings sollten Sie einige Dinge beachten, um u.a. Fehler oder Datenschutzrisiken zu vermeiden.

In diesem Seminar lernen Sie anhand von Praxisbeispielen, wie Sie KI sicher im Alltag anwenden.

AL150104 | Vortrag

mit Xavier Valdayron

Montag, 06.10., 17:00-18:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 19,00 €

Social-Media-Business-Seminar

Entdecken Sie in unserem Social-Media-Business-Seminar, wie Sie Social Media in der Praxis effektiv für Ihr Unternehmen nutzen können. Anhand zahlreicher Praxisbeispiele und Tools lernen Sie die wichtigsten Kanäle Instagram, YouTube, Facebook, LinkedIn und TikTok gezielt für B2B und B2C einzusetzen und Ihre Reichweite zu steigern.

Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit KI Ihre Produktivität bei der Content-Erstellung steigern und erfolgreiche Strategien entwickeln. Sie erfahren, wie Sie Zielgruppen finden und begeistern sowie den Erfolg Ihrer Maßnahmen messen können. Unser Seminar ist ideal für alle mit ersten Online-Marketing-Erfahrungen, die sich im Social-

Media-Marketing spezialisieren möchten. Zusätzlich zeigen wir Ihnen, wie Sie neue Mitarbeiter finden können.

AL150105 | Kurs

mit Thomas Hackler

Freitag, 05.09., 18:00-21:15 Uhr
Beverungen, Sekundarschule im Dreiländereck/Gebäude I/Informatikraum (Birkenstr.)

5 Termine, 20 UE

Gebühr: 110,00 €

Von Excel bis hin zu Data Science

Besitzen Sie grundlegende Kenntnisse in Excel? Dann haben Sie bereits den ersten Schritt in die Welt der Datenwissenschaft gemacht. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie von Ihren Excel-Grundkenntnissen ausgehend die leistungsfähige Programmiersprache R beherrschen, die weltweit von Datenwissenschaftlern eingesetzt wird. R eröffnet Ihnen grenzenlose Möglichkeiten: große Datenmengen managen, Daten spielend einfach verarbeiten, beeindruckende Visualisierungen erstellen, Machine Learning und Automatisierungen durchführen.

Mit praxisnahen Beispielen erweitert dieser Kurs Ihre Fähigkeiten in der Datenwissenschaft und befähigt Sie, Ihren beruflichen Alltag durch Automatisierung und datengesteuerte Entscheidungen deutlich effizienter und wirkungsvoller zu gestalten.

AL150106 | Kurs

mit Xavier Valdayron

Dienstag, 11.11., 17:00-20:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

2 Termine, 8 UE

Gebühr: 72,00 €



Bild © Pixabay (alanajordan)



Umstieg auf Windows 11/Windows 11 – Grundlagen

Erlernen Sie den sicheren Umgang mit dem Betriebssystem Windows 11. Nach erfolgreichem Abschluss dieses Kurses können Sie grundlegende arbeitsplatzbezogene Aufgaben mit dem Betriebssystem Windows 11 durchführen. Erlernen Sie die wichtigen Unterschiede und Neuerungen im Vergleich zu Windows 10. Entdecken Sie die verschiedenen Konten, mit denen Sie sich in Windows 11 anmelden können. Lernen Sie den Desktop, die Taskleiste, das Startmenü, den Explorer und das Snipping Tool kennen. Erhalten Sie sinnvolle Tipps und Tricks im Umgang mit Windows 11 sowie mit dem Dateimanagement und dem Wartungstool.

Es handelt sich um einen Intensivkurs mit individueller Betreuung. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

AL150107 I Kurs

mit Thomas Hackler

Montag, 01.09., 18:00-21:00 Uhr
 Warburg, Sekundarschule, EDV-Raum
 (Stiepenweg 5)
 4 Termine, 16 UE
 Gebühr: 80,00 €

Word 365 – Grundlagen

Wie geht professionelles Arbeiten mit Microsoft Word? Im Kurs erlernen Sie die Erstellung von eigenen Word-Vorlagen, die Seriendruck-Funktion für die Erstellung von Serienbriefen, Etiketten oder Umschlägen. Zudem erfahren Sie alles über Absätze, Schriftarten, Zeilen- und Zwischenabstände – ebenso über Formen, Bilder, Tabellen und Diagramme in Word. Hierzu gehört auch die Funktionsweise von Fußzeilen, Fußnoten und Querverweisen. Zu jeder Zeit mit tatkräftiger Unterstützung vom Trainer!

Es handelt sich um einen Intensivkurs mit individueller Betreuung. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

AL150108 I Kurs

mit Thomas Hackler

Mittwoch, 03.09., 18:00-21:00 Uhr
 Warburg, Sekundarschule, EDV-Raum
 (Stiepenweg 5)
 4 Termine, 16 UE
 Gebühr: 80,00 €

EXCEL 365 – Grundlagen

Lernen Sie die Benutzeroberfläche von Excel 365 kennen sowie die Grundlagen der Tabellenbearbeitung. Wir tauchen dabei ein in die Welt der Formeln und erarbeiten uns gemeinsam die Formatierungsgrundlagen. Erlernen Sie die wichtigsten Funktionen für einen erfolgreichen Umgang mit Excel – hierzu zählt auch das Erstellen und Gestalten von Diagrammen. Auch lernen Sie im Kurs, wie Sie Tabellen richtig ausdrucken können. Zu jeder Zeit unterstützt mit zahlreichen Tipps und Tricks vom Trainer!

Es handelt sich um einen Intensivkurs mit individueller Betreuung. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

AL150109 I Kurs

mit Thomas Hackler

Montag, 29.09., 18:00-21:00 Uhr
 Warburg, Sekundarschule, EDV-Raum
 (Stiepenweg 5)
 4 Termine, 16 UE
 Gebühr: 80,00 €



Bild © Pixabay (ASPhotohrapy)

PowerPoint 365 – vom Anfänger zum Profi

Lernen Sie die grundlegenden Funktionen von Microsoft PowerPoint kennen! Wir



erstellen professionelle und ansprechende Präsentationen und erlernen die besten Praktiken für die Erstellung von Präsentationen sowie deren Anwendung im Arbeitsalltag. Im Kurs erlangen Sie Selbstvertrauen im Erstellen und Präsentieren von professionellen PowerPoint-Präsentationen. Sie werden sich Fähigkeiten und Kenntnisse aneignen, um die eigenen Präsentationsfähigkeiten zu verbessern und sich von der Konkurrenz abzuheben.

Es handelt sich um einen Intensivkurs mit individueller Betreuung. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

AL150110 I Kurs

mit Thomas Hackler

Mittwoch, 01.10., 18:00-21:00 Uhr
Warburg, Sekundarschule, EDV-Raum
(Stiepenweg 5)
5 Termine, 20 UE
Gebühr: 100,00 €

Outlook 365 – Grundlagen

In diesem Microsoft-Outlook-Grundkurs lernen die Teilnehmenden die grundlegenden Funktionen zur Verwaltung der E-Mails, des Kalenders sowie der Aufgaben und Kontakte kennen. Weiterhin werden Tipps und Tricks vorgestellt, die die tägliche Arbeit mit Microsoft Outlook erleichtern können.

Es handelt sich um einen Intensivkurs mit individueller Betreuung. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

AL150111 I Kurs

mit Thomas Hackler

Montag, 27.10., 18:00-21:00 Uhr
Warburg, Sekundarschule, EDV-Raum
(Stiepenweg 5)
3 Termine, 12 UE
Gebühr: 60,00 €



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 – Stauern 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



WIR | vhs Zweckverband Diemel-Egge-Weser

SUCHEN SIE

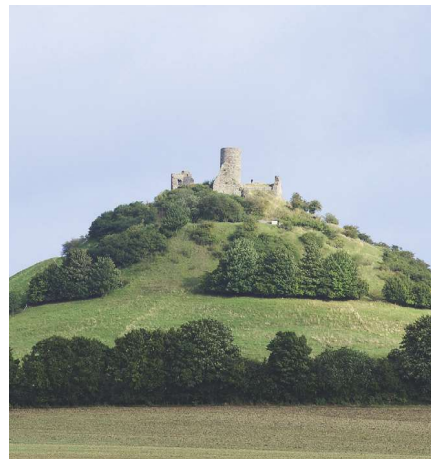
ALS DOZENT/-IN

STANDORTE

Warburg • Beverungen • Borgentreich • Willebadessen

KONTAKT

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser
Rathaus Zwischen den Städten 9
34414 Warburg • info@vhs-dew.de



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

simplicol[®]
DAS ORIGINAL

HEITMANN[®]

IMPRÄGNOL[®]



Eltern- und Familienbildung



WARBURGER WALDQUELL

So schmeckt Natur.

Calcium

unterstützt Knochen und Zähne



Nachhaltig
dank Pool-System




Sulfat

fördert das Wohlbefinden



Regional
für euch

 warburgerwaldquell

 www.warburger-waldquell.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





Fortbildung

Fortbildung für ErzieherInnen, angehende ErzieherInnen und interessierte Eltern

Kinder erleben die Welt intensiv – und manchmal auch belastend. Doch was passiert, wenn Erlebnisse zu tiefen seelischen Spuren führen? In diesem praxisnahen Workshop erhalten Sie eine fundierte Einführung in die Psychotraumatologie und lernen, belastete Kinder besser zu verstehen und zu begleiten.

In diesem Workshop wird das Grundlagenwissen über Traumata, deren Auswirkungen auf die kindliche Entwicklung sowie hilfreiche Ansätze zur Unterstützung vermittelt. Neben theoretischem Input bietet der Workshop zudem Raum für Austausch, Praxisbeispiele und konkrete Handlungsstrategien.

Die Veranstaltung richtet sich an pädagogische Fachkräfte bzw. SchülerInnen in der Ausbildung zum Erzieher/zur Erzieherin und interessierte Eltern.

Mitzubringen ist Schreibmaterial.

AL170100 I Kurs

mit Manuela Klein

Samstag, 20.09., 09:00-14:00 Uhr
Warburg, Rathaus, Zwischen den Städten 9, Seminarraum I

1 Termin, 6 UE
Gebühr: 79,00 €

Vorträge

Vortrag: „Was ich schon immer wissen wollte“ – Schwangerschaftsbeschwerden und mögliche Lösungen – in Zusammenarbeit mit der Hebammenpraxis AUGENBLICK

Sie sind schwanger und es stellen sich nach und nach Beschwerden ein? Sie möchten aber keine oder nur wenig Medikamente nehmen? An diesem Abend wird es eine große Anzahl möglicher Lösungen für Ihre Befindlichkeit geben, die Sie sel-

ber anwenden können, so dass sich Ihre Beschwerden lindern oder auflösen.

Bringen Sie gerne all Ihre Fragen mit und wir tauschen uns aus.

AL170200 I Vortrag

mit Dorothee Eßer

Dienstag, 09.09., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weiserstr. 10)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

Vortrag: „Was ich schon immer wissen wollte“ – erfolgreich Muttermilch geben – in Zusammenarbeit mit der Hebammenpraxis AUGENBLICK

Sie möchten Ihrem Baby gerne Muttermilch geben? Es schwirren aber eine Vielzahl von Mythen und Ratschlägen in Ihrem Kopf herum und Sie wissen nicht, was wirklich richtig und wichtig ist? Wie bereite ich mich vor? Was ist nötig? Wie fange ich an? Welche Alternativen gibt es, wie das Baby die Muttermilch auch aufnehmen kann?

Ein Informationsabend auch für Mehrfacheltern.

AL170201 I Vortrag

mit Dorothee Eßer

Donnerstag, 13.11., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weiserstr. 10)

1 Termin, 2 UE
Gebühr: 7,00 €

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 Ent-



wicklungsschübe 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 zu drei Jahren.

Aus organisatorischen Gründen bittet das VHS-Büro um Voranmeldung.

AL170205 | Vortrag

mit Sarah Neu

Donnerstag, 09.10., 15:30-17:00 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: 10,00 €

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.

AL170206 | Vortrag

mit donum vitae

Donnerstag, 30.10., 18:00-19:30 Uhr
Beverungen, Cordt-Holstein-Haus (Weserstr. 10)

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

Entspannungskurse

Entspannung für Eltern und Kinder (4 bis 6 Jahre) – in Zusammenarbeit 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.

AL170305 | Kurs

mit Monika Wiegartz

Montag, 03.11., 17:00-18:00 Uhr
Warburg, Familienzentrum „St. Martin“ (Hüffertstr.)

4 Termine, 5,33 UE

Gebühr: 28,00 €



Kochkurse

Rund um die Kartoffel – in Zusammenarbeit mit dem Familienzentrum „Am Park“ für Kinder von 4-6 Jahren

Kochaktion für Kinder von 4-6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen: Nach der Ernte kommt das Kochen und Genießen von leckeren Kartoffelgerichten. 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.

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.

AL170308 I Kurs

mit Maria Zimmermann

Samstag, 06.09., 10:00-12:00 Uhr
Peckelsheim, Familienzentrum „Am Park“

1 Termin, 2,67 UE
Gebühr: 14,00 €

Kinderwerkstatt in den Herbstferien: Jetzt koche ich selbst! Fit in der Küche (ab 8 Jahren) – in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Kinderschutzbund

In den Herbstferien können Kinder ab 8 Jahren verschiedene Gerichte selbst kochen, Kuchen und Gebäck backen und gemeinsam genießen.

Bei der Anmeldung bitte auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten hinweisen und das Alter der Kinder angeben.

Bringt bitte mit: eine Schürze, ein Geschirrtuch und Frischhaltedosen für Kostproben. Die Kosten für die Lebensmittel sind in der Kursgebühr enthalten.

Für die Anmeldung: Als zahlungspflichtige Person immer ein Elternteil anmelden und dann das Kind/die Kinder als Teilnehmende zu diesem Kurs hinzufügen.

AL170309 I Kurs

mit Maria Zimmermann

Mittwoch, 22.10., 09:00-12:30 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule (Stiepenweg 5)

1 Termin, 4,67 UE
Gebühr: 18,00 €

AL170310 I Kurs

mit Maria Zimmermann

Donnerstag, 23.10., 09:00-12:30 Uhr
Warburg, Küche der Sekundarschule (Stiepenweg 5)

1 Termin, 4,67 UE
Gebühr: 18,00 €

Wassergewöhnung & Schwimmkurse

Wassergewöhnung für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Kinder sollen die Bewegungswelt „Wasser“ positiv erfahren, erleben und kennen lernen. Ziele des Kurses sind daher vorrangig die Elemente der Wasserbewältigung: Springen, Tauchen, Atmen, Schweben und Gleiten. Diese werden mit vielen Spielen und verschiedensten Aufgaben erreicht. Außerdem 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 Hallenbad während des Kurses.

Der Kurs findet jeweils samstags und sonntags an 5 hintereinander folgenden Wochenenden statt.

Für die Anmeldung: Als zahlungspflichtige Person immer ein Elternteil anmelden und dann das Kind/die Kinder als Teilnehmende zu diesem Kurs hinzufügen.



AL170401 | Kurs

mit Katrin Walter, Ines Klauke

Samstag, 06.09., 09:30-10:15 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 daher vorrangig die Elemente der Wasserbewältigung: Springen, Tauchen, Atmen, Schweben und Gleiten. Diese werden mit vielen Spielen und verschiedensten Aufgaben erreicht. Außerdem 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. Wichtig: Schwimmbrille und Schwimmhilfen sind nicht erwünscht!

Für die Anmeldung: Als zahlungspflichtige Person immer ein Elternteil anmelden und dann das Kind/die Kinder als Teilnehmende zu diesem Kurs hinzufügen.

AL170402 | Kurs

mit Helene Wiegartz, Theresa Wiegartz

Samstag, 13.09., 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.

AL170403 | Kurs

mit Walter Heuse

Samstag, 08.11., 09:00-9:45 Uhr
Hallenbad Borgentreich (Platz der Stadt Rue 2a)

8 Termine, 8 UE

Gebühr: 64,00 €

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.

Für die Anmeldung: Als zahlungspflichtige Person immer ein Elternteil anmelden und dann das Kind/die Kinder als Teilnehmende zu diesem Kurs hinzufügen.



AL170404 | Kurs

mit Katrin Walter, Ines Klauke
 Samstag, 06.09., 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. Wichtig: Schwimmbrille und Schwimmhilfen sind nicht erwünscht!

Für die Anmeldung: Als zahlungspflichtige Person immer ein Elternteil anmelden und dann das Kind/die Kinder als Teilnehmende zu diesem Kurs hinzufügen.

AL170405 | Kurs

mit Helene Wiegartz, Theresa Wiegartz
 Samstag, 13.09., 12:30-13:15 Uhr
 Peckelsheim, Hallenbad (Grundweg 1)
 12 Termine, 12 UE
 Gebühr: 76,00 €

AL170406 | Kurs

mit Helene Wiegartz, Theresa Wiegartz
 Samstag, 13.09., 13:30-14:15 Uhr
 Peckelsheim, Hallenbad (Grundweg 1)
 12 Termine, 12 UE
 Gebühr: 76,00 €

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.

AL170501 | Kurs

mit Stephanie Hartmann
 Donnerstag, 11.09., 15:15-16:00 Uhr
 Dalhausen, Grundschule (Neue Turnhalle)
 8 Termine, 8 UE
 Gebühr: 19,00 €

AL170502 | Kurs

mit Stephanie Hartmann
 Donnerstag, 11.09., 16:00-16:45 Uhr
 Dalhausen, Grundschule (Neue Turnhalle)
 8 Termine, 8 UE
 Gebühr: 19,00 €

VHS-Forum 2025

Sonntag

7. September 2025

18.00 Uhr

**Aula, Gymnasium
Marianum**

(Brüderkirchhof 7, 34414 Warburg, Eingang Hinter der Mauer Süd)

**Begrüßung:
Hubertus Grimm,
Bürgermeister der Stadt Beverungen und
Vorsitzender der VHS-
Zweckverbandsversammlung**

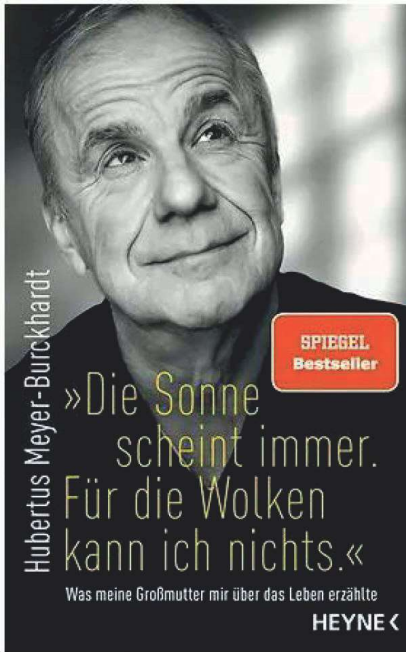


Foto © penguin.de

Hubertus Meyer-Burckhardt – Lesung, Vortrag und Gespräch: „Die Sonne scheint immer. Für die Wolken kann ich nichts“

Hubertus Meyer-Burckhardt, geboren 1956 in Kassel, ist ein preisgekrönter Film- und TV-Produzent, Manager in der Medienbranche, Schriftsteller und seit mehr als 15 Jahren Moderator der „NDR Talk Show“.

„Wenn Sie unbedingt auf Ihr Volk stolz sein möchten, empfehle ich Ihnen den Beruf des Imkers.“ Mit diesem Satz prostete Christel Vollbrecht, Jahrgang 1898 und die Großmutter von Hubertus Meyer-Burckhardt, ihrem Gegenüber in der Weinstube Boos zu, wo sie nahezu jeden Abend saß. Wenn sie nicht gerade im Beiwagen einer Moto Guzzi kauerte und dem Fahrer befahl: „Schneller. Fahren Sie doch bitte endlich schneller!“

Ein Leben auf der Überholspur, rebellisch, unangepasst, voller Lebensfreude und unglaublich stark und mutig: So erinnert sich Hubertus Meyer-Burckhardt an seine geliebte Großmutter, die ihn wie kein anderer Mensch geprägt hat. Er erzählt in autobiographischen Episoden von einer Frau, die ihrer Zeit voraus war: eine zärtliche Liebeserklärung und eine Spurensuche nach den Antriebsfedern des eigenen Lebens.

Der Eintritt ist frei.

Eine Veranstaltung von – In Zusammenarbeit mit – Mit freundlicher Unterstützung der

50 Jahre

vhs  Zweckverband
Diemel-Egge-Weser

● Online Seminare - E-Learning





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: Ökonomie für eine gerechte Gesellschaft. Gespräch zwischen Joseph Stiglitz (Nobelpreisträger) und Simon Strauss (FAZ)

Prof. Dr. Joseph Stiglitz

Unter Donald Trump und Elon Musk greift ein Kult der Freiheit um sich. Doch die Wahl- und Meinungsfreiheit, die J.D. Vance & Co. zu einem Fetisch erhoben haben, geht immer auf Kosten der Freiheit anderer.

Joseph Stiglitz, Nobelpreisträger und einer der schärfsten Kritiker Donald Trumps, zeigt, wer die Opfer der neuen Meritokratie sind – und wie der Abbau von Bürokratie sowie unregulierte Märkte Wachstum bremsen und unsere Gesellschaften ärmer machen.

Joseph Stiglitz war Professor für Volkswirtschaft in Yale, Princeton, Oxford und Stanford. Anschließend ging er als Chefvolkswirt zur Weltbank und wurde 2001 mit dem Nobelpreis für Wirtschaft ausgezeichnet. 2025 erschien von ihm das Buch „Der Weg zur Freiheit“ bei Siedler.

Simon Strauss ist Schriftsteller, Journalist und Theaterkritiker für die FAZ sowie Moderator des FAZ Podcast für Deutschland.

Die Veranstaltung findet auf Englisch statt.

AL181101 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Montag, 15.09., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Ordnung – und was wir von ihr zu halten haben

Prof. Dr. Kurt Bayertz

Es ist merkwürdig! Einerseits verbringen wir große Teile unseres Lebens damit, Ordnung zu schaffen. So geben wir uns Mühe, verschiedene Lebensmittel so zu kombinieren, dass ein „ordentliches“ Mittagessen daraus entsteht. Und wir ärgern uns, wenn die Ordnung gestört ist: wenn das monatliche Gehalt nicht auf dem Konto oder der Zug nicht pünktlich ist.

Andererseits hat Ordnung keinen guten Ruf. Sie gilt als langweilig oder repressiv, während das Chaos als interessant und reizvoll erscheint. In dem Vortrag wird es daher um zwei Fragenkomplexe gehen:

1. Was ist überhaupt Ordnung? Ist sie tatsächlich notwendig oder können wir auf sie auch verzichten? Kommen wir besser ohne sie aus?
2. Und woher kommt die beschriebene Wertungsdiskrepanz? Warum streben wir allenthalben Ordnung an, empfinden sie aber oft als lästig?

Kurt Bayertz ist emeritierter Professor für Praktische Philosophie an der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster. Sein Buch „Der aufrechte Gang. Eine Geschichte des anthropologischen Denkens“ wurde 2013 mit dem Tractatus-Preis für philosophische Essayistik ausgezeichnet.

AL181102 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Dienstag, 30.09., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei



vhs.wissen live: Gefährliche Rivalitäten: Wirtschaftskriege – von den Anfängen bis zu Trumps Deal-Politik

Prof. Dr. Werner Plumpe

Dass die bislang geltende Weltordnung an ihr Ende gekommen ist, zeigt sich nicht nur an zunehmenden Kriegen und Eskalationen, sondern auch an sich verschärfenden Handelskonflikten – am dramatischsten und weitreichendsten zwischen China und den USA, vor allem aber mit Russland.

In dem Vortrag zeigt der Wirtschaftshistoriker Professor Werner Plumpe, wie die Geschichte immer schon von wirtschaftlichen Rivalitäten geprägt war, die nicht selten in offene Kriege mündeten – von der Eroberung der Neuen Welt und den Anfängen der Globalisierung über das Zeitalter des Kolonialismus, die Entstehung von Nationalstaaten und die bipolare Weltordnung des Kalten Kriegs bis in die hypervernetzte Welt von heute.

Ob Gold, Öl, Baumwolle, Kakao oder Getreide: Die Suche nach lukrativen Rohstoffen zieht sich wie ein Band durch die Jahrhunderte, und immer zeugt sie davon, dass sich ökonomische Interessen auf komplexe Weise mit Fragen nationaler Identität, kulturellen Ideen und machtpolitischen Strategien überlagern.

Werner Plumpe lehrte bis 2022 Wirtschafts- und Sozialgeschichte an der Goethe Universität Frankfurt am Main. Zwischen 2008 und 2012 leitete er als Vorsitzender den Verband der Historiker und Historikerinnen Deutschlands.

AL181103 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 08.10., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Der Sternenhimmel und die Schöpfungsmythen der Menschheit

Raoul Schrott

Mit ihrer ungeheuren Einbildungskraft haben die Menschen in den Sternen ihre ältesten Kunstwerke geschaffen und dadurch ihre Kulturen dargestellt.

In diesem Vortrag werden Sternenhimmel aus verschiedenen Kulturen, Zeiten und Kontinenten vorgestellt: von den Alten Ägyptern bis zu den australischen Aborigines, aus China, Indien und Tahiti, von den Inuit, Buschleuten und den Tuareg. Unser Großer Wagen war für die Maya ein göttlicher Papagei, für die Inka der einbeinige Gott des Gewitters, für die Inuit ein Elch, für die Araber eine Totenbahre.

Die Sternbilder dienten jeder Kultur als „Bilderbuch“ ihrer Götter, Helden, Tiere, Pflanzen und wichtigsten Objekte, deren Bedeutung die Sternsagen erzählen.

Sie waren damit jeweils aufs engste mit den eigenen Schöpfungsmythen verknüpft. Raoul Schrott nimmt uns im Vortrag mit auf eine Welt- und Zeitreise zu historischen und indigenen Kulturen, um uns von ihren Sternenhimmeln und deren unterschiedlichen Bedeutungen und Funktionen zu erzählen.

Raoul Schrott studierte Literatur- und Sprachwissenschaft in Innsbruck, Norwich, Paris und Berlin, arbeitete 1986/87 als letzter Sekretär für Philippe Soupault in Paris und als Universitätslektor in Neapel. Sein lyrisches und erzählerisches Werk wurde mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet.

AL181104 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Donnerstag, 16.10., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei



vhs.wissen live: Hoffnung: Eine Geschichte der Zuversicht von Homer bis zum Klimawandel

Prof. Dr. Jonas Grethlein

Darf Hoffnung heute eigentlich noch als Quelle der Kraft gelten oder ist sie nicht viel mehr eine Flucht vor der Realität? Ist sie Tugend oder Torheit?

Jonas Grethlein untersucht in diesem Vortrag 2500 Jahre Geschichte der Hoffnung. Er führt vor Augen, wie Menschen zu allen Zeiten darum rangen, eine ihnen unverfügbare Zukunft zu bewältigen, und zeigt neben den mannigfaltigen Formen des Hoffens auch seine Bedeutung in der Gegenwart auf. So erhellt er das Wesen der Hoffnung als Weltverhältnis, beschreibt, wie sie entstehen, worauf sie sich richten und worin sie gründen kann.

Jonas Grethlein lehrt Klassische Philologie an der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg. Er ist Mitglied der Heidelberger Akademie der Wissenschaften und Träger des Gottfried Wilhelm Leibniz-Preises 2024.

AL181105 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 22.10., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Wann ist ein KI-System vertrauenswürdig?

Prof. Dr. Ute Schmid

Künstliche Intelligenz (KI) prägt immer stärker unser Leben und Arbeiten. KI steckt in Navigationssystemen, Suchmaschinen und sozialen Netzwerken, begegnet uns als Chatbot im Kundenservice oder als Sprachassistent.

In spezialisierten Bereichen wie der bildbasierten medizinischen Diagnostik oder der intelligenten Kreislaufwirtschaft leisten KI-Systeme wertvolle Unterstützung. Generative KI kann Texte, Bilder und Videos

erstellen, während andere KI-Methoden uns helfen, effizienter zu arbeiten und komplexe Entscheidungen zu treffen.

Doch damit KI-Methoden einen echten Mehrwert für Mensch und Umwelt schaffen, müssen sie vertrauenswürdig sein – eine zentrale Forderung des Europäischen KI-Gipfels im Februar 2025 in Paris.

Im Vortrag erfahren Sie, welche sieben Anforderungen die EU für vertrauenswürdige KI-Systeme definiert hat und wie diese in der Praxis umgesetzt werden können.

Ute Schmid ist Mitglied im Direktorium und im Geschäftsleitenden Ausschuss des bidt. Sie ist Professorin für Kognitive Systeme an der Universität Bamberg und lehrt und forscht seit vielen Jahren im Bereich Künstliche Intelligenz mit Fokus auf menschenähnliches maschinelles Lernen und Methoden für interaktives und erklärendes Lernen. Ute Schmid ist Mitglied im Bayerischen KI-Rat und EurAI Fellow.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Bayerischen Forschungsinstitut für Digitale Transformation (bidt) statt.

AL181106 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 29.10., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Schönheit der Astronomie II

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.



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“.

AL181107 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Montag, 03.11., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Für die Freiheit: Der Bauernkrieg 1525

Lyndal Roper

Der deutsche Bauernkrieg war der größte Volksaufstand in Westeuropa vor der Französischen Revolution. Die Menschen waren wütend darüber, dass die Grundherren das Eigentum an den natürlichen Ressourcen, dem Wasser oder dem Gemeindeland, für sich beanspruchten, obwohl dieses zu Gottes Schöpfung und damit allen Menschen gehörten.

Lyndal Roper zeigt in ihrem Vortrag, dass die Utopie der Bauern und ihr Blick auf die Natur und ihre Ressourcen uns näher sind, als wir glauben.

Lyndal Roper ist „Regius Professor of History“ in Oxford. Sie ist Expertin für die Geschichte der Reformation und der Frühen Neuzeit in Deutschland. 2016 wurde sie mit dem Gerda Henkel Preis ausgezeichnet.

AL181108 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 05.11., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Die Frage von Krieg und Frieden im Völkerrecht

Prof. Dr. Dr. Claus Kreß

Im ersten Teil wird die Grundnorm der seit 1945 geltenden Völkerrechtsordnung, das Verbot der Anwendung militärischer Gewalt in den internationalen Beziehungen, vor ihrem historischen Hintergrund und in ihrem heute maßgeblich systematischen Zusammenhang entfaltet. Im zweiten Teil werden die aktuellen politischen Herausforderungen des Völkerrechts, der Friedenssicherung und dessen denkbaren Zukunftsperspektiven in den Blick genommen. Im Anschluss besteht die Gelegenheit zur Diskussion.

Claus Kreß ist Professor für Strafrecht und Völkerrecht an der Universität zu Köln. 2019 wurde er zum Richter ad hoc am Internationalen Gerichtshof in Den Haag ernannt. Seit 2021 ist er Sonderberater des Anklägers des Internationalen Strafgerichtshofs zum Verbrechen der Aggression. Er ist Mitglied der Leopoldina und Life Member des Clare Hall College der Universität Cambridge.

AL181109 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Donnerstag, 06.11., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Quantencomputer – wie Quantenmechanik unsere gesellschaftliche Zukunft beeinflusst

Dr. rer. nat. Dr. h. c. Heike Riel

Quantencomputing – das ist eine völlig neue Art der Berechnung, die sich nach den Gesetzen der Quantenphysik verhält. Quantencomputer eröffnen eine neue Methodik des Rechnens basierend auf Quantenbits und ermöglichen somit die Lösung schwieriger und komplexer Probleme, die für Wirtschaft und Wissenschaft relevant sind.



In den letzten Jahren wurden erhebliche Fortschritte beim Verständnis der Grundlagen und der Funktion von Quantencomputern gemacht und Durchbrüche bei der Weiterentwicklung der Hardware- und Softwaretechnologie, bei der Verbesserung der Algorithmen und bei der Entwicklung von relevanten Anwendungen erzielt. Quantencomputersysteme treten bei bestimmten Anwendungen schon jetzt mit Hochleistungsrechnern in Konkurrenz. Wie wird die Entwicklung dieser neuen Rechensysteme weitergehen?

Heike Riel ist IBM Fellow und leitet die Abteilung Science of Quantum & Information Technologies mit dem Ziel, wissenschaftliche und technologische Durchbrüche in den Bereichen Quantencomputer und -technologien, Physik der Künstlichen Intelligenz, Nanowissenschaft und Nanotechnologie zu erzielen und neue Wege in der Datenverarbeitung zu erkunden. Sie ist eine ausgewiesene Expertin auf dem Gebiet der elektronischen und optoelektronischen Halbleiterbauelemente, der Nanotechnologie und der Nanowissenschaften und konzentriert sich in ihrer Forschung darauf, die Grenzen der Informationstechnologie voranzubringen.

Heike Riel ist Autorin von mehr als 155 begutachteten Veröffentlichungen und hat mehr als 50 Patente angemeldet. Die Liste ihrer Auszeichnungen und Ehrungen ist lang. Sie ist auch Mitglied von acatech – der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der acatech statt.

AL181110 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Dienstag, 11.11., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Bonobos (*Pan paniscus*) und ihre Bedeutung für uns Menschen (*Homo sapiens*)

Prof. Dr. Barbara Fruth

Bonobos und Schimpansen teilen etwa 99 Prozent ihres Erbguts mit dem Menschen und gelten daher als unsere nächsten lebenden Verwandten.

Interessieren wir uns für die menschliche Entwicklungsgeschichte, dienen diese beiden Arten als Referenzmodell, um die ökologischen und sozialen Zwänge, die uns im Laufe der Entstehungsgeschichte geformt haben, zu verstehen.

Bonobos verkörpern dabei meist den friedliebenden Part und werden gerne herangezogen, um ein Idealbild gesellschaftlichen Miteinanders zu vermitteln.

Barbara Fruth berichtet aus 30 Jahren Bonoboforschung im Tieflandregenwald des Kongobeckens und zeigt die Bandbreite des Verhaltens dieser faszinierenden Menschenaffenart. Sie zeigt, was wir von Bonobos lernen können und welche Bedeutung sie über ihre Rolle als Analogmodell hinaus für den Menschen haben.

Barbara Fruth ist Gruppenleiterin am Max-Planck-Institut für Verhaltensbiologie in Konstanz.

AL181111 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Donnerstag, 13.11., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Neue Technologien und Strafrecht – wie können Juristen unerwünschte Nebenfolgen einhegen?

Prof. Dr. Susanne Beck

KI, Gentechnik oder Internet – die „Risiken und Nebenwirkungen“ moderner Techno-



logien begegnen uns immer wieder. Sind strafrechtliche Verbote in diesen dynamischen Bereichen sinnvoll und international durchsetzbar? Wie lassen sich die Technologien für die Gesellschaft nutzen und gleichzeitig ein Missbrauch sanktionieren?

Diesen und anderen Fragen wird die Juristin Susanne Beck in ihrem Vortrag nachgehen – und dabei ihre Begeisterung für das Strafrecht und dessen Bedeutung in unserem Alltag weitergeben.

Susanne Beck ist seit 2013 Inhaberin des Lehrstuhls für Strafrecht, Strafprozessrecht, Strafrechtsvergleichung und Rechtsphilosophie an der Universität Hannover. Sie beschäftigt sich mit aktuellen Fragen des Medizinstrafrechts, der Digitalisierung des Rechts und dem Zusammenspiel von Normen, Moral und gesellschaftlicher Praxis. Sie ist Mitglied von acatech – der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit acatech statt.

AL181112 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Dienstag, 18.11., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Spinnen und Menschen: Eine verwobene Beziehung

Jan Monhaupt

Nützliche Mitbewohner, Ekelobjekte oder verblüffende Wesen? An Spinnen scheiden sich die Geister. Von manchen bewundert für ihre kunstvollen Netze und das Archaische ihrer Erscheinung, von anderen gefürchtet. Aber warum ist das so?

Dieser Vortrag dringt in das Beziehungsgeflecht von Spinnen und Menschen vor. Es zeigt den Einfluss der Spinnen auf unsere Sprache, Wissen, Träume und Ge-

schichte. Warum verglich man Napoleon mit einer Spinne?

Wie prägte die christliche Symbolik die Abneigung gegenüber Spinnen? Und wieso wurden gleich drei Weltraummissionen von Spinnen begleitet?

Jan Mohnhaupt lockt die Spinne kulturhistorisch aus ihrer dunklen Ecke und zeigt die vielen Verbindungen zwischen Spinne und Mensch.

Jan Mohnhaupt studierte Geographie und Geschichte in Berlin und Wien. Er ist als freier Journalist und Autor für verschiedene Magazine und Zeitungen wie Spiegel Online, Der Freitag und P.M. History tätig.

AL181113 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Montag, 24.11., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Innovationen für die Verteidigung

Prof. Dr. Dr. Michael Lauster

Sicherheit und Verteidigung gewinnen in gesellschaftlich und politisch turbulenten Zeiten an Bedeutung. Die Investitionsbereitschaft Deutschlands nimmt zu, um Risiken und Gefahren zu reduzieren.

Wer entwickelt Technologien, Produkte und Dienstleistungen, um mögliche Gefahren frühzeitig zu erkennen, ihnen entgegenzutreten und Folgeschäden zu minimieren? Welchen Stellenwert hat Forschung, deren Ergebnisse sich zivil wie auch militärisch nutzen lassen – kurz: Dual Use? Unterscheiden sich zivile und militärische Innovationssysteme?

Innovationsforscher Michael Lauster geht in seinem Vortrag diesen Fragen anhand konkreter Beispiele nach. Er leitet seit September 2012 das Fraunhofer-Institut für Naturwissenschaftlich-Technische Trendanalysen INT in Euskirchen und hält



den Lehrstuhl für Technologieanalyse und -vorausschau an der Fakultät für Maschinenwesen der Rheinisch-Westfälischen Technischen Hochschule Aachen.

Michael Lauster studierte Luft- und Raumfahrttechnik an der Universität der Bundeswehr München und schloss sein Studium mit einer Diplomarbeit in Technischer Mechanik ab. Er promovierte in Irreversibler Thermodynamik zum Verhalten realer Fluide und habilitierte sich in Statistik zur Dynamik von Vielteilchensystemen.

Seit Ende 2020 ist er stellv. Sprecher des Fraunhofer-Leistungsbereichs Verteidigung, Vorbeugung und Sicherheitsforschung. Michael Lauster ist Mitglied von acatech – der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit acatech statt.

AL181114 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Dienstag, 25.11., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Bullshit, Fake News und Manipulation – wie antike Rhetorik und Philosophie helfen können

Prof. Dr. Gyburg Uhlmann

„Eines der hervorstechendsten Merkmale unserer Kultur ist, dass es so viel Bullshit gibt“ – mit diesen Satz beginnt der Philosoph Harry Frankfurter seinen Beitrag mit dem Titel „Über Bullshit“ (1986, Neuauflage 2005). Er definiert „Bullshit“ als Mangel an Interesse an dem Unterschied zwischen „wahr“ und „falsch“. Derjenige, der „Bullshit“ verbreitet, spreche aus, was auch immer seinen Interessen diene.

Harry Frankfurter scheint damit eine neue dritte Kategorie neben „Wahrheit“ und „Lüge“ identifiziert zu haben, die geeignet sein könnte, dem Phänomen sinnflutiger

Mengen an Desinformation und Fake News besser begegnen zu können. Aber ist das wirklich so? Ein Blick in die antike Rhetorik und Philosophie lässt Zweifel daran aufkommen, dass mit dieser neuen Kategorie der Kern des Problems getroffen ist. Harry Frankfurter schlägt daher andere Instrumente und Methoden vor.

Im Vortrag stellt Gyburg Uhlmann diese ebenso vor wie eine Anzahl an aktuellen Beispielen in Text und Bild, die jeden einzelnen von uns und unsere Gesellschaft vor riesige Herausforderungen stellen. Sie diskutiert diese Beispiele und erarbeitet damit konkrete Handlungsmittel gegen Propaganda, Manipulation und populistischen Bullshit.

Gyburg Uhlmann lehrt Klassische Philologie mit den Schwerpunkten Antike Philosophie, Rhetorik, Bildungs- und Wissenschaftsgeschichte. 2006 wurde sie mit dem Gottfried-Wilhelm-Leibniz-Preis ausgezeichnet.

AL181115 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 03.12., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Die Zitrusfrüchte Italiens

Dr. Peter Peter

Für uns Nordländer der Inbegriff des Südens, der Frische des Sommers ebenso wie der weihnachtlichen Sehnsucht nach duftender Wärme: Zitronen, Mandarinen, Blutorangen, Bergamotten, Pomeranzen, Zitronatzitronen – unendlich ist die Vielfalt der Agrumen, die in Italien kultiviert werden. Und alle haben sie ihre eigene Herkunft, ihren eigenen Ort und ihre eigene Geschichte, die der Gastro- und Italienexperte Peter Peter in seinem Vortrag vorstellt.



Peter Peter lehrte am Gastrosophiezentrum der Universität Salzburg. Der Münchner verfasste eine prämierte Kulturgeschichte der italienischen Küche sowie Literaturguides zu Sizilien und Neapel. Sein Umbrienbuch gewann den ENIT-Preis für den besten deutschsprachigen Italienführer. In der Kolumne „Peters Lebensart“ im „Rotary-Magazin“, im Podcast „machtHunger“ und im Blog „Laconique“ informiert er über aktuelle gastronomische Tendenzen.

AL181116 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 10.12., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Wie Bilder erzählen: Storytelling von Albrecht Altdorfer bis Peter Paul Rubens

Dr. Mirjam Neumeister

Die Sammlungspräsentation mit Werken aus den Bereichen der Altdeutschen und Alt niederländischen sowie der Flämischen Malerei des 16. und frühen 17. Jahrhunderts verspricht die eine oder andere Überraschung. Beleuchtet werden in diesem Vortrag unterschiedliche Facetten eines Themas, das zu den Kernaufgaben der Malerei schlechthin gehört: Das Erzählen von Geschichten. Wie, was und durch wen wird erzählt?

Welchen Zweck verfolgen Künstler und Auftraggeber damit zu unterschiedlichen Zeiten, und an welches Publikum richten sie sich dabei? Und ist dies überhaupt immer eindeutig, oder werden die Betrachter sogar manchmal bewusst in die Irre geführt?

Mirjam Neumeister ist Sammlungsleiterin für Flämische Barockmalerei an den Bayerischen Staatsgemaldesammlungen München.

Die Veranstaltung wird live aus der Alten Pinakothek in München gestreamt.

AL181117 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Donnerstag, 11.12., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Bilderkult und Bildkritik

Dr. Johann Hinrich Claussen

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

Johann Hinrich Claussen ist Kulturbeauftragter des Rates der Evangelischen Kirche in Deutschland. 2024 hat er mit dem Buch „Gottesbilder“ eine vielbeachtete Geschichte der christlichen Kunst veröffentlicht.

AL181118 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Donnerstag, 15.01., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Demographische Transformation und Pflege. Herausforderungen und Perspektiven

Prof. Dr. Thomas Klie

Die Pflege krankt und mangelt. Finanziell, personell, strukturell. Wer, wie, wo künftig in Deutschland die Alten und Kranken pflegt, ist gänzlich offen.



Sicher ist: Ohne „gemeinsames Engagement aller“ wird in der Pflege nichts mehr gehen.

Thomas Klie analysiert in diesem Vortrag die Dilemmata der Pflegeindustrie und präsentiert Ideen und Perspektiven für die Zukunft. Er ist ein deutscher Sozial- und Rechtswissenschaftler. Seine Schwerpunkte liegen u. a. in der sozialen Gerontologie und Pflege.

Von 1988 bis 2021 war Thomas Klie als Professor für Rechts- und Verwaltungswissenschaften an der Evangelischen Hochschule Freiburg tätig.

Er leitet das 1989 gegründete Institut AGP Sozialforschung und das Zentrum für zivilgesellschaftliches Engagement in Freiburg und Berlin.

AL181119 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Mittwoch, 21.01., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

vhs.wissen live: Aramäisch – Welt-sprache des Altertums und der Ge-genwart

Prof. Dr. Holger Gzella

In Zeiten der Globalisierung sind Welt-sprachen wie Englisch oder Chinesisch ein gängiges Thema, aber die erste ei-gentliche Weltsprache ist heute, wenn überhaupt, nur noch ein exotischer Name, obwohl sie immer noch gesprochen wird: Aramäisch.

Unter den Weltsprachen ist Aramäisch ein Sonderfall, weil mit ihr das persische Großreich um die Mitte des ersten Jahr-tausends v. Chr. die Sprache und Schrift eines politisch wenig bedeutenden Gebie-tes gleichsam adoptiert und durch die im-periale Verwaltung zu einem maßgebli-chen Kulturträger von Ägypten bis Indien erhoben hat.

In mächtigen Netzen von Beamten und Schreibern prägte Aramäisch sodann Poli-tik, Recht, Literatur und Religion der Alten Welt. In den Weltreligionen wie dem Ju-dentum, dem Christentum und dem Islam lebt dieses „Weltreich der Schreiber“ bis in die Gegenwart weiter.

Der Vortrag führt durch die dreitausend-jährige Geschichte des Aramäischen und nennt die wesentlichen Gründe für seinen Erfolg.

Holger Gzella ist Ordinarius für Alttesta-mentliche Theologie an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Er ge-hört weltweit zu den renommiertesten Ex-perten für die aramäische Sprache, hatte von 2005 bis 2019 den Lehrstuhl für Heb-räisch und Aramäisch an der Universität Leiden inne und ist Ordentliches Mitglied der Academia Europaea sowie der Königlich-Niederländischen Akademie der Wis-senschaften.

AL181120 | Online-Kurs

mit vhs.wissen live

Montag, 26.01., 19:30-21:00 Uhr

Online

1 Termin, 2 UE

Gebühr: gebührenfrei

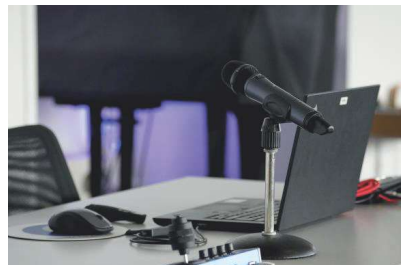


Bild © Pixabay (jhenning)



vhs-seminare-online.de – Doris Opitz

Wichtige Informationen zu den Kursen 185001 bis 185118

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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185001 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 15.09.-Sonntag, 12.10.

Online

Gebühr: 198,00 €

AL185002 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 10.11.-Sonntag, 07.12.

Online

Gebühr: 198,00 €

AL185003 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 12.01.-Sonntag, 08.02.

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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185004 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 01.09.-Sonntag, 14.09.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185005 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 20.10.-Sonntag, 02.11.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185006 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 08.12.-Sonntag, 21.12.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185007 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 12.01.-Sonntag, 25.01.

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.), Zielerwertsuche, Solver.

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185008 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 27.10.-Sonntag, 09.11.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185009 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 17.11.-Sonntag, 30.11.

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.) Textfunktionen (verketten, glätten etc.), Einführung in Pivot-Tabellen.

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185010 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 08.09.-Sonntag, 21.09.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185011 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 20.10.-Sonntag, 02.11.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185012 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 01.12.-Sonntag, 14.12.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185013 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 12.01.-Sonntag, 14.12.

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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185014 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 29.09.-Sonntag, 12.10.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185015 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 10.11.-Sonntag, 23.11.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185016 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 08.12.-Sonntag, 21.12.

Online

Gebühr: 102,00 €

InDesign CC – Grundlagen

Kursinhalt: Objekte zeichnen und bearbeiten, Farben und Verläufe, Grafik- und Textplatzierung, Anlegen eines individuellen Zeichenformats, 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 Visi-

ten(klapp)karte, einen Handzettel sowie einen beidseitigen Flyer zu erstellen.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185101 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 15.09.-Sonntag, 12.10.

Online

Gebühr: 198,00 €

AL185102 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 17.11.-Sonntag, 14.12.

Online

Gebühr: 198,00 €

AL185103 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 12.01.-Sonntag, 08.02.

Online

Gebühr: 198,00 €

InDesign CC – weitere Techniken

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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185104 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 15.09.-Sonntag, 28.09.

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.



Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185105 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 29.09.-Sonntag, 05.10

Online

Gebühr: 51,00 €

AL185106 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 17.11.-Sonntag, 23.11.

Online

Gebühr: 51,00 €

AL185107 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 12.01.-Sonntag, 18.01.

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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185108 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 29.09.-Sonntag, 19.10.

Online

Gebühr: 153,00 €

AL185109 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 24.11.-Sonntag, 14.12.

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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185110 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 13.10.-Sonntag, 26.10.

Online

Gebühr: 102,00 €

AL185111 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 08.12.-Sonntag, 21.12.

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).

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.



AL185112 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 29.09.-Sonntag, 26.10.

Online

Gebühr: 198,00 €

AL185113 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 24.11.-Sonntag, 21.12.

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 Freistellen, Arbeiten mit Auswahlen, Ebenen und Masken, Öffnen und Bearbeiten von Photoshop-Dateien in Affinity und vieles mehr.

Kursinhalt: Anpassung der Arbeitsoberfläche, Farb-, Kontrast- und Belichtungskorrekturen, Arbeiten mit den Auswahlwerkzeugen, Texteingabe und -bearbeitung, Einführung in Ebenen, Masken und Filtern.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185114 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 13.10.-Sonntag, 09.11.

Online

Gebühr: 198,00 €

AL185115 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 17.11.-Sonntag, 14.12.

Online

Gebühr: 198,00 €

AL185116 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 12.01.-Sonntag, 08.02.

Online

Gebühr: 198,00 €

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, einfache 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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185117 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 13.10.-Sonntag, 21.12.

Online

Gebühr: 475,00 €

AL185118 | Online-Kurs

mit Doris Opitz

Montag, 12.01.-Sonntag, 22.03.

Online

Gebühr: 475,00 €



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 (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●					●	●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●				●	●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●			●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●			●
Personalwirtschaft						●			●
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam 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

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185401 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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 werden 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 sie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt wurden.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185402 | Online-Kurs mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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 sie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt wurden.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185403 | Online-Kurs mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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, Sachbezüge 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

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185404 | Online-Kurs mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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 weiterführenden



de 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 sie im Kurs „Lohn und Gehalt 1“ vermittelt wurden.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185405 | Online-Kurs mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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 Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung 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 sie im Kurs „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt wurden.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185406 | Online-Kurs mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185407 | Online-Kurs mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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 sie im Kurs „Finanzbuchführung 2“ vermittelt wurden.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.



AL185408 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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 sie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt wurden.

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185409 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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 weiter-

entwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/-innen berücksichtigt werden.

Vorkenntnisse: Keine

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185410 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 18:30-20:30 Uhr

Live-Webinar

20 Termine, 53,33 UE

Gebühr: 300,00 €

Finanzwirtschaft (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie sie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt wurden.

AL185411 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 18:30-20:30 Uhr

Live-Webinar

20 Termine, 53,33 UE

Gebühr: 300,00 €

Betriebliche Steuerpraxis (Live-Webinar) mit Xpert Business Zertifikat

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körper-



schaftsteuer 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

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185412 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 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 die notwendigen 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

Eine Ermäßigung der Kursgebühr ist nicht möglich.

AL185413 | Online-Kurs

mit Webinar-Dozent

Dienstag, 04.11., 18:30-20:30 Uhr

Live-Webinar

11 Termine, 29,33 UE

Gebühr: 185,00 €

GOCKELN
metallbau

... wenn Qualität entscheidet!

Stanzerei
Spiel- und Freizeitgeräte
Industrie
Bauschlosserei

Zertifiziert
nach DIN EN ISO
9001:2008



Gockeln Metallbau GmbH & Co. KG · Hauptstraße 17 · 34439 Willebadessen
Tel. (0 56 42) 94 97 30 · info@gockeln-metallbau.de · www.gockeln-metallbau.de



WIR | vhs Zweckverband Diemel-Egge-Weser

SUCHEN SIE

ALS DOZENT/-IN

STANDORTE

Warburg • Beverungen • Borgentreich • Willebadessen

KONTAKT

VHS Zweckverband Diemel-Egge-Weser
Rathaus Zwischen den Städten 9
34414 Warburg • info@vhs-dew.de

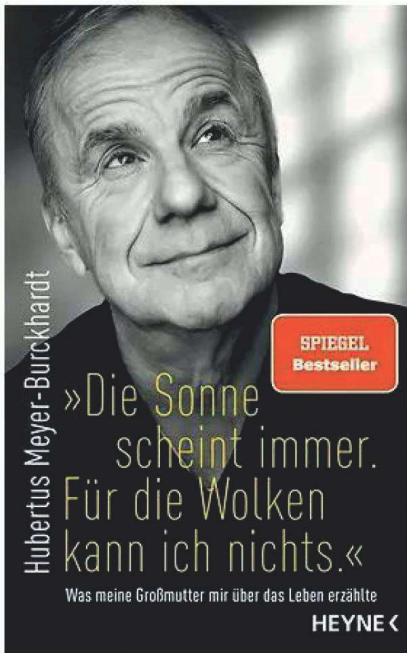


Foto © penguin.de

VHS-Forum 2025

Sonntag

7. September 2025

18.00 Uhr

Aula, Gymnasium
Marianum

(Brüderkirchhof 7, 34414 Warburg, Eingang Hinter der Mauer Süd)

Begrüßung:
Hubertus Grimm,
Bürgermeister der Stadt Beverungen und
Vorsitzender der VHS-
Zweckverbandsversammlung

Hubertus Meyer-Burckhardt – Lesung, Vortrag und Gespräch: „Die Sonne scheint immer. Für die Wolken kann ich nichts“

Hubertus Meyer-Burckhardt, geboren 1956 in Kassel, ist ein preisgekrönter Film- und TV-Produzent, Manager in der Medienbranche, Schriftsteller und seit mehr als 15 Jahren Moderator der „NDR Talk Show“.

„Wenn Sie unbedingt auf Ihr Volk stolz sein möchten, empfehle ich Ihnen den Beruf des Imkers.“ Mit diesem Satz prostete Christel Vollbrecht, Jahrgang 1898 und die Großmutter von Hubertus Meyer-Burckhardt, ihrem Gegenüber in der Weinstube Boos zu, wo sie nahezu jeden Abend saß. Wenn sie nicht gerade im Beiwagen einer Moto Guzzi kauerte und dem Fahrer befahl: „Schneller. Fahren Sie doch bitte endlich schneller!“

Ein Leben auf der Überholspur, rebellisch, unangepasst, voller Lebensfreude und unglaublich stark und mutig: So erinnert sich Hubertus Meyer-Burckhardt an seine geliebte Großmutter, die ihn wie kein anderer Mensch geprägt hat. Er erzählt in autobiographischen Episoden von einer Frau, die ihrer Zeit voraus war: eine zärtliche Liebeserklärung und eine Spurensuche nach den Antriebsfedern des eigenen Lebens.

Der Eintritt ist frei.

Eine Veranstaltung von – In Zusammenarbeit mit – Mit freundlicher Unterstützung der