



Volkshochschule
Recklinghausen

inklusive
**Sommer-
akademie!**

Jetzt anmelden!

Programm

2. Halbjahr 2026



zeitRaume

Literaturtage Recklinghausen
11.09. – 27.09.2026

Bücher | Geschichten | Begegnungen
Das Lesefest für alle



Weitere Informationen unter:
www.literaturtage-recklinghausen.de

gefördert von:

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ruhrfestspielstadt
RECKLINGHAUSEN

Liebe Freund*innen der VHS Recklinghausen,

mit dem Herbstsemester beginnt für die Volkshochschule Recklinghausen ein neuer Abschnitt – und zugleich setzt sich vieles fort, was die VHS in den vergangenen Jahren geprägt hat. Veränderung und Beständigkeit gehören oft enger zusammen, als es auf den ersten Blick scheint. Gute Bildung bedeutet auch immer Weiterbildung – nicht nur als Angebot, sondern als Haltung. Dafür steht Volkshochschule.

Unserer VHS selbst hat sich in den letzten Jahren sichtbar verändert: ein modernisiertes Gebäude, neue Formate, aktuelle gesellschaftliche Themen, neue Kooperationen und Angebote für unterschiedliche Generationen und Lebenssituationen. Gleichzeitig ist sie das geblieben, was sie immer sein wollte – ein offener Ort der Begegnung, des Lernens und des Austauschs mitten in unserer Stadt.

Auch wenn es paradox klingt: Das Wesen der Volkshochschularbeit und unserer Programmplanung besteht darin, nicht fertig zu werden, sondern neugierig zu bleiben, Gewohntes zu hinterfragen, neue Perspektiven zuzulassen und gemeinsam weiterzudenken. Menschen verändern sich, gesellschaftliche Fragen entwickeln sich weiter und mit ihnen auch die Anforderungen an eine moderne Volkshochschule. Gerade darin liegt unsere besondere Stärke – offen zu bleiben für neue Impulse und zugleich dem Anspruch treu zu bleiben, Bildung für alle zugänglich zu machen.

Für uns beide markiert dieses Semester einen besonderen Übergang. Ansgar Kortenjann wird künftig als Fachbereichsleiter Bildung und Sport der Stadt Recklinghausen neue Verantwortung tragen – zu diesem Fachbereich gehört auch

weiterhin die VHS. Zugleich tritt Stefanie Schneider an die Spitze der Volkshochschule und wird deren Entwicklung mit eigenen Akzenten weiterführen.

Wir verstehen diesen Wechsel nicht als Bruch, sondern als Fortsetzung eines gemeinsamen Weges. Die VHS Recklinghausen soll weiterhin ein Ort sein, an dem Menschen miteinander lernen, diskutieren, entdecken und Zukunft gestalten können – offen, vielfältig und nah an den Themen unserer Stadt.

Das vorliegende Programm lädt Sie dazu ein, Neues auszuprobieren, Interessen zu vertiefen und mit anderen ins Gespräch zu kommen. Denn Bildung bedeutet nicht, irgendwann anzukommen. Bildung bedeutet, unterwegs zu bleiben.

Wir freuen uns darauf, diesen Weg gemeinsam mit Ihnen weiterzugehen – und heißen Sie herzlich willkommen im Herbst- und Wintersemester 2026!



**Ihre Stefanie Schneider und Dr. Ansgar Kortenjann
für das gesamte Team der Volkshochschule**



Semestereröffnung

Neue Begegnungen. Neue Perspektiven. Neue Klänge

Mit Musik, Austausch und inspirierenden Momenten startet die VHS Recklinghausen ins neue Semester! Am Mittwoch, 02. September 2026, sind Dozentinnen, Freundinnen und Freunde der VHS sowie alle Interessierten herzlich eingeladen. Freuen Sie sich auf einen besonderen Abend voller Klang, Kultur und Begegnung:

In 90 Minuten um die Welt!

Der mehrfach ausgezeichnete Konzertpianist Holger Blüder nimmt Sie mit auf eine musikalische Reise durch 15 Länder. Unter dem Titel „In 90 Minuten um die Welt“ verbindet er virtuos und unterhaltsam Klaviermusik aus Nord- und Südamerika, Afrika, Asien und Europa.

Das abwechslungsreiche Gesprächskonzert vereint Folklore, Klassik, Jazz und Pop und eröffnet spannende Einblicke in die kulturelle Vielfalt verschiedener Regionen. Erläuterungen zur Musik machen den Abend lebendig und laden auch Konzertneulinge zum Entdecken ein – ganz im Sinne der VHS: offen, vielseitig und gemeinsam.

Im Anschluss freuen wir uns auf Begegnungen und Gespräche bei Getränken und kleinen Snacks – eine schöne Gelegenheit, bekannte Gesichter wiederzutreffen und neue Kontakte zu knüpfen.

Mittwoch, 02. September, 19 Uhr

Das Konzert findet in der Musikschule statt, im Anschluss sind wir im oder am Willy-Brandt-Haus.

Anmeldung bis zum 26. August unter Kurs-Nr. 1000

➔ Mehr Informationen auf Seite 16.

Inhalt

Allgemeine Informationen

Studien- und Servicestandorte	6
Geschäftsstelle / Anmeldung	7
Weitere Informationen	8
Das VHS-Team	9
Spezial: Demokratie beginnt im Alltag	10
Spezial: Bildungsgrund	13
Allgemeine Geschäftsbedingungen	144

Spezielle Angebote

Junge vhs	36
vhs • wissen live	70
Sommerakademie	111



Mensch & Gesellschaft

Aktuelles Forum	16
Geschichte	20
Stadt und Region	22
Lokale Agenda 21	26
Studienfahrten	27
Klima, Umwelt und Natur	28
Länderkunde	28
Philosophie	31
Fit fürs Ehrenamt	32



Kultur & Gestalten

Kunst und Literatur	40
Malen und Zeichnen	47
Plastisches und textiles Gestalten	49



Gesundheit & Bewegung

Gesundheitsforum	54
Entspannung, Körpererfahrung, Bewegung	55
Gymnastik und Fitness	64
Sport und Spiel	67



Sprachen & Integration

Allgemeine Informationen	82
Alle Sprachen	84
Englisch	84
Französisch	89
Spanisch	92
Italienisch	96
Niederländisch	98
Weitere Sprachen	100
Deutsch als Zweitsprache für Alltag, Beruf und Studium	104
Prüfungen und Tests	108



Digitales & Beruf

Souverän digital. Lernen – üben – ausprobieren	114
Computerwissen fürs Büro	120
Digitale Medien: Internet, Gestaltung, Präsentation & Fotografie	124
Kommunikation	128
Wirtschaft, Recht und Alltag	133



Grundbildung & Schulabschlüsse

Lesen, Schreiben, Rechnen	140
Schulabschlusskurse	142



Foto: vhs

Impressum

Herausgeber: Stadt Recklinghausen, Volkshochschule

Gestaltung: mehrzeiler & kollegen, Aurich

Druck: mediaprint solutions GmbH, Paderborn

Titelfoto: VHS Recklinghausen | Kartografie: Stadt
Recklinghausen | Porträtfotos: Moritz Gastreich, VHS
Recklinghausen

Druckfehler und Änderungen von Programm, Orten und
Mitwirkenden vorbehalten. | Alle Informationen: Stand
Juni 2026.

Veranstaltungsorte

1 
Herzogswall 17

Weitere Standorte – eine Auswahl:

- 2** Schule am Kurfürstenwall,
Kurfürstenwall 5a
- 3** Marie-Curie-Gymnasium,
Görresstr. 5
- 4** Bürgerhaus Süd,
Körnerplatz 2

Geschäftsstelle

Die Geschäftsstelle befindet sich am Herzogswall 17,
im Erdgeschoss links, Raum 0.01.

Öffnungszeiten

Montag, Dienstag: 09.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr

Mittwoch: 09.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag: 09.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr

Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr

Während der NRW-Schulferien gelten ggf. abweichende
Öffnungszeiten.

Kontakt

Telefon 02361/50-2000,

E-Mail: vhs@recklinghausen.de

Martin Kuttig, Telefon: 50-2000
martin.kuttig@recklinghausen.de



Anmeldung

So melden Sie sich an:

- online über www.vhs-recklinghausen.de
- telefonisch unter 02361/50-2000
- per E-Mail an vhs@recklinghausen.de
- per Anmeldekarte im Programmheft
- persönlich in der Geschäftsstelle

Nach Bearbeitung Ihrer Anmeldung erhalten
Sie eine Bestätigung.



Foto: VHS Recklinghausen

Weitere Informationen

Zahlung

Bei persönlicher Anmeldung in der VHS-Geschäftsstelle und vor Beginn einer Einzelveranstaltung können Sie das Entgelt bar zahlen oder die Girocard nutzen. Bei einer Online-Anmeldung ist das Zahlen durch Pay-Pal möglich.

Für alle anderen Zahlungen erteilen Sie uns bitte ein SEPA-Lastschrift-Mandat, das Sie per Post, Fax oder E-Mail an uns senden können. Die Abbuchung erfolgt nach Veranstaltungsende. Mit Ihrer Anmeldung verpflichten Sie sich zur Zahlung des Entgeltes.

Für viele Kurse der VHS sind Ermäßigungen bis zu 40% möglich (s. AGB). Falls Sie eine Ermäßigung/Befreiung beantragen wollen, bringen Sie zur Anmeldung einen Nachweis mit. Bei telefonischer und Online-Anmeldungen haben Sie eine Woche Zeit, den Nachweis einzureichen. Spätere Ermäßigungen sind nicht möglich. Dann wird das volle Entgelt fällig.

Schulferien und Feiertage

Geänderte Öffnungs- und Kurszeiten sind möglich am:

03. Oktober, Tag der Deutschen Einheit,

17. Oktober bis 01. November, Herbstferien

23. Dezember bis 06. Januar 2027, Weihnachtsferien

Einzelveranstaltungen

Wir bitten um Voranmeldung, um unsere Planung zu erleichtern und um Sie bei kurzfristigem Ausfall informieren zu können.

Online-Angebote

Online-Angebote sind mit diesem Icon gekennzeichnet:



Einige Online-Angebote finden in der vhs.cloud statt, andere in gängigen Streaming-Formaten. Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung und den Zugangslink per E-Mail.

Mehr dazu auf www.vhs-recklinghausen.de

junge vhs

Angebote für Schüler*innen und Jugendliche sind mit diesem Icon gekennzeichnet:



Bildungsurlaub

Angebote zum Bildungsurlaub sind mit diesem Icon gekennzeichnet:



Sommerakademie

Angebote der Sommerakademie sind mit diesem Icon gekennzeichnet:



Das VHS-Team

Planung und Beratung

- **Mensch & Gesellschaft:**

Stefanie Schneider (Leitung), Telefon: 50-1990

E-Mail: stefanie.schneider@recklinghausen.de

Pascal Guttman, Telefon: 50-2310

E-Mail: pascal.guttman@recklinghausen.de

Birgit Malik, Telefon: 50-1910

E-Mail: birgit.malik@recklinghausen.de

- **Kultur & Gestalten, Gesundheit & Bewegung:**

Cynthia Körner, Telefon: 50-2003

E-Mail: cynthia.koerner@recklinghausen.de

- **Sprachen & Integration:**

Susanne Schloimann, Telefon: 50-1947

E-Mail: susanne.schloimann@recklinghausen.de

- **Digitales & Beruf:**

Leonie Grage, Telefon: 50-1997

E-Mail: leonie.grage@recklinghausen.de

Dr. Maren Großbröhmer, Telefon: 50-2002

E-Mail: maren.grossbroehmer@recklinghausen.de

- **Grundbildung & Schulabschlüsse:**

Anne Becker, Telefon: 50-2001

E-Mail: anne.becker@recklinghausen.de

Simone Gendorf, Telefon: 50-1929

E-Mail: simone.gendorf@recklinghausen.de

Verwaltung

Nicole Kögel (Verwaltungsleitung), Telefon: 50-1961

E-Mail: nicole.koegel@recklinghausen.de

Sabine Südhofer, Telefon: 50-2007

E-Mail: sabine.suedhofer@recklinghausen.de

Virginia Weyrich, Telefon: 50-1991

E-Mail: virginia.veyrich@recklinghausen.de

- **Integrationskurse, Deutsch als Zweitsprache:**

Sabrina Hlavsa, Telefon: 50-1995

E-Mail: sabrina.hlavsa@recklinghausen.de

- **Service/Technik:**

Marco Kleinert, Meike Havermann, Telefon: 50-2015



Seit 2006 ist die VHS Recklinghausen nach dem Qualitätsmodell „Lerner- und Kundenorientierte Qualität in Bildung, Beratung und sozialer Dienstleistung“ (LQW) zertifiziert. Die Qualitätsmanagementbeauftragte der VHS ist Leonie Grage, Tel. 50-1997, E-Mail: leonie.grage@recklinghausen.de

Wie die VHS Mitarbeitende der Stadt fit für demokratische Verantwortung macht

Demokratie beginnt oft dort, wo man sie am wenigsten vermutet: im Gespräch am Schreibtisch, im Umgang mit Bürger*innen, und in alltäglichen Entscheidungen. Gerade auf kommunaler Ebene wird Demokratie konkret. Hier wird entschieden, vermittelt, erklärt – und manchmal auch gestritten. Mit dem Projekt „Demokratie lernen – Verwaltung stärken“ geht die Stadt Recklinghausen einen neuen Weg: Erstmals wird politische Bildung gezielt als berufliche Kompetenz für Mitarbeitende der Stadtverwaltung gedacht.

Gerade in einer Zeit zunehmender Polarisierung, wachsender Unsicherheiten und gezielter Desinformation stellt sich eine zentrale Frage neu: Wie handlungsfähig ist unsere Verwaltung im Umgang mit demokratischen Herausforderungen?

Verwaltung als Schlüsselstelle der Demokratie

Mitarbeitende der Kommunalverwaltung sind oft die erste Schnittstelle zwischen Staat und Gesellschaft: im Bürgerbüro, im Jobcenter, im persönlichen Gespräch.

Mit dem Projekt „Demokratie leben – Verwaltung stärken“ entwickelt die Volkshochschule gemeinsam mit dem Personalservice der Stadt Recklinghausen eine mehrjährige, modulare Fortbildungsreihe, die genau hier ansetzt.

In einer ersten Pilotphase durchlaufen alle Auszubildenden des Jahrgangs 2026 verschiedene Module, die zentrale Aspekte demokratischen Handelns im Verwaltungsalltag aufgreifen: von kommunalen Entscheidungsprozessen über den Umgang mit Desinformation bis hin zu Fragen von Verantwortung und Zivilcourage.

Die Teilnehmenden arbeiten in interaktiven Formaten wie Planspielen, Workshops oder Exkursionen, die konkrete Situationen aus der Praxis aufgreifen. Ziel ist es, die Mitarbeitenden frühzeitig in ihrer Urteilsfähigkeit, ihrem Verantwortungsbewusstsein und im sicheren Umgang mit demokratischen Herausforderungen zu stärken.

Fotos: VHS Recklinghausen

Das Projekt im Überblick





„ Wenn wir als Stadt von unseren Bürgerinnen und Bürgern demokratisches Verhalten erwarten, müssen wir bei uns selbst damit anfangen. Gerade in Zeiten von Polarisierung, Verunsicherung und Desinformation braucht es eine Verwaltung, die demokratische Werte nicht nur nach außen vertritt, sondern ihre Mitarbeitenden befähigt, verantwortungsvoll, reflektiert und mit Haltung auf diese Herausforderungen zu reagieren.

Bürgermeister Axel Tschersich

democ-ra-cy

Perspektive:

Öffnung des Projekts für weitere Mitarbeitende und langfristige Verankerung in der Stadtverwaltung

„Demokratie kann man trainieren“

Pascal Guttmann, pädagogischer Mitarbeiter für politische Bildung an der VHS, über resiliente Institutionen, und warum Demokratie in der Kommune beginnt.

Herr Guttmann, warum braucht eine Stadtverwaltung überhaupt ein Demokratietraining?

Ich würde sagen, gerade eine Stadtverwaltung sollte solch ein Projekt haben. Wir sind nicht nur eine Behörde, sondern mit rund 2.500 Mitarbeitenden eine*r der größten Arbeitgeber*innen Recklinghausens. Demokratie ist ja kein Zustand, sondern vor allem auch ein Prinzip, nach dem wir anderen Menschen begegnen und unseren Alltag gestalten.

Gerade vor dem Hintergrund, dass extremistische und demokratiefeindliche Positionen auch in Stadträten sichtbar werden, stellt sich die Frage: Wie machen wir die Stadtverwaltung widerstandsfähig gegenüber solchen Entwicklungen? Mich interessiert genau diese Idee einer resilienten Stadtverwaltung.

Was meinen Sie damit konkret?

Das Projekt trägt dazu bei, dass städtische Institutionen auch unter Druck demokratisch handlungsfähig bleiben. Das setzt voraus, dass die Mitarbeitenden der Stadtverwaltung sich ihrer Verantwortung bewusst sind und sich frühzeitig damit beschäftigen, wie sie auf Polarisierung, Desinformation und andere demokratiefeindliche Angriffe reagieren.

Kann man Demokratie überhaupt trainieren?

Davon bin ich überzeugt. Im Projekt lernen wir bestimmte

Fähigkeiten, die es braucht, um demokratisch zu handeln, wie Urteilsfähigkeit, Perspektivwechsel, Streitfähigkeit und Zivilcourage.

Deshalb setzen wir auf partizipative Formate, in denen die Teilnehmenden Demokratie nicht nur vermittelt bekommen, sondern aktiv erleben können.

Warum übernimmt ausgerechnet die Volkshochschule diese Fortbildungsreihe?

Politische Bildung und die Förderung demokratischer Teilhabe und gesellschaftlicher Verständigung gehören zu unserem Kernauftrag. Die VHS bietet Raum für Diskussion und Perspektivwechsel. Hier begegnen sich Menschen.

Zugleich ist die VHS verankert in der Stadtverwaltung, und genau diese Doppelrolle ist spannend: Wir sitzen gewissermaßen an der Schnittstelle zwischen Institution und Stadtgesellschaft.

Was soll bei den Teilnehmenden am Ende anders sein?

Ich hoffe, dass sie ihre Rolle anders sehen. Natürlich sind wir bei der Stadt oft Ausführende von Beschlüssen. Aber wir haben immer einen Gestaltungsspielraum und sind Teil einer demokratischen Institution. Wenn die Kolleg*innen danach bewusster, reflektierter und sicherer handeln und entscheiden, und das gerade in schwierigen Situationen, dann hat das Projekt etwas erreicht.



Bildungsgrund: Kompetenzen für den Alltag stärken

Das Projekt „Bildungsgrund“ an der VHS Recklinghausen richtet sich an Erwachsene, die ihre alltagspraktischen Fähigkeiten erweitern und mehr Sicherheit im täglichen Leben gewinnen möchten. Besonders angesprochen sind Menschen mit unterbrochenen Bildungsbiografien, mit wenig Zugang zu formalen Bildungsangeboten oder mit dem Wunsch, grundlegende Kenntnisse für ein selbstständigeres Leben aufzubauen.

Im Mittelpunkt stehen lebensnahe Inhalte, die direkt an die Erfahrungen und Bedürfnisse der Teilnehmenden anknüpfen. Ein zentraler Baustein ist der Umgang mit Geld: Von einfacher Haushaltsplanung über das Verstehen von Verträgen und Rechnungen bis hin zu Fragen der Verschuldung werden grundlegende finanzielle Kompetenzen vermittelt. In Zusammenarbeit mit Beratungsstellen erhalten die Teilnehmenden zudem erste Einblicke in Unterstützungsangebote der Schuldnerberatung und lernen, ihre finanzielle Situation besser einzuschätzen und zu steuern.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Orientierung im digitalen Alltag. Die Teilnehmenden lernen, digitale Geräte und Anwendungen sicher zu nutzen – etwa für Kommunikation, Informationsbeschaffung, Terminvereinbarungen oder Online-Services von Behörden und Unternehmen. Ziel ist es, digitale Hürden abzubauen und mehr Selbstständigkeit im Umgang mit alltäglichen Anforderungen zu ermöglichen.

Auch Fragen rund um Gesundheit und eigene Lebensplanung werden aufgegriffen. In Kooperation mit Einrichtungen wie pro familia erhalten die Teilnehmenden die Möglichkeit, sich niedrigschwellig zu informieren, Fragen zu stellen und Unterstützung kennenzulernen.

Ein besonderer Bestandteil des Projekts ist die kulturelle Bildung. Durch gemeinsame Besuche, beispielsweise in der Kunsthalle Recklinghausen, werden neue Erfahrungsräume eröffnet. Die Teilnehmenden setzen sich mit Kunst und gesellschaftlichen Themen auseinander, tauschen sich aus und entwickeln eigene Perspektiven. Diese Form der kulturellen Teilhabe stärkt das Selbstbewusstsein, baut Schwellenängste ab und fördert die aktive Beteiligung am gesellschaftlichen Leben.

„Bildungsgrund“ versteht Grundbildung als ganzheitlichen Prozess. Neben praktischem Wissen werden auch persönliche und soziale Kompetenzen gestärkt: Selbstvertrauen, Entscheidungsfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit und Orientierung im Alltag. Die Lernangebote sind bewusst niedrigschwellig gestaltet und schaffen eine unterstützende Atmosphäre, in der Entwicklung möglich ist.

So trägt das Projekt dazu bei, dass Erwachsene ihren Alltag sicherer bewältigen, eigene Handlungsspielräume erweitern und ihre gesellschaftliche Teilhabe nachhaltig stärken können.

Weitere wertvolle Impulse für eine lebensweltorientierte Grundbildung entstehen aus der Kooperation mit dem bz Bildungszentrum des Handels gGmbH, der Jugendberufshilfe und der Kunsthalle Recklinghausen.

Projektleitung: Simone Gendorf

→ s. auch Seite 140

gefördert durch:

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



Mensch & Gesellschaft

Ihre Ansprechpartner*innen



Stefanie Schneider
Planung und Beratung
Telefon: 50-1990
stefanie.schneider@recklinghausen.de



Pascal Guttman
Planung und Beratung
Telefon: 50-2310
pascal.guttman@recklinghausen.de



Birgit Malik
Planung und Beratung
Telefon: 50-1910
birgit.malik@recklinghausen.de



Virginia Weyrich
Sachbearbeitung
Telefon: 50-1991
virginia-weyrich@recklinghausen.de



Aktuelles Forum	16
Geschichte	20
Stadt und Region	22
Lokale Agenda 21	26
Studienfahrten	27
Klima, Umwelt und Natur	28
Länderkunde	28
Philosophie	31
Fit fürs Ehrenamt.....	32



**Zu den Angeboten
Mensch & Gesellschaft auf
www.vhs-recklinghausen.de**



Aktuelles Forum

Gefahren im Web – Wie schütze ich mein Kind?



■ VORTRAG UND GESPRÄCH

Das erste eigene Smartphone ist für Kinder ein großer Schritt in die digitale Welt – und für Eltern oft mit Unsicherheit verbunden. Diese Infoveranstaltung bietet einen kompakten, verständlichen Überblick über aktuelle Gefahren im Internet und in sozialen Medien. Im Mittelpunkt stehen praxisnahe Einblicke und Beispiele in Themen wie Cybergrooming, Cybermobbing sowie der Umgang mit verbotenen Inhalten. Dabei wird deutlich, wie schnell Kinder im Netz in riskante Situationen geraten – oft ohne es selbst zu erkennen.

Die Veranstaltung vermittelt konkrete Orientierung, wie Eltern ihre Kinder in dieser frühen Phase der digitalen Nutzung sicher begleiten und stärken können. Nicht behandelt werden technische Einstellungen, Datenschutzfragen oder medienpädagogische Grundkonzepte.

Der Vortrag richtet sich an Eltern und Erziehungsberechtigte von Kindern im Übergang zur weiterführenden Schule oder kurz danach, wenn das erste eigene Smartphone zum Alltag gehört.

☉ Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Polizei Recklinghausen

1009S

Leitung: Daniel Seiler

Termin: Montag, 13. Juli, 16.00 – 17.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Anmeldung erbeten

In 90 Minuten um die Welt

■ GESPRÄCHSKONZERT UND SEMESTERERÖFFNUNG

Foto: Blüder



Mit Musik starten wir ins neue Semester! Die VHS Recklinghausen lädt Dozent*innen, Freund*innen und Interessierte herzlich ein. Der mehrfach ausgezeichnete Konzertpianist Holger Blüder, Leiter der Musikschule für den Kreis Gütersloh, nimmt das Publikum

mit auf eine musikalische Reise durch 15 Länder. Virtuos und unterhaltsam interpretiert er Klavierstücke aus Nord- und Südamerika, Afrika, Asien und Europa und vermittelt dabei die kulturelle Vielfalt der verschiedenen Regionen.

Das abwechslungsreiche Programm verbindet Folklore, Klassik, Jazz und Pop. Ergänzende Erläuterungen zur Musik erleichtern den Zugang und ermöglichen ein intensiveres Konzerterlebnis. Damit eignet sich dieses Gesprächskonzert auch hervorragend für alle, die erstmals einen Klavierabend besuchen.

Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, bei Getränken und Gesprächen neue Menschen kennenzulernen, alte Bekannte zu treffen und mit uns in ein spannendes und vielseitiges Semester zu starten.

1000

Leitung: Holger Blüder

Termin: Mittwoch, 02. September, 18.00 – ca. 21.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 26. August



Allianz der neuen Rechten

■ LESUNG UND GESPRÄCH

Foto: Jessica Lewandowski



Hans-Georg Maaßen diniert mit Donald Trump, JD Vance verteidigt in München die AfD, ein rechter Polit-Neuling aus Polen wird im Oval Office empfangen. Rechte Parteien und Interessenvertreter*innen vernetzen sich international schneller als je zuvor, offen und hinter den Kulissen wird

intensiv am Export des Trumpismus nach Europa gearbeitet – mit potenziell dramatischen Folgen für die Zukunft des Westens. Expert*innen warnen bereits, am Ende des Jahrzehnts könnten rechtspopulistische, EU-feindliche Regierungen in Europa die Mehrheit stellen. Die US-Korrespondentinnen Annett Meiritz und Juliane Schäuble beleuchten, wie dieser transatlantische Schulterchluss genau abläuft, welche Ziele im Vordergrund stehen und wo sich Widerstand regt. Ein erschreckender und erhellender Einblick in eine rasch wachsende Bedrohung.

Annett Meiritz ist seit 2017 US-Korrespondentin des Handelsblatts in Washington. Zuvor arbeitete sie zehn Jahre für Spiegel Online, unter anderem als Parlamentskorrespondentin in Berlin. Meiritz ist Burns-Stipendiatin und Alumna des Young-Leader-Programms der Atlantik-Brücke. 2022 veröffentlichte sie gemeinsam mit Juliane Schäuble das Buch »Guns n´ Rosé« über konservative Frauen in den USA.

1001

Leitung: Annett Meiritz

Termin: Mittwoch, 23. September, 18.30 – ca. 20.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Iran im Fokus: zwischen Unterdrückung und Aufbruch

■ VORTRAG UND GESPRÄCH

Foto: Nassim Rad



Der Iran steht seit Jahren im Spannungsfeld von massiver staatlicher Repression und gesellschaftlichem Widerstand. Besonders die Frauenbewegung und die Proteste für Freiheit, Würde und Menschenrechte haben weltweit Aufmerksamkeit erregt und prägen bis heute den Kampf um Veränderung. Zugleich werfen die aktuellen

Spannungen und der Krieg zwischen Iran, Israel und den USA neue Fragen nach den politischen und gesellschaftlichen Entwicklungen im Land auf.

Daniela Sepehri ist deutsch-iranische Aktivistin, Publizistin und eine der profiliertesten Stimmen der iranischen Freiheitsbewegung in Deutschland. Sie engagiert sich seit Jahren für die Themen Menschenrechte, feministische Kämpfe und die Situation im Iran. Sepehri schreibt für den Spiegel und die taz und ist bekannt aus dem NDR und aus Markus Lanz.

1002

Leitung: Daniela Sepehri

Termin: Mittwoch, 30. September, 18.30 – ca. 20.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung erbeten



Das Ende der Welt, wie wir sie kannten

Deutschland zwischen globalen Krisen und neuer Machtpolitik

■ EIN JAHRESRÜCK- UND -AUSBLICK MIT
ALBRECHT VON LUCKE

Foto: Tobias Tanzyna



2026 ist ein Jahr tiefgreifender Umbrüche. Innenpolitisch gerät die alte Statik der Bundesrepublik aus dem Gleichgewicht: Mit der AfD als stärkster Kraft – längst nicht mehr nur im Osten – stehen die etablierten Parteien massiv unter Druck. Die Landtagswahlen im September werfen zentrale Fragen zur Zukunft der Demokratie

und zum Umgang mit radikalen Strömungen auf. Außenpolitisch destabilisieren der eskalierende Iran-Konflikt und die Instrumentalisierung der Energieversorgung die internationale Ordnung. Zugleich belastet Donald Trumps Präsidentschaft das transatlantische Verhältnis weiter, während Russlands Krieg gegen die Ukraine anhält. Europa sieht sich dadurch gezwungen, sicherheitspolitisch eigenständiger zu handeln. Mit Blick auf 2027 stehen entscheidende Weichenstellungen bevor: Wie reagiert Europa auf globale Krisen und mögliche politische Rechtsverschiebungen? Welche Lehren zieht Deutschland aus einem Jahr voller Spannungen und Unsicherheiten? Über diese Entwicklungen und ihre Folgen diskutiert Albrecht von Lucke – Jurist, Politikwissenschaftler und Redakteur der „Blätter für deutsche und internationale Politik“.

1003

Leitung: Albrecht von Lucke

Termin: Dienstag, 24. November, 19.30 – ca. 21.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung erbeten

Argumentationstraining gegen Stammtischparolen

„Das wird man doch wohl noch sagen dürfen ...“

■ WORKSHOP

Aussagen wie „Das Boot ist voll“ oder der Begriff des „Sozialtourismus“ – längst hört man solcherlei nicht nur in politischen Debatten, sondern verstärkt im eigenen privaten wie beruflichen Umfeld. Aber wie reagiert man darauf? Soll man überhaupt darauf reagieren? Im Rahmen dieses Workshops sollen anhand konkreter Beispiele Strategien eingeübt werden, mit denen man verschiedenen Stammtischparolen begegnen kann, und trotzdem weiterhin miteinander im Dialog bleibt.

1004

Leitung: Cassandra Speer

Termin: Dienstag, 06. Oktober, 18.00 – ca. 20.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Anmeldung erbeten



Stimmen aus dem Exil

■ LITERARISCH-MUSIKALISCHER ABEND

Flucht, Migration und Exil sind entscheidende Kennzeichen unserer atemlosen Gegenwart. Die Autorin Ursula Krechel, Georg-Büchner-Preisträgerin 2025, befasst sich mit diesen Themen in ihrem Essay „Vom Herzasthma des Exils“ (erschienen als Buch 2025 im Verlag Klett-Cotta). Die Emigranten aus dem Deutschland des 19. Jahrhunderts, die Fluchtbewegungen und Vertreibungen während des NS-Regimes, die Flüchtlinge unserer Zeit: Ursula Krechel untersucht Etappen, Widersprüche und Konsequenzen der Migrationsgeschichte von der französischen Revolution bis ins 21. Jahrhundert. Sie denkt dabei nach über unsere heutige Einwanderungsgesellschaft, die keine sein will, und die sich der elementaren Einsicht verweigert, dass diejenigen, die sich auf den unberechenbaren Weg gemacht haben, den Respekt der Sesshaften verdienen.

Neben Passagen aus Ursula Krechels Buch begegnen uns Briefe und literarische Zeugnisse von Ausgewanderten.

In den musikalischen Beiträgen sind Komponist*innen zu hören, die ihre Heimat verlassen mussten.

🕒 Eine Veranstaltung des Theaters Gegendruck in Kooperation mit der Volkshochschule und der Neuen Literarischen Gesellschaft Recklinghausen

1005

Leitung: Theater Gegendruck e.V.

Termin: Donnerstag, 15. Oktober, 19.00 – ca. 20.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Ohnmacht des Völkerrechts

Die Rückkehr des Kriegs und der Menschheitsverbrechen

■ VORTRAG UND GESPRÄCH

„Weltweite Rückkehr imperialer Politik: Ist das Völkerrecht am Ende? Nach den Fortschritten des Völkerrechts seit 1945 und dem Ende des Kalten Krieges scheint heute wieder zunehmend das Recht des Stärkeren zu gelten. Der Irakkrieg der USA, das Folterregime in Syrien, Russlands Angriff auf die Ukraine, der Terror der Hamas, Teile der israelischen Reaktionen sowie Angriffe auf den Iran zeigen offene Verstöße gegen das Völkerrecht, die international oft nur mit Schulterzucken aufgenommen werden.“

Christoph Safferling zeichnet die Entwicklung des Völkerrechts von den Anfängen bis heute nach und beleuchtet doppelte Standards sowie blinde Flecken – auch in der deutschen Politik. Seine Bilanz ist ernüchternd, sein Appell deutlich: Gerade Deutschland müsse völkerrechtliche Standards konsequent einfordern, selbst gegenüber langjährigen Verbündeten.“ (Text: dtv)

Safferling zählt zu den renommiertesten deutschen Völkerrechtlern, ist gefragter Medienexperte und Autor des gleichnamigen Buches.

🕒 In Kooperation mit der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit im Kreis Recklinghausen e.V. und dem Verein für Orts- und Heimatkunde Recklinghausen

1006

Leitung: Prof. Dr. Christoph Safferling

Termin: Dienstag, 19. Januar, 19.00 – ca. 21.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5,00 €

Anmeldung erbeten



Geschichte

„Let's Europe arise – Lasst Europa auferstehen!“

Winston Churchill und die Idee der Europäischen Einigung

■ VORTRAG

Seit seiner aufsehenerregenden sogenannten Züricher Europa-Rede vom 19. September 1946 gilt der berühmte britische Premierminister Winston Churchill (1874–1965), der sich im Sommer 1940 trotz nahezu aussichtslos erscheinender militärischer Lage für ein unerbittliches Weiterkämpfen gegen Hitler und NS-Deutschland entschied, als früher und wegweisender Visionär eines friedlich geeinten Europas. Der Vortrag geht auf Vorgeschichte, Wortlaut und Wirkung dieser Ansprache ein, die Churchill als bereits damals legendäre Politikerfigur, als elder statesman und als Privatperson vor Vertretern der Universität Zürich hielt. Es sollen aber auch die – im Hintergrund dieser Rede vehement wirkenden – geopolitischen und strategischen Vorstellungen des klassischen Großmachtpolitikers Churchill zur Sprache kommen, der das imperiale Großbritannien keinesfalls als künftiges Mitglied der „Vereinigten Staaten von Europa“ betrachtete.

🕒 In Kooperation mit dem Institut für Stadtgeschichte

1100

Leitung: Dr. Matthias Kordes

Termin: Donnerstag, 01. Oktober, 19.00 – 21.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Anmeldung erbeten

Der blinde Fleck

■ LESUNG UND GESPRÄCH

Foto: Wellnitz



80 Jahre nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs widmen sich der Trauma- und Stressexperte Louis Lewitan, Sohn von Shoah-Überlebenden, und der Journalist Stephan Lebert den vererbten Traumata des Krieges. In ihrem Buch „Der blinde Fleck“ fragen

sie, was Nachgeborene über die Jahre 1933 bis 1945 in ihren Familien wissen – und welche Folgen das Schweigen bis heute hat.

Stephan Lebert spricht über die oft schwierige, zugleich befreiende Auseinandersetzung mit der eigenen Familiengeschichte und die Bedeutung von Erinnerungskultur heute. Viele Familien sind bis heute geprägt von Schweigen, verdrängten Erinnerungen und ungelösten Konflikten. Doch immer mehr Menschen beginnen, ihre Herkunft zu erforschen und nach den Auswirkungen auf das eigene Leben zu fragen. Grundlage des Buches sind rund 100 Gespräche mit Betroffenen.

1203

Leitung: Stephan Lebert

Termin: Dienstag, 03. November, 19.00 – 20.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €



wiR Erinnern – die Recklinghäuser Polizei und die Novembepogrome 1938

■ EXKURSION UND VORTRAG

In der Nacht vom 09. auf den 10. November 1938 entfesselten die Nationalsozialisten im ganzen Deutschen Reich eine Reihe von gegen die jüdische Bevölkerung gerichteten Pogromen. Unter dem Vorwand der Reaktion auf das Attentat eines polnischen Juden auf einen deutschen Legationssekretär erreichte die Radikalität der nationalsozialistischen Gewaltpolitik einen vorläufigen Höhepunkt: Synagogen gingen in Flammen auf, tausende Juden wurden in Konzentrationslager verschleppt, Hunderte getötet. Auch in Recklinghausen brannte die örtliche Synagoge – unweit des damaligen und heutigen Polizeipräsidiums.

Die Exkursion bietet die Gelegenheit, die über 100-jährige Geschichte der Kreispolizeibehörde Recklinghausen anhand der Ausstellung „wiR Erinnern“ im Polizeipräsidium kennenzulernen. Einen Schwerpunkt der Führung wird die Rolle der Recklinghäuser Polizei und des Gebäudes selbst in der Zeit des Nationalsozialismus bilden. Anschließend geben Isaac Tourgman und Hendrik Mathias in der direkt benachbarten Jüdischen Gemeinde Einblicke in die spezifische Ausprägung der Novembepogrome in Recklinghausen. Im Vortrag zeichnet Hendrik Mathias die Entwicklungen nach, die zu den Novembepogromen führten, und stellt die Reaktion der Recklinghäuser Gesellschaft und ihrer Polizei auf die „Katastrophe vor der Katastrophe“ (Raphael Gross) dar.

➤ In Kooperation mit der Jüdischen Kultusgemeinde Kreis Recklinghausen und dem Polizeipräsidium Recklinghausen

1105

Leitung: Hendrik Mathias

Termin: Dienstag, 10. November, 17.20 – ca. 20.00 Uhr

Ort: Polizeipräsidium Recklinghausen

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 03. November

Pogromnacht vom 9. November 1938

Öffentliches Gedenken der Bürgerschaft

■ GEDENKVERANSTALTUNG

In der Nacht vom 9. auf den 10. November 1938, wurden überall in Deutschland die Synagogen von den Nationalsozialisten in Brand gesteckt. Auch in Recklinghausen zogen SA-Trupps durch die Straßen der Innenstadt und der Südstadt, misshandelten im Zuge organisierter Gewaltmaßnahmen jüdische Bürger*innen, verwüsteten deren Geschäfte und setzten die Synagoge der Jüdischen Kultusgemeinde, die damals an der Ecke Westerholter Weg/Limperstraße stand, in Brand.

Wir gedenken mit Trauer der Opfer. Antisemitismus ist auch Jahrzehnte nach 1945 immer noch eine Bedrohung: Das Erinnern an die Novembepogrome von 1938 muss für uns deshalb ein Gedenktag bleiben, der an vergangene Schuld der nicht-jüdischen Stadtgesellschaft erinnert, der aber zugleich ein Zeichen der Mahnung an uns ist, täglich alles zu tun, damit jüdisches Leben ein selbstverständlicher Teil unserer Gesellschaft bleibt und jegliche Form von Antisemitismus geächtet wird. Mit der Teilnahme an der Gedenkveranstaltung soll ein deutlich sichtbares Zeichen gegen Antisemitismus, Rassismus und jegliche Form von Ausgrenzung gesetzt werden.

1106

Termin: Montag, 09. November, 17.30 – 18.30 Uhr

Ort: Mahnmal Ecke Herzogswall/ Westerholter Weg



Stadt und Region

Untertage – Übertage

25 Jahre Geschichtskreis des Bergwerks
General Blumenthal

■ VORTRAG

Die Stilllegung des Bergwerks Blumenthal/Haard im Jahre 2001 war auch Anlass für die Gründung des Geschichtskreises. Ehemalige Bergleute taten sich zusammen und führten Interviews mit früheren Bergleuten, sammelten Fotos und Pläne, machten Ausstellungen und Broschüren. Bei dieser Veranstaltung soll mit Bildern und Zitaten der Arbeit der Bergleute und der Geschichte des Bergwerks gedacht werden. Die Vielzahl der Tätigkeiten unter und über Tage, die es nicht mehr gibt, aber auch die Nachwirkungen des Bergbaus bis in die heutige Zeit sind Thema.

⌚ Eine Veranstaltung des Geschichtskreises des Bergwerks General Blumenthal in Kooperation mit der Volkshochschule und dem Verein für Orts- und Heimatkunde.

1200

Leitung: Rolf Euler

Termin: Donnerstag, 15. Oktober, 19.00 – 21.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Zwangsarbeiter und Zwangsarbeiterinnen in Recklinghausen 1941 – 1945

■ VORTRAG, ANSCHLIESSEND GEDENKEN AN DER STOLPERSCHWELLE

Seit dem Herbst 1941 kamen auf erzwungenen Wegen zahlreiche Menschen aus den von der deutschen Wehrmacht eroberten Gebieten der Sowjetunion nach Recklinghausen. Nur ein Teil von ihnen waren Kriegsgefangene, ein erheblicher Prozentsatz bestand aus Zivilisten, die für mehrere Jahre meist auf den Zechen und angrenzenden Betrieben arbeiten mussten. Einen besonderen Aspekt stellen die Ukrainerinnen und Ukrainer dar, die auf diese Weise schon früh nach Recklinghausen gelangten und – wie viele andere osteuropäische Leidensgenossen auch – erst im Frühjahr 1945 von der Nazi-Herrschaft befreit wurden. Ihr Heimatland, das seit den frühen 1920er-Jahren eine Sowjetrepublik war und unter der Herrschaft Stalins schwer zu leiden hatte, war 1941 in ein Besatzungsterritorium verwandelt worden, das „Reichskommissariat Ukraine“ genannt wurde und das einer ausgebeuteten deutschen Kolonie glich. Zu dieser „Beute“ gehörten eben auch Menschen, darunter junge Frauen, die Recklinghausen als Ort von Drangsalierung, Unterdrückung und Feindschaft kennenlernten. Der Vortrag geht diesen Vorgängen und Schicksalen nach und ruft dieses wenig bekannte Kapitel deutsch-ukrainischer Geschichte in Erinnerung.

⌚ In Kooperation mit dem Institut für Stadtgeschichte und der Maristenschule

1201

Leitung: Dr. Matthias Kordes

Termin: Mittwoch, 14. Oktober, 17.00 – 18.30 Uhr

**Ort: Aula der Maristenschule und an der Stolperschwelle,
Hohenzollernstraße 69**

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 12. Oktober



Vom Biophon-Theater bis zum Multiplex-Kino

Auf den Spuren der Recklinghäuser Innenstadt – Lichtspielhäuser

■ EXKURSION

Die einstige Recklinghäuser Kino-Landschaft weist heute lediglich einen Standort mit sieben Kinosälen auf. Wie vielfältig diese Szene allein in der Innenstadt war, soll auf einem intensiven Rundgang nachvollzogen werden.

1204

Leitung: Dr. Werner Koppe

Termin: Mittwoch, 14. Oktober, 15.00 – 16.30 Uhr

Ort: Am Markt, Recklinghausen

Entgelt: frei

Als die Bilder laufen lernten

Von der Kinematographen-Bude bis zum Cinemax-Kino – auf den Spuren der Recklinghäuser Kino-Theater

■ VORTRAG

Vor ca. 120 Jahren begann in Recklinghausen das Zeitalter der bewegten Bilder, nachdem die Gebrüder Lumière bereits gegen Ende des 19. Jahrhunderts den Kinematographen in Frankreich eingeführt hatten. Über viele Entwicklungsstufen breitete sich die Kinokunst seit 1906 in der Recklinghäuser Innenstadt, aber auch in den Stadtteilen aus – zunächst als Jahrmarkt-Attraktion, dann in Sälen von Gasthäusern und schließlich in eigenen Gebäuden.

Heute ist die einstige Vielfalt Großkinos gewichen, historische Spuren sind jedoch noch immer auffindbar.

🕒 Im Rahmen von „Recklinghausen leuchtet“ und in Kooperation mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde und dem Gymnasium Petrinum

1202

Leitung: Dr. Werner Koppe

Termin: Mittwoch, 28. Oktober, 19.00 – 20.30 Uhr

Ort: Gymnasialkirche

Entgelt: frei



NEU: RUND UM DAS DEUTSCHLANDTICKET

Mobil mit dem Deutschlandticket

Grundlagenveranstaltung

■ TAGESSEMINAR

Das Deutschlandticket hat die Mobilität in Deutschland grundlegend verändert. Viele Menschen nutzen es, fühlen sich aber im Umgang mit digitalen Tickets, Apps, Liniennetzen und regionalen Verbindungen unsicher. Genau hier setzt die Volkshochschule an: Sie vermittelt alltagsnahe Kompetenzen, stärkt Selbstständigkeit und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe

Die Tagesveranstaltung vermittelt in zwei Blöcken die Grundlagen zur sicheren Nutzung des Deutschlandtickets. Sie richtet sich an Menschen, die ihre Mobilität stärken und den ÖPNV selbstständig nutzen möchten.

- Vormittags: Ticketbuchung, digitale Verwaltung, Apps und Services (Vestische, Deutsche Bahn).
- Nachmittags: Fahrpläne, Liniennetze, regionale und landesweite Verbindungen, praktische Übung zur eigenen Routenplanung.

1210

Leitung: Klaus Herrmann

Termin: 06. Oktober, 10.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 15.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 10,00 €

Anmeldung bis zum 25. September

Tagesfahrten mit dem Deutschlandticket

Von Acht bis Acht – Kultur, Politik, Technik mit dem Deutschlandticket erleben

■ EXKURSION (EINZELN BUCHBAR)

Das Deutschlandticket macht erlebbar, wie Mobilität Bildung öffnet. Die ganztägigen Fahrten verbinden praktische ÖPNV-Erfahrung mit kulturellen, politischen und historischen Lernorten. Die Reihe richtet sich insbesondere an Menschen, die Hemmschwellen im Umgang mit dem öffentlichen Nah- und Regionalverkehr abbauen möchten. Durch die gemeinsame Anreise mit dem Deutschlandticket werden Liniennetze, Umstiege, Apps und digitale Services praktisch erprobt. Die Fahrten eröffnen Teilnehmenden Zugänge zu Orten, die ohne Begleitung oder Mobilitätserfahrung oft nicht erreicht werden.

➔ Für die nebenstehenden Tagesfahrten im Herbst und Winter 2026/ 2027 können derzeit noch keine konkreten Termine genannt werden, da die Führungen von den jeweiligen Institutionen erst zu einem späteren Zeitpunkt buchbar sind. Interessierte können sich jedoch bereits jetzt auf einer Warteliste eintragen lassen und werden informiert, sobald Termine feststehen.

➔ Das Entgelt umfasst bereits die Eintrittsgelder. Die gemeinsame Fahrt erfolgt auf Kosten der Teilnehmenden mit Bus und Bahn.



Tagesfahrt: Folkwang Museum Essen

Ausstellung: Nach Damaskus ...

Karl Ernst Osthaus und die islamischen Künste

Die Fahrt verbindet kulturelle Bildung mit interkultureller Perspektive. Die Ausstellung zeigt, wie europäische Moderne und islamische Kunst miteinander in Dialog treten. Die Teilnehmenden erleben, wie einfach Kultur mit dem Deutschlandticket erreichbar ist.

1211

Leitung: Klaus Herrmann

Termin: November, 08.00 – 20.00 Uhr

Treffpunkt: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 35,00 €

.....

Tagesfahrt: Weihnachtsmarkt Köln

Der Besuch des Kölner Weihnachtsmarktes stärkt Alltags- und Mobilitätskompetenzen in einer lebendigen Großstadt. Die Teilnehmenden üben Orientierung im komplexen ÖPNV Netz, erleben regionale Traditionen und erfahren Gemeinschaft in einem offenen, stimmungsvollen Rahmen.

1212

Leitung: Klaus Herrmann

Termin: Dezember, 08.00 – 20.00 Uhr

Treffpunkt: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 35,00 €

Tagesfahrt: Haus der Geschichte, Bonn

Diese Fahrt steht im Kernauftrag der politischen Bildung. Das Haus der Geschichte vermittelt deutsche Zeitgeschichte von der Nachkriegszeit bis heute – anschaulich, zugänglich und mit direktem Bezug zu aktuellen gesellschaftlichen Fragen. Die Teilnehmenden stärken ihre politische Urteilsfähigkeit und erleben zugleich, wie regionale Bahnverbindungen sicher genutzt werden.

1213

Leitung: Klaus Herrmann

Termin: Januar, 08.00 – 20.00 Uhr

Treffpunkt: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 35,00 €



Das Stadt- und Vestische Archiv Recklinghausen stellt sich vor

■ VORTRAG

Das Stadt- und Vestische Archiv gehört mit seinen umfangreichen und weit zurückreichenden historischen Überlieferungen zu den bedeutenden Kommunalarchiven in NRW. Es steht der Fachwelt ebenso offen wie allen Bürgerinnen und Bürgern, Schulen, Vereinen und Geschichtswerkstätten. Zu seinen gesetzlichen Aufgaben und Dienstleistungen gehören Bewahrung, Erschließung, Zugänglichmachung, Präsentation, Erforschung und Veröffentlichung historischen Schriftgutes. Eine umfangreiche, für jedermann zugängliche Fach- und Präsenzbibliothek steht ebenfalls bereit, so dass historisch-archivisches Forschen und Recherchieren auf hohem Niveau gewährleistet ist – eine Einführung in die Archivarbeit und -nutzung mit Stadtarchivar Dr. Matthias Kordes.

🕒 Eine Veranstaltung des Instituts für Stadtgeschichte in Kooperation mit der VHS Recklinghausen

1205

Leitung: Dr. Matthias Kordes

Termin: Dienstag, 08. Dezember, 17.00 – 19.00 Uhr

Ort: Institut für Stadtgeschichte

Entgelt: frei

Anmeldung nur über die VHS bis zum 01. Dezember

Lokale Agenda 21

Fachforum Nachhaltige Stadtentwicklung

■ ARBEITSKREIS

Was Urbanität und Wohnqualität bedeuten, wie autogerecht oder fahrradfreundlich die hiesige Verkehrsplanung sein sollte, welchen Stellenwert Freiflächenschutz und Naherholung noch behalten können angesichts zunehmender Siedlungsverdichtung und Neuausweisung von Gewerbegebieten: Das sind nur einige der Themen, die zur Diskussion und zu lokalem Handeln anregen sollen.

1300

Leitung: Jessica Burri

Termin: jeweils Montag, 14. September, 12. Oktober, 09. November, 14. Dezember von 19.00 – 21.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Keine Anmeldung erforderlich

➔ Weitere Infos unter www.lokale-agenda21-re.de.



Lokale Agenda 21: Agenda-Forum

■ ARBEITSKREIS

Das Agenda-Forum lädt zu seinen Arbeitskreissitzungen sowohl interessierte Einzelpersonen als auch Gruppen, Vereinigungen und Institutionen zum Thema „Nachhaltig Leben in Recklinghausen in sozialer, ökologischer und ökonomischer Hinsicht“ ein. Die Sitzungen sind trotz eines meist vorhandenen Tagesordnungsvorschlags grundsätzlich themenoffen.

1301

Leitung: Agenda-Büro Recklinghausen

Termine: jeweils Mittwoch, 02. September, 04. November, 20. Januar von 16.30 – 18.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Keine Anmeldung erforderlich

- ➔ Das Agenda-Büro im Stadthaus C Raum 210 ist immer dienstags – außer während der Ferienzeiten – von 10.00 bis 12.00 Uhr erreichbar.
- ➔ Weitere Informationen zur Lokalen Agenda 21 für Recklinghausen unter www.lokale-agenda21-re.de.



Studienfahrten der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit e.V.

Kroatien-Rundreise: Vielfalt (nicht nur) der Kulturen

■ STUDIENREISE

Ob Geschichte, Religion, Kultur oder Landschaft – Kroatien beeindruckt durch seine außergewöhnliche Vielfalt. Das Land vereint großartige Kultur mit beeindruckender Natur und zählt zehn UNESCO-Welterbestätten. Diese Vielfalt zeigt sich in Geschichte, Kunst, Musik, Bräuchen und Küche.

Kroatien wurde über Jahrhunderte von römischen, osmanischen, habsburgischen und jugoslawischen Einflüssen geprägt. Auch die Bevölkerung ist vielfältig: Mehr als 20 ethnische Minderheiten leben im Land. Der katholische Glaube dominiert, zugleich reicht jüdisches Leben bis ins 3. Jahrhundert zurück. Vor dem Zweiten Weltkrieg lebten etwa 25.000 Jüdinnen und Juden in Kroatien; die meisten wurden von Ustascha-Regime und Nationalsozialisten ermordet. Heute bestehen noch acht Synagogen für rund 500 Gemeindemitglieder.

Die elftägige Rundreise vermittelt durch Besichtigungen, Begegnungen und Hintergrundinformationen spannende Einblicke in die kulturelle und historische Vielfalt Kroatiens.

1112

Leitung: Gerda E. H. Koch, Roswitha Killinger

Termin: Mittwoch, 28. Oktober

- ➔ Infos und Konditionen bei gerda.koch-gcjz@t-online.de, Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit e.V., Friedrich-Ebert-Str. 40, 45659 Recklinghausen, www.cjg-re.de



Klima, Umwelt und Natur

Forever Young

■ PRAXISSEMINAR AN DER WESTFÄLISCHEN HOCHSCHULE

„Bleiben Sie gesund!“ – Gesundheit gilt als unser höchstes Gut. Doch was, wenn wir nicht nur gesund bleiben, sondern auch länger gesund leben könnten? Die moderne Altersforschung untersucht, welche Prozesse in unseren Zellen ablaufen, wenn sie sich teilen, geschädigt, repariert oder erneuert werden. Ziel ist es, die Zellgesundheit zu verbessern und Alterungsprozesse zu verlangsamen.

Dabei rückt ein Molekül besonders in den Fokus: Spermidin. Studien zeigen, dass es positive Effekte auf Gesundheit und Lebenserwartung haben könnte, da es wichtige Prozesse der Zellreparatur unterstützt.

Im Praxisseminar stellt Prof. Dr. Ingo Tausendfreund aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zur Altersforschung vor. Gemeinsam mit den Teilnehmenden geht er der Frage nach, welche natürlichen Lebensmittel besonders reich an Spermidin sind und wie sich diese sinnvoll in den Alltag integrieren lassen – ganz ohne teure Nahrungsergänzungsmittel.

🕒 In Kooperation mit der Westfälischen Hochschule und der VHS Gelsenkirchen

1405

Leitung: Prof. Dr. Ingo Tausendfreund

Termin: 19. November, 18.00 – 20.00 Uhr

Ort: Westfälische Hochschule, Campus Recklinghausen

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 11. November

Länderkunde

Äthiopien

■ VORTRAG

Foto: Ulrich Fälker



Äthiopien – Ursprungsland des Kaffees, Wiege der Menschheit und „Dach Afrikas“ – zählt zu den vielfältigsten Regionen des Kontinents. Das Land am Horn von Afrika fasziniert durch geogra-

phische Extreme und eine einzigartige kulturelle Vielfalt.

Ausgedehnte Hochflächen, tiefe Grabenbruchlandschaften, Savannen, Seen und die heiße Danakil-Wüste prägen die Natur. In Nationalparks wie Simien oder Bale leben seltene Tierarten wie der abessinische Wolf oder das Berg-Nyala.

Besonders beeindruckend ist die kulturelle Vielfalt: Im Norden begegnen wir einer der ältesten christlichen Kulturen der Welt mit den historischen Stätten von Axum, Lalibela und den Felsenkirchen des Tigray. Im Südosten prägt der Islam Städte wie Harar mit seinen engen Gassen und lebhaften Märkten.

Im Süden des Landes leben am Omo-Fluss zahlreiche ethnische Gruppen, deren traditionelle Lebensweisen heute durch moderne Entwicklungsprojekte bedroht sind.

1501

Leitung: Ulrich Fälker

Termin: Mittwoch, 04. November, 18.30 – 20.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung erbeten



Südafrika: Die Welt in einem Land

■ VORTRAG

Foto: Anke Grau



Wenn eine eine Reise tut, dann will sie davon erzählen... Drei Wochen war Anke Grau wieder einmal auf eigene Faust mit dem Auto und Dachzelt unterwegs, diesmal in Südafrika, dem

Einsteigerland für ein Afrika-Abenteuer. Sie nimmt uns virtuell mit auf ihre Reise und berichtet vom Zauber seiner mannigfaltigen Regionen: Ob auf der Kaphalbinsel, in der Weinregion Stellenboschs, im weltbekannten Krüger-Nationalpark oder in den weniger bekannten iSimangalis Wetlands – überall gibt es ganz Unterschiedliches zu entdecken, so dass Südafrika zu Recht als „die Welt in einem Land“ bezeichnet wird.

Die Referentin zeigt beeindruckende Fotos von den vielseitigen Landschaften und der wilden Tierwelt und erzählt selbstverständlich auch ein paar Anekdoten von ihrer Abenteuerreise.

Ergänzend dazu ordnet Steffen Kühl ausgewählte südafrikanische Weine fachlich ein und vermittelt Grundlagen zu Anbaugebieten, Rebsorten und den klimatischen Besonderheiten der Regionen. Die Verkostung dient dabei der anschaulichen Vertiefung der zuvor erläuterten Inhalte.

1506

Leitung: Anke Grau

Termin: Donnerstag, 12. November, 19.00 – 21.30 Uhr

**Ort: Weinhandlung Molitor, Hertener Str. 59,
45657 Recklinghausen**

Entgelt: 30,00 €

➔ Die Umlage für die Weinprobe ist im Entgelt enthalten.

Vom Persischen Golf ins alte Mesopotamien

■ VORTRAG

Foto: Clemens Schmale



Die Vortragsreise beginnt im heutigen Kuwait, einem der kleinsten und zugleich reichsten Länder der Erde, das 1990 durch den Irakkrieg geprägt wurde. Von dort führt die Route in die südirakische

Metropole Basra am Persisch-Arabischen Golf, Heimat des legendären Sindbad, sowie zu den Marsch-Arabern im Süden des Landes. Nicht weit entfernt liegt die antike Stadt Ur mit ihrer berühmten Stufenpyramide, die als mögliche Heimat Abrahams gilt. Weiter nördlich folgt Uruk am Euphrat, eine der ältesten Städte der Welt und bedeutende Wiege der Zivilisation in Mesopotamien. Mit Nadschaf und Kerbela stehen die wichtigsten schiitischen Wallfahrtsorte auf dem Programm, bevor Babylon mit seinem UNESCO-Weltkulturerbe und dem wieder aufgebauten Palast Saddam Husseins erreicht wird. Abschluss der Reise ist Bagdad, einst Zentrum der islamischen Welt unter den Abbasiden, heute eine Stadt zwischen Tradition, Wandel und den Herausforderungen des Alltags. Der Vortrag wirft auch einen Blick auf das heutige Leben im Irak zwischen Demokratisierung, Korruption und wirtschaftlichen Schwierigkeiten.

Der Referent Clemens Schmale bereist seit den 1970er Jahren den Nahen und Mittleren Osten und leitete zahlreiche Studienreisen in der Region.

1502

Leitung: Clemens Schmale

Termin: Donnerstag, 19. November, 18.30 – 20.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung erbeten



Von Bagdad ins wilde Kurdistan

■ VORTRAG

Foto: Clemens Schmale



Vor nicht allzu langer Zeit galt der Irak lange als No-Go-Area, besonders der Nordwesten mit der Metropole Mosul, die zeitweise sogar Hauptstadt des sogenannten IS-Kalifats war. Der Politikwissenschaftler und Orientreisende Clemens Schmale nutzte die erste Gelegenheit, diese Region zu bereisen. Von Bagdad am Tigris führte seine Route über zahlreiche Checkpoints nach Samarra mit dem berühmten Spiralminarett und weiter durch Tikrit, die Heimat Saddam Husseins. Es folgten Stationen im alten Assyrien sowie die stark zerstörte Wüstenoase Hatra, vergleichbar mit Palmyra. In Mosul erlebt er den Wiederaufbau der Stadt mit restaurierten Kirchen, Moscheen und dem Grab des Propheten Jona in Ninive. Nur wenig weiter liegt Lalish, das religiöse Zentrum der Jesiden, viele von ihnen flohen nach Deutschland. Im Norden erstreckt sich das autonome Kurdistan mit eigener Regierung in Erbil, eigener Sprache und politischer Struktur. Bei Amadiya beginnt das „Wilde Kurdistan“, entlang des Großen Zab und durch das Zagros-Gebirge bis zum Dokan-See und nach Sulaymaniyah mit bedeutender Antikensammlung.

Clemens Schmale ist seit über 50 Jahren im Orient unterwegs und bereiste nahezu alle Länder der Region sowie Nordafrika und den Kaukasus.

1503

Leitung: Clemens Schmale

Termin: Mittwoch, 16. Dezember, 18.30 – 20.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung erbeten

Abenteuer Himalaya

■ VORTRAG

Foto: Ulrich Falker



Fast 3000 Kilometer erstreckt sich der Himalaya zwischen Indus und Brahmaputra. Das höchste Gebirge der Erde verbindet zahlreiche Länder, Völker, Religionen und Kulturen.

Die Reise führt entlang des Karakorum-Highways durch Pakistan nach China, vorbei an den

wilden Landschaften des Karakorum. In Ladakh und Zaskar im indischen Himalaya begegnen wir buddhistischen Klöstern, abgelegenen Dörfern und alten Bergpfaden.

Nepal, Heimat der höchsten Berge der Welt, ist geprägt von Buddhismus und Hinduismus. Entlang der Kali-Gandaki, der tiefsten Schlucht der Erde, folgen wir alten Handelswegen und erleben im Sagarmatha-Nationalpark die gewaltigen Achttausender. In Kathmandu tauchen wir in das lebendige Treiben der Hauptstadt ein.

Bhutan verbindet Tradition mit modernen Ideen und erhebt das Glück seiner Bevölkerung zum Staatsziel. Schließlich führt die Reise nach Tibet zum heiligen Berg Kailash, Ziel zahlreicher Pilger und Ursprung großer asiatischer Flüsse.

1504

Leitung: Ulrich Falker

Termin: Mittwoch, 20. Januar, 18.30 – 20.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung erbeten



Jordanien – zwischen Wüste, Weltkulturerbe und biblischer Geschichte

■ VORTRAG

Foto: Clemens Schmale



Jordanien zählt zu den faszinierendsten Reiseländern des Nahen Ostens. Antike Kulturen, beeindruckende Wüstenlandschaften und bedeutende Stätten der Religionsgeschichte prägen das

Gesicht dieses gastfreundlichen Landes.

Orient-Experte Clemens Schmale nimmt die Besucher in seinem reich bebilderten Vortrag mit auf eine faszinierende Rundreise durch Jordanien: von der Hauptstadt Amman über die römische Ausgrabungsstätte Gerasch, den geschichtsträchtigen Berg Nebo und die Kreuzritterburg Kerak bis in die spektakuläre Wüstenlandschaft des Wadi Rum. Höhepunkt der Reise ist die weltberühmte Felsenstadt Petra, UNESCO-Welterbe und eines der bedeutendsten Kulturdenkmäler der Menschheit. Weitere Stationen sind das Tote Meer sowie die traditionelle Taufstelle Jesu am Jordan.

Neben eindrucksvollen Landschafts- und Architekturaufnahmen vermittelt der Vortrag spannende Einblicke in Geschichte, Kultur, Religion und Gegenwart des Landes. Dabei entsteht ein lebendiges Bild Jordaniens als Brücke zwischen Orient und Okzident, Tradition und Moderne.

1505

Leitung: Clemens Schmale

Termin: Donnerstag, 28. Januar, 18.30 – 20.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung erbeten

Philosophie

Das Ende der Illusion vom guten Westen

■ KURS

Seit dem Brexit, der Wahl Donald Trumps, zahlreichen terroristischen Anschlägen und globalen Finanzkrisen ist deutlich geworden, dass die scheinbare Gewissheit vom fortschrittlichen Westen eine Illusion ist. Europäische Union, Demokratie, Marktwirtschaft, Liberalisierung, Wissenschaftsfreiheit, Pluralisierung der Lebensstile sind einem tiefgreifenden Wandel unterworfen. Wir wollen diesen Wandel und die ihm zugrunde liegende Krise am Beispiel von Politik, Ökonomie und Kultur in der Spätmoderne diskutieren und nach den Herausforderungen der Zukunft fragen. – Der Kurs eignet sich für philosophische Anfängerinnen.

1600

Leitung: Prof. Dr. Martin-W. Schnell

Termin: Mittwoch, ab 16. September, 20.00 – 21.30 Uhr,

10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 50,00 €

Anmeldung bis 09. September



Was ist Rechtspopulismus?

■ SEMINAR

Der Rechtspopulismus reagiert auf die Krise des Liberalismus. Er versteht sich als Alternative zur pluralen Demokratie und beansprucht, allein das Volk zu repräsentieren, ohne dabei Kompromisse eingehen zu müssen. Der Rechtspopulismus verändert die Gesellschaft. An die Stelle von Toleranz und Offenheit treten die Herrschaft des Wutbürgers und eine Diskussionsverweigerung. Gefühle werden politisiert. Empfindungen sind Programm. – Wir wollen im Seminar das Phänomen des Rechtspopulismus analysieren und nach anderen Alternativen fragen.

1601

Leitung: Prof. Dr. Martin-W. Schnell

Termin: Samstag, 10. Oktober und Sonntag 11. Oktober,

10.00 – 13.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 25,00 €

Anmeldung bis 03. Oktober

Fit fürs Ehrenamt

Fit für Vereinsführung – Satzungsrecht

■ VORTRAG

Die Satzung ist das Herzstück eines jeden Vereins. Möglichkeiten und Grenzen, Schwierigkeiten und Spielräume sind häufig hier schon angelegt. Deshalb lohnt es sich, die Satzung sorgfältig zu prüfen – ganz gleich ob es sich um die erste Satzung eines neuen Vereins oder um Änderungen an bestehenden Satzungen handelt.

Im Rahmen des Vortrags soll es darum gehen, anhand von Beispielsatzungen einen Überblick über zwingend erforderliche und sinnvolle ergänzende Satzungsregelungen zu bekommen – beides jeweils mit Blick auf die ganz unterschiedlichen Arten von Vereinen.

Besonderes Augenmerk wird außerdem auf das Verfahren der Satzungsänderung gelegt – von der Gestaltung der Einladungen zur Versammlung, über die Beschlussfassung bis zur Abmeldung der Satzungsänderung beim Vereinsregister.

⊗ Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Netzwerk Bürgerengagement statt.

1702

Leitung: Katharina Brandt

Termin: Dienstag, 03. November, 17.00 – 18.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 27. Oktober



Alt genug für neue Aufgaben – auf ins Ehrenamt!

■ INFOABEND FÜR (ZUKÜNFTIGE) RUHESTÄNDLER*INNEN

Endlich ist sie da – die lang ersehnte Zeit mit mehr Freiheit. Die ersten Wochen und Monate lassen sich gut mit Reisen, Projekten und Herzenswünschen füllen. Doch irgendwann stellt sich für viele die Frage: Was jetzt?

Wenn die Kreuzfahrt gemacht ist, die Enkel beschäftigt sind und der Balkon in voller Blüte steht – was gibt dem Alltag neuen Sinn?

Viele Menschen im Ruhestand möchten sich noch einmal engagieren: etwas Neues lernen, ihre Erfahrungen weitergeben, gebraucht werden und etwas bewegen. Vielleicht ist das auch etwas für Sie – dann sind Sie an diesem Abend in der VHS Recklinghausen richtig.

Hinter dem Begriff bürgerschaftliches Engagement verbirgt sich eine große Vielfalt an Möglichkeiten: Einsatz im Verein, Unterstützung von Kindern oder älteren Menschen, Engagement für Umwelt- oder gesellschaftliche Themen, Mithilfe in Schule, Nachbarschaft oder sozialen Projekten – regelmäßig oder flexibel, vor Ort oder von zu Hause aus.

Wir geben Ihnen an diesem Abend einen Überblick über die Engagementlandschaft im Kreis, stellen konkrete Beispiele vor und unterstützen Sie dabei, sich selbst die richtigen Fragen zu stellen.

Themen des Abends:

- Arbeit ohne Lohn? Was bringt mir ein Ehrenamt?
- Was ist eigentlich mein Thema?
- Die Vielfalt ehrenamtlicher Möglichkeiten
- Was gilt es zu bedenken: Zeit, Rahmenbedingungen, Interessen

Selbstverständlich bleibt ausreichend Zeit für Fragen und persönliche Gespräche. Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie, wie erfüllend freiwilliges Engagement im Ruhestand sein kann – sinnstiftend, gemeinschaftlich und bereichernd für alle Seiten.

🕒 In Kooperation mit dem Netzwerk Bürgerengagement

1700

Leitung: Dr. Svenja Adelt, Bozena Olszewski

Termin: Dienstag, 17. November, 16.00 – 18.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 10. November



Mutig handeln!

Planspiel gegen Antisemitismus



■ WORKSHOP

Die (fiktive) Zeiteugin Eva Lenz soll an der (ebenfalls fiktiven) Geschwister Scholl-Schule über ihre Erinnerungen an die NS-Diktatur sprechen – die Ankündigung dieses Gesprächs auf Instagram wird zur Zielschreibe antisemitischer Hasskommentare. Nun müssen sich die Organisator*innen des Zeiteuginnengesprächs – die Schule, die Stadt und der Verein REMEMBER – überlegen, wie sie auf diese antisemitischen Äußerungen reagieren und welche Konsequenzen sie daraus für ihre zukünftige Arbeit ziehen. Soll der Vortrag trotzdem stattfinden? Wie können sich die Veranstalter*innen gegen solche Hassbotschaften positionieren? Mit welchen Maßnahmen lassen sich solche Vorfälle verhindern? Darüber berät ein Dringlichkeitsausschuss ...

Die Schüler*innen nehmen in diesem Planspiel die Rollen der unterschiedlichen Beteiligten von Stadt, Schule und Verein ein und versuchen gemeinsam, Antworten auf diese Fragen zu finden und Beschlüsse zu fassen. Dabei lernen sie nicht nur etwas über aktuelle Erscheinungsformen von Antisemitismus und mögliche Handlungsstrategien dagegen, sondern trainieren gleichzeitig das Argumentieren und Debattieren in einem demokratischen Aushandlungsprozess.

Der Workshop richtet sich an Schüler*innen ab Jgst. 10. Bei Interesse kann der Workshop auch an anderen Terminen für eine Gruppe gebucht werden.

⊕ Der Workshop findet in Kooperation mit dem Jüdischen Museum Westfalen in Dorsten statt.

1701J

Leitung: Dr. Maren Großbröhmer, Anja Mausbach, Mareike Fiedler

Termin: Donnerstag, 05. November, 9.00 – 14.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 29. Oktober



Eltern helfen Eltern



Pflegegrad beantragen für Kinder und Jugendliche

■ HYBRID-VORTRAG

Kinder und/oder Jugendliche mit einer chronischen Erkrankung, Entwicklungsverzögerung oder Beeinträchtigung haben Anspruch auf einen Pflegegrad – dies gilt auch für Kinder mit Autismus-Spektrum-Störungen, ADHS oder ähnlichen, nicht auf den ersten Blick körperlich erkennbaren Einschränkungen. Viele Eltern haben bereits Erfahrungen mit einer Begutachtung durch den Medizinischen Dienst gemacht und erleben gerade bei diesen unsichtbaren Beeinträchtigungen, dass der tägliche Unterstützungsbedarf nur unzureichend abgebildet wird.

In der Veranstaltung wird aufgezeigt, wie man eine solche Begutachtung gut vorbereiten kann und welche Besonderheiten bei Kindern mit Autismus, ADHS und ähnlichen Diagnosen zu beachten sind, damit der tatsächliche Hilfebedarf im Alltag deutlich wird. Die Pflegeberaterin Frau Yvonne Laatz, selbst Mutter eines schwerst-mehrfach beeinträchtigten Kindes, berichtet aus ihrer umfangreichen Erfahrung und erläutert, worauf es im Begutachtungsprozess ankommt. Durch ihre Ausbildung zur Pflegeberaterin und ihr Engagement beim Verein „wir pflegen e. V. in NRW“ gibt sie praxisnahe Hinweise und beantwortet Fragen der Teilnehmenden.

Im Anschluss informieren die Veranstalterin Frau Kemper vom Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe und Herr Scholtz, Stadtteilmanager der AWO, über Unterstützungsmöglichkeiten durch Eltern-

netzwerke und Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige. Die Veranstaltung kann sowohl vor Ort im Willy-Brandt-Haus als auch online über eine Zoom-Konferenz besucht werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, auf welchem Wege Sie teilnehmen möchten. Allen, die online teilnehmen, schicken wir kurz vor der Veranstaltung per Mail einen Link zum Konferenzraum zu.

🕒 Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Netzwerk „Wir in Recklinghausen“, der KOPS und der EUTB statt.

1703

Leitung: Yvonne Laatz

Termin: Donnerstag, 05. November, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 29. Oktober



Die junge vhs ist für alle Schüler*innen und Jugendlichen, die mehr wollen als Unterricht. Hier geht's um Kreativität, digitale Skills und echte Praxis – Dinge, die dich weiterbringen und Spaß machen. Probiere dich aus und setze deine eigenen Ideen in die Tat um. Ob für Schule, Ausbildung oder einfach fürs Leben: Hier lernst du Fähigkeiten, die wirklich zählen. Entdecke kreative Projekte, digitale Medien oder handfeste, praktische Workshops – die junge vhs bietet Raum, dich auszuprobieren, weiterzuentwickeln und deine Stärken zu entdecken. Kurz gesagt: Lernen, das sich nach Erlebnis anfühlt.

Sie haben noch Fragen? Sprechen Sie uns an:

Pascal Guttmann,
Tel. 02361 50-2310, pascal.guttmann@recklinghausen.de
Leonie Grage,
Tel. 02361 50-1997, leonie.grage@recklinghausen.de

Mutig handeln!

Plenspiel gegen Antisemitismus

■ WORKSHOP

1701J

Leitung: Dr. Maren Großbröhmer, Anja Mausbach, Mareike Fiedler

Termin: Donnerstag, 05. November, 9.00 – 14.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei | **Anmeldung bis zum 29. Oktober**

➔ s. S. 34

Fit am Computer II

■ KURS FÜR SCHÜLER*INNEN VON 9 – 12 JAHREN

5401J

Leitung: Marco Kusik

Termin: Montag, 03. August bis Freitag, 07. August, 10.00 – 13.15 Uhr, 5 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 45,00 € | **Anmeldung bis zum 27. Juli**

➔ Infos unter www.vhs-recklinghausen.de

Digitale Grundlagen

■ KURS FÜR SCHÜLER*INNEN VON 12 – 16 JAHREN

5403J

Leitung: Marco Kusik

Termin: Montag, 03. August bis Freitag, 07. August, 13.30 – 16.45 Uhr, 5 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 45,00 € | **Anmeldung bis zum 27. Juli**

➔ Infos unter www.vhs-recklinghausen.de

Raspberry Pi

■ WORKSHOP FÜR JUGENDLICHE VON 13 – 15 JAHREN

5402J

Leitung: Jörg Kuhlemann

Termin: Montag, 17. August bis Freitag, 21. August, 10.00 – 14.15 Uhr, 5 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 48,00 € | **Anmeldung bis zum 10. August**

➔ Infos unter www.vhs-recklinghausen.de

Move & Core – Pilates

■ KURS

3205J

Leitung: Lara Skudlarski

Termin: Freitag, ab 11. September, 17.00 – 18.00 Uhr,

4 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 25,00 €

➔ s. S. 65

Chill mal – Entspannung und Yoga

■ WORKSHOP

3100J

Leitung: Katharina Beckmann

Termin: Samstag, 10. Oktober, 09.00 – 13.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 14,00 € | Anmeldung bis zum 05. Oktober

➔ s. S. 57

Bühne frei! Entdecke dein Schauspieltalent

■ WORKSHOP FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

2132J

Leitung: Darlene Thesing

Termin: Montag, 19. Oktober, bis Mittwoch, 21. Oktober,

09.00 – 14.30 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 25,00 € | Anmeldung bis zum 12. Oktober

➔ s. S. 43

Fit in Englisch

■ HERBSTFERIENKURS FÜR SCHÜLER*INNEN

(12 – 14 JAHRE)

26B-4130J

Leitung: Viktoria Niemann

Montag 19. bis Freitag, 23. Oktober, 10.00 Uhr – 13.15 Uhr,

5 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: | Anmeldung bis zum 09. Oktober

➔ s. S. 88

Schneller schreiben am PC

■ INTENSIVKURS / BILDUNGSURLAUB

5211

Leitung: Uwe Brüdigam

Termin: Montag, 26. Oktober bis Donnerstag, 29. Oktober,

10.00 – 15.00 Uhr, 4 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN: 149,00 €, 7-8 TN: 108,00 €, ab 9 TN: 85,00 €

Anmeldung bis zum 19. Oktober

➔ s. S. 121



Unsere Kursangebote für Jugendliche werden bereits ermäßigt angeboten. Eine Förderung über das Bildungs- und Teilhabepaket ist ggf. möglich. Information und Beratung unter www.recklinghausen.de/but

Kultur & Gestalten

Ihre Ansprechpartner*innen



Cynthia Körner
Planung und Beratung
Telefon: 50-2003
cynthia.koerner@recklinghausen.de



Virginia Weyrich
Sachbearbeitung
Telefon: 50-1991
virginia.veyrich@recklinghausen.de



Kunst und Literatur	40
Malen und Zeichnen.....	47
Plastisches und textiles Gestalten	49



**Zu den Angeboten
Kultur & Gestalten auf
www.vhs-recklinghausen.de**



Kunst und Literatur

Confusion is next – die Nullerjahre

■ LESUNG

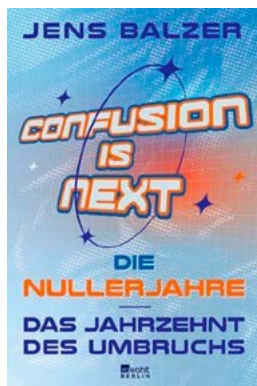


Foto: Roland Owsnitzki, Cover: Rowohlt-Verlag

Zunächst wirkt alles wie ein großes Vergnügen: Bärte werden geölt, bauchfrei getragen, Großstädter zelebrieren das „Bionade-Biedermeier“. Tausende stehen für „Harry Potter“ an, über Facebook entstehen globale Netzwerke. In den Nullerjahren erlebt der Westen ein Höchstmaß an Selbstbestimmung – sorglos und befriedet. Doch die Feier der Freiheit hat ihre Schattenseiten: Formate wie „Big Brother“ inszenieren den gläsernen Menschen, im Silicon Valley wächst eine Kultur grenzenlosen Konsums, und Figuren wie Peter Thiel, Elon Musk und Donald Trump prägen zunehmend die öffentliche Bühne. Zugleich gerät die offene Gesellschaft unter Druck: 2001 beginnt der „War on Terror“, in Deutschland mordet der NSU, und 2008 erschüttert die Finanz-

krise die Weltordnung. Jens Balzer führt durch Popkultur und Politik dieses Jahrzehnts und zeichnet ein lebendiges Bild der Entstehung unserer Gegenwart. Die Nullerjahre erscheinen als Zeit euphorischer Möglichkeiten, radikalen Individualismus und technologischer Freiheit – aber auch als Beginn großer Enttäuschungen, deren Folgen bis heute spürbar sind.

Die Veranstaltung ist Teil der Literaturtage Recklinghausen 2026 unter dem Motto „ZeitTräume“ und fügt sich in besonderer Weise in dessen thematischen Rahmen ein. Balzers Rückblick auf die Nullerjahre eröffnet einen vielschichtigen Zugang zu Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zugleich: Er macht deutlich, wie eng unsere heutige Lebenswelt mit den Entwicklungen dieses Jahrzehnts verknüpft ist. In einer Zeit voller Herausforderungen lädt die literarische Auseinandersetzung dazu ein, sich gedanklich durch prägende Zeiträume zu bewegen und die Gegenwart aus neuer Perspektive zu betrachten.

Jens Balzer, geboren 1969, ist Schriftsteller und Journalist im Feuilleton der Zeit. Er ist Autor hochgelobter Bücher, 2021 erschien „High Energy. Die Achtziger – das pulsierende Jahrzehnt“, 2023 „No Limit. Die Neunziger – das Jahrzehnt der Freiheit“, eine „grandiose Kulturbetrachtung“ (NZZ), „äußerst unterhaltsam und facettenreich“ (SWR 2). Sein Essay „After Woke“ (2024) stand auf Platz 1 der Sachbuch-Bestenliste von Die Zeit, ZDF und Deutschlandfunk Kultur sowie auf der Spiegel-Bestsellerliste.

2001

Leitung: Jens Balzer

Termin: Mittwoch, 16. September, 19.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 15,00 €

Anmeldung erbeten



Nachspiel

Ein Kino-Dokumentarfilm von Christoph Hübner und Gabriele Voss

■ FILMVORFÜHRUNG

Sie haben im Fußball alles erlebt: Aufstieg und Absturz, Verletzungen und Comebacks, Glanz und den oft ernüchternden Alltag in den Profi- und Amateurligen. Manche schafften den Sprung nach ganz oben, andere kämpften sich durch die unteren Klassen oder verließen den Sport ganz. Talent allein reichte nicht – gefragt waren Durchhaltevermögen, Charakter, Anpassung und die Fähigkeit, mit Druck und Öffentlichkeit umzugehen. In wenigen Jahren machten sie Erfahrungen, für die andere ein ganzes Leben brauchen.

Über zwanzig Jahre begleiten die Filmemacher und Grimme-Preisträger Christoph Hübner und Gabriele Voss ehemalige Nachwuchstalente von Borussia Dortmund. Entstanden ist die CHAMPIONS-FUßBALLTRILOGIE mit drei eigenständigen Kino-Dokumentarfilmen über den Anfang, die Mitte und das Ende hoffnungsvoller Fußballkarrieren. Die Trilogie ist weit mehr als eine klassische Sportdokumentation. Sie lässt sich auch als eine Form des Coming-of-Age lesen, in der Entwicklung, Selbstfindung und der Umgang mit Erwartungen und Träumen zentrale Rollen spielen. Im dritten Film der Trilogie, NACHSPIEL, geht es um das Ende der Karriere und das Leben nach dem Fußball. Wie gelingt der Übergang? Was bleibt vom einstigen Traum? NACHSPIEL ermöglicht einen eindringlichen, persönlichen Blick auf die Faszination und Härte des Fußballs – und stellt zugleich universelle Fragen nach Erfolg, Scheitern und Lebenswegen. Der Film ist somit auch für ein junges Publikum interessant.

Nach der Vorführung und einer 15-minütigen Pause stehen die Autoren Christoph Hübner und Gabriele Voss für ein Filmgespräch zur Verfügung.

2002

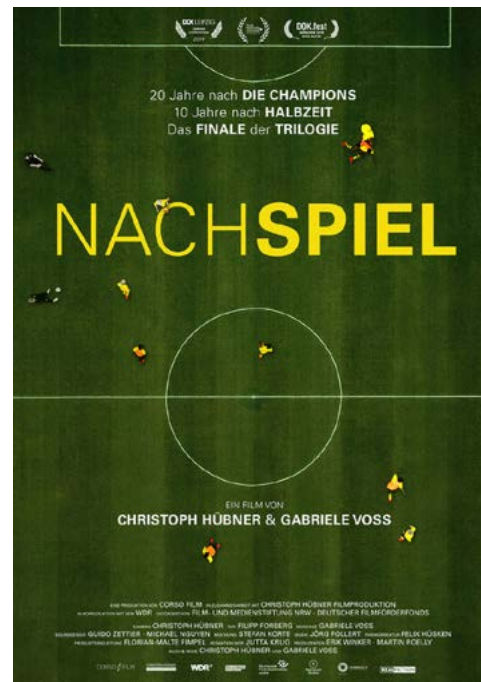
Leitung: Dr. Gabriele Voss, Christoph Hübner

Termin: Donnerstag, 12. November, 18.00 – 21.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 10,00 €

Anmeldung erbeten





Literatur lebendig vortragen

Ein Seminar zur Vermittlung von Grundlagen des Sprechens

■ SEMINAR

Manchmal, beim Zuhören einer gut vorgelesenen Geschichte fragt man sich: Wie geht das? Woran liegt es, wenn ein Text zu „atmen“ beginnt und man als Zuhörer vom Alltag abschaltet und völlig in die Geschichte eintaucht?

Nachdem im ersten Teil des Kurses Grundlagen des Sprechens behandelt wurden, geht es diesmal weiter ins Detail: Im Zentrum stehen Themen wie die Dramaturgie einer Geschichte und die Entwicklung einer schlüssigen stimmlichen Umsetzung. Ein weiterer Schwerpunkt ist das Rollenspiel und die Frage, wie man mit Hilfe der Stimme verschiedene Charaktere entwickeln und voneinander abgrenzen kann. So werden unterschiedliche Wege der nuancierten Erzählweise ausprobiert, Spannungsbögen entwickelt, Schauspielersches erforscht und eingeübt - der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Das Seminar richtet sich an alle, die mit dem Vortrag von Texten, beruflich oder privat, zu tun haben; ob Literaturbegeisterte, Vorleser und Vorlesepaten, oder auch freie Mitarbeiter des Hörfunks – wer mitmachen möchte ist herzlich willkommen!

Besondere Kenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Interessierte, die den ersten Kurs verpasst haben sind ebenfalls herzlich willkommen; jedem wird der Einstieg ermöglicht - der Rest kommt dann durch die Übung.

2004

Leitung: Josef Schoenen

**Termin: Samstag, 10. Oktober, 09.30 – 16.30 Uhr und
Sonntag, 11. Oktober, 10.00 – 15.00 Uhr**

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 69,00 €

Anmeldung bis zum 02. Oktober



Foto: privat



Sherlock Holmes – der Vampir von Sussex

Ein spannender Kriminalfall des berühmten Meisterdetektivs

■ SZENISCHE LESUNG

Ein rätselhaftes Telegramm führt mitten hinein in einen außergewöhnlichen Fall: Vampirismus im Europa des 20. Jahrhunderts – und ausgerechnet in Großbritannien? Schritt für Schritt entfaltet sich eine spannende Geschichte rund um den berühmten Detektiv Sherlock Holmes und seinen treuen Gehilfen Dr. Watson. Der Sprecher und Musiker Josef Schoenen verbindet literarische Darstellung mit musikalischer Gestaltung und macht die Erzählung zu einem besonderen Hörerlebnis. Durch den Wechsel verschiedener Rollen, lebendige Interpretation und eigens komponierte Gitarrenmusik zwischen Jazz, Funk, Klassik und Chanson entsteht eine atmosphärische Inszenierung als „Spielfilm fürs Ohr“. Die Veranstaltung vermittelt zugleich Einblicke in die Kunst des literarischen Vortrags und zeigt, wie Sprache, Stimme, Musik und Rollenarbeit literarische Figuren lebendig werden lassen können.

Josef Schoenen ist als professioneller Sprecher und Musiker tätig und tourt mit seinen musikalisch inszenierten Lesungen unter dem Titel „Spielfilm fürs Ohr“ durch die Region Nordrhein-Westfalen.

2003

Leitung: Josef Schoenen

Termin: Mittwoch, 23. September, 19.00 – 21.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 10,00 €

Anmeldung bis zum 16. September

➔ Wer selbst ausprobieren möchte, in die Rollen bekannter literarischer Figuren zu schlüpfen und Texte lebendig zu gestalten, dem bietet der Workshop „Literatur lebendig vortragen“ die Möglichkeit, Grundlagen des gestaltenden Lesens und szenischen Vortrags kennenzulernen und praktisch zu erproben.

Bühne frei! Entdecke dein Schauspieltalent



■ WORKSHOP FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

In diesem Kurs tauchen wir ein in die Welt von Impro-Comedy – inspiriert von der Serie „LOL – Last One Laughing“. Du lernst, wie man spontan reagiert, witzige Situationen entwickelt und gemeinsam kreative Chaosmomente erschafft. In Spielen und Challenges testen wir, wie lange du ernst bleiben kannst, obwohl um dich herum alles komplett verrückt wird. Egal ob schräg, laut, still, albern oder clever – hier ist Platz für jede Art von Humor. Am Ende entsteht eine kleine gemeinsame Show, bei der garantiert kein Auge trocken bleibt.

2132J

Leitung: Darlene Thesing

Termin: Montag, 19. Oktober bis Mittwoch, 21. Oktober,

09.00 – 14.30 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 25,00 €

Anmeldung bis zum 12. Oktober



Franz Marc. Die Suche nach einer besseren Welt

Ausstellung in der Kunstsammlung NRW (K 20)

■ EXKURSION

Die Volkshochschulen Recklinghausen und Herne laden zu einer besonderen Kunst-Exkursion nach Düsseldorf ein. Im Mittelpunkt steht der expressionistische Maler Franz Marc (1880–1916), dessen farbintensive Tierdarstellungen bis heute ein breites Publikum begeistern. Die Ausstellung in der Kunstsammlung Nordrhein-Westfalen widmet sich seinem Werk erstmals seit über 20 Jahren in umfassender Weise. Sie zeichnet Marcs künstlerische Entwicklung nach – von den frühen, eindrucksvollen Tiermotiven bis hin zur zunehmenden Abstraktion und Auflösung der Formen unter dem Einfluss des Kubismus. Dabei wird er als ein Suchender sichtbar, der in einer von Fortschrittsglauben geprägten Zeit nach einem spirituellen Gegenentwurf strebte.

Gemeinsam mit Wassily Kandinsky gründete Franz Marc die Künstlergruppe „Der Blaue Reiter“ und setzte damit wichtige Impulse für die moderne Kunst. Trotz seines kurzen Lebens – er fiel im Ersten Weltkrieg – hinterließ er ein beeindruckendes Werk, das in dieser Ausstellung eindrucksvoll gewürdigt wird.

Die Exkursion beinhaltet die Busfahrt, den Museumseintritt, die Führung vor Ort sowie einen Input durch Frau Dr. Hemfort.



2121

Leitung: Dr. Elisabeth Hemfort, Natalie Dilekli, Cynthia Körner

Termin: Mittwoch, 07. Oktober, 08.00 – 17.00 Uhr (Treffpunkt: alter Busbahnhof am Wickingplatz)

Entgelt: 65,00 €



Foto: 3 Katzen | K 20



Kunstaberachtungen am Vormittag: Rembrandt und die Moderne

■ KURS

In der Betrachtung der niederländischen Malerei des 17. Jahrhunderts ragt Rembrandt wie ein Gigant hervor. Obwohl in seiner Epoche die Niederlande eine wirtschaftliche und künstlerische Blüte erlebten und viele gute und spezialisierte Maler eine zahlungskräftige bürgerliche Kundschaft bedienten, gilt er als ein einmaliges Genie. Seine Bilder heben sich sowohl in ihrer Erzählintensität als auch ihrer malerischen Raffinesse weit vom Durchschnitt der Massenware des florierenden Kunstmarkts ab. Trotzdem erlebte Rembrandt noch zu Lebzeiten den Niedergang vom gefeierten Künstler zum verarmten und einsamen Vergessenen.

Erst im 19. Jahrhundert wurde Rembrandt neu entdeckt. Besonders Künstler der Moderne um 1900 – darunter van Gogh, Max Liebermann und Emil Nolde – sahen in ihm einen Seelenverwandten und ließen sich von seinem Werk inspirieren.

In diesem Seminar gehen wir der Frage nach, warum Rembrandt gerade für diese Künstler so bedeutsam wurde. Anhand ausgewählter Beispiele untersuchen wir, wie sein Einfluss in der modernen Kunst sichtbar wird – und diskutieren zugleich, ob diese begeisterte Sichtweise Rembrandt wirklich gerecht wird oder eher eine Projektion späterer Künstler darstellt.

Das Seminar richtet sich an alle Kunstinteressierten; Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

2120

Leitung: Dr. Elisabeth Hemfort

Termin: Dienstag, ab 15. September, 11.00 – 12.30 Uhr,

10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 75,00 €

Anmeldung bis zum 08. September

Kunstaberachtungen am Wochenende: Macht und Pracht – Kunst als Propaganda an den Höfen der Frühen Neuzeit

■ WORKSHOP

Wie inszenierten Fürsten ihre Macht, lange bevor es Massenmedien gab? Im Seminar gehen wir der Rolle von Kunst als wirkungsvollem Instrument politischer Selbstdarstellung zwischen 1500 und 1800 nach. An europäischen Höfen entstanden prächtige Gemälde, Skulpturen und Bauwerke, die nicht nur ästhetischen Zwecken dienten, sondern gezielt Autorität, Legitimität und göttliche Ordnung vermitteln sollten. Im Fokus stehen dabei Fragen nach Symbolik, Bildsprache und Auftraggeberschaft: Welche Botschaften transportieren Herrscherporträts? Wie wurden Architektur und Raum als Bühne der Macht genutzt? Und wie beeinflussten Kunst und Politik einander?

2125

Leitung: Juliane Barisic

Termin: Samstag, 10. Oktober, 12.00 – 16.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 27,50 €

Anmeldung bis zum 05. Oktober



Kunstaberachtungen am Wochenende: Vergessene Stimmen der Kunstgeschichte – Malerinnen von 1750 bis 1950

■ WORKSHOP

Eine Frau muss Geld und einen Raum für sich haben, um Literatur zu verfassen.“ (Virginia Woolf) Doch wie verhält es sich mit der Malerei? Lange Zeit galten Frauen immerhin lediglich als Modelle, als Projektionsfläche des männlichen Blicks, so dass sich nur einige wenige innerhalb der patriarchal geprägten Domäne als Künstlerin behaupten konnten. Gemeinsam spüren wir den inspirierenden Lebensgeschichten einiger Ausnahmeerscheinungen nach und beleuchten, wie sie bestehende Normen herausforderten und die Kunstwelt nachhaltig beeinflussten.

2126

Leitung: Juliane Barisic

Termin: Samstag, 12. Dezember, 12.00 – 16.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 27,50 €

Anmeldung bis zum 07. Dezember

Literatursalon im Herbst

■ KURS

Die Bücher des Literatursalons im Herbst erzählen von der Suche. Die Suche nach dem Vater, die Suche nach der verlorenen Liebe, nach dem eigenen Ich und letztlich die Suche nach Schuld und Versagen. Wir begleiten die Protagonisten auf ihrer Suche und finden verschlungene Lebenswege und große Lebensweisheiten.

Im Kurs tauschen wir uns über das Gelesene aus und erhalten Informationen zu den Autorinnen und den Hintergründen der Inhalte.

Herzliche Einladung an alle Lesebegeisterten.

- 08. September 2026 – Necati Öziri: Vatermal
- 13. Oktober 2026 – Daniela Krien: Brand
- 10. November 2026 – Silvia Plath: Glasglocke
- 08. Dezember 2026 – Bernhard, Thomas: Untergeher

2130

Leitung: Silke Holtbrügge

Termin: Dienstag, ab 08. September, 18.15 – 19.45 Uhr, 4 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 36,00 €

Anmeldung bis zum 01. September



Malen und Zeichnen

Einführung in die Landschaftsmalerei mit Gouache-Farben

■ KURS

Gouacheartige Farben wurden bereits in der Buchmalerei des frühen Mittelalters verwendet. Bereits Matisse, Paul Wunderlich und Chagall erkannten die Vorzüge dieses Mediums. Raffael und Tizian nutzten sie für ihre Studien und Entwürfe. Gouachefarbe wird ähnlich wie Aquarellfarbe mit Wasser verdünnt, ist geruchlos, kann lasierend aber auch deckend aufgetragen werden und ist auf Grund ihrer Eigenschaften besonders für Einsteiger*innen geeignet.

Für diesen Kurs kann es hilfreich sein bereits erste Erfahrungen im Zeichnen und im Malen mit Aquarell oder Acrylfarben gesammelt zu haben.

Im Verlauf dieses Kurses werden die Teilnehmer*innen, beginnend mit der Bleistiftvorzeichnung und der Komposition von Tonwerten (Hell- und Dunkelbereiche), das Bildmotiv für sich erarbeiten. Hierzu gehören unter anderem Einblicke in die Prinzipien des perspektivischen Zeichnens, der Bildkomposition und der Darstellung von Tiefe, Entfernung und Himmel.

2206

Leitung: Jürgen Gerlach

Termin: Donnerstag, ab 10. September, 18.00 – 20.15 Uhr,

6 Termine

Ort: Willy- Brandt-Haus

Entgelt: 73,00 €

Anmeldung bis zum 03. September

➔ Bitte mitbringen: DIN A4 Aquarellblock / Bleistifte H, HB, 3B, Lineal, Sortiment Gouache-Farben, kleine Palette, Sortiment Aquarellpinsel (2, 6, 8, 12) Sortiment Flachpinsel (10, 20), ein kleines Tuch zum Reinigen der Pinsel und Wasserbecher



Malereien: Jürgen Gerlach



Acrylmalerei im Bürgerhaus

■ KURS

Dieser Kurs bietet eine Einführung in die verschiedenen Techniken der Acrylmalerei wie deckende und lasierende Malweise, Nass-in-Nass-Malerei, Mischen von Farbtönen, Spachteltechnik oder Umgang mit Strukturpaste einschließlich Präparieren des Malgrundes. Aufbauend auf diesen Grundkenntnissen soll zur Bildgestaltung weitergeführt werden. Hierbei wird die Entfaltung des persönlichen Stils berücksichtigt.

Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

2204

Leitung: Doris Welling

Termin: Montag, ab 07. September, 16.15 – 18.30 Uhr, 7 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 78,50 €

Anmeldung bis zum 31. August

2205

Leitung: Doris Welling

Termin: Dienstag, ab 08. September, 17.00 – 20.00 Uhr, 7 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 103,00 €

Anmeldung bis zum 30. August

Bitte Acrylfarben, verschiedene Haar- und Borstenpinsel, Leinwände oder Acrylpapier, Zeichenblock und Bleistifte, Pastellkreiden, Alufolie, alte Lappen und Arbeitskleidung mitbringen.

Acrylmalerei

■ WORKSHOP

Es gibt so viele Techniken in der Acrylmalerei! Eine davon wird Kursleiterin Doris Welling an diesem Tag vorstellen und mit Ihnen gemeinsam Schritt für Schritt ein Werk erarbeiten. Mit entsprechenden Vorkenntnissen können Sie auch frei arbeiten und werden dabei fachlich begleitet. Die unproblematische Handhabung der geruchsneutralen und schnell trocknenden Acrylfarben ermöglicht auch Malanfängern gute Ergebnisse.

Seien Sie gespannt und werden Sie kreativ!

2208

Leitung: Doris Welling

Termin: Samstag und Sonntag, 19. und 20. September,

11.00 – 14.45 Uhr, 2 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 50,00 €

Anmeldung bis zum 11. September

2209

Leitung: Doris Welling

Termin: Samstag und Sonntag, 07. und 08. November,

11.00 – 14.45 Uhr, 2 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 50,00 €

Anmeldung bis zum 31. Oktober

➔ Bitte, soweit vorhanden, Acrylfarben, verschiedene Pinsel (Haar- und Borstenpinsel), Leinwände oder Acrylpapier, Zeichenblock und Bleistifte, Pastellkreiden mitbringen. Auf jeden Fall aber Alufolie, alte Lappen, einen Föhn und Arbeitskleidung. Benötigte Materialien können gegen Umlage erworben werden.



Aquarellieren für Fortgeschrittene

■ KURS

In diesem Kurs stehen weniger Fragen der Technik, sondern eher Probleme der Komposition sowie der Auswahl und des Einsatzes der Farbtöne im Mittelpunkt. Ziel ist es, anhand unterschiedlicher Übungen und Themen die eigenen Gestaltungskräfte zu fördern, um so zu einem eigenen Malstil zu finden.

Der Kurs richtet sich an fortgeschrittene Teilnehmer*innen; Neueinsteiger*innen mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

2210

Leitung: Franz-Josef Hinsken

Termin: Mittwoch, ab 09. September, 18.30 – 21.15 Uhr,

12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 131,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

➔ Bitte Aquarellblock, Pinsel (mindestens drei Stärken), Bleistifte, Aquarellstifte, Aquarellfarben und Lappen mitbringen.

Plastisches und textiles Gestalten

Speckstein und Co

Bildhauerei mit weichen Gesteinen

■ WORKSHOP

Im zweitägigen Workshop lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Grundlagen der Specksteinbearbeitung kennen. Die vielfältigen Farben des meist sehr weichen Materials inspirieren zu experimentellem Gestalten. Mit Raspeln und Feilen lässt sich der Stein in die gewünschte Form bringen, und gibt auch ungeübten Teilnehmenden die Möglichkeit dreidimensionaler handwerklicher Arbeit. Nach dem Schleifen und dem abschließenden Polieren zeigen sich die intensiv glänzenden Farben.

2400

Leitung: Christina Clasen

Termin: Samstag und Sonntag, 14. und 15. November, 10.00 – 16.00 Uhr

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 68,00 €

Anmeldung bis zum 06. November

➔ Das Material wird gegen einen Kostenbetrag von max. 20,00 € von der Dozentin zur Verfügung gestellt.



Makramee entdecken im Herbst

■ WORKSHOP-REIHE



Foto: Raffaella Reike

Makramee ist derzeit überall zu sehen – von modernen Wohnaccessoires bis hin zu liebevoll gestalteten Einzelstücken. Warum also nicht selbst kreativ werden und etwas Einzigartiges für das eigene Zuhause oder als persönliches Geschenk gestalten?

In dieser Workshop-Reihe für Anfänger*innen erhalten Sie einen einfachen und inspirierenden Einstieg in die Welt des Makramees. Jeder Termin ist einzeln buchbar

und widmet sich einem eigenen Projekt. Dabei werden die wichtigsten Basistechniken vermittelt und Schritt für Schritt angewendet.

Folgende Workshops stehen zur Auswahl:

- 12. Oktober: Stylish Blumenampel (2401)
- 02. November: Türkranz- oder Wandaufhänger (2402)
- 30. November: Makramee-Weihnachtsbaum (2403)

Am Ende jedes Workshops nehmen Sie Ihr selbstgefertigtes Werk mit nach Hause. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur Neugier und Freude am kreativen Arbeiten!

2401

Leitung: Raffaella Reike

Termin: Montag, 05. Oktober, 18.00 – 20.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 17,50 €

Anmeldung bis zum 29. September

2402

Leitung: Raffaella Reike

Termin: Montag, 02. November, 18.00 – 20.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 17,50 €

Anmeldung bis zum 25. September

2403

Leitung: Raffaella Reike

Termin: Montag, 30. November, 18.00 – 21.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 20,00 €

Anmeldung bis zum 15. November

➔ Mitzubringen sind Schere, ein dünner Kamm sowie ein Maßband/Zollstock.

➔ Materialkosten: ca. 7,00 € pro Person



Einführung in das Töpfern in Handaufbau

■ KURS

Ton ist einer der ältesten Werkstoffe der Menschen, in diesem Kurs werden Sie verschiedene Aufbautechniken des Töpfers kennenlernen. Dabei werden nur die Hände und Werkzeuge eingesetzt. Des Weiteren wird ein Bestandteil des Kurses die Einführung in verschiedene Glasurarten und -techniken sein.

Im ersten Teil des Kurses wird je ein Objekt in Daumendruck-, Wulst und Plattentechnik erstellt. Diese Objekte werden ein erstes Mal gebrannt (geschürzt), im Anschluss glasiert und ein zweites Mal gebrannt. Im zweiten Teil des Kurses können die Kursteilnehmenden ihr erlerntes Wissen und Fähigkeiten in eigenen Projekten anwenden und ihrer Kreativität freien Lauf lassen.

2409

Leitung: Stefanie Junger

Termin: Mittwoch, ab 09. September, 09.30 – 11.45 Uhr,
10 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 107,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

2411

Leitung: Stefanie Junger

Termin: Mittwoch, ab 09. September, 19.00 – 21.15 Uhr,
10 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 107,00 €

Anmeldung bis zum 04. Februar

Einführung in Tonarbeiten und Aufbaukeramik

■ KURS

In diesem Kurs werden die grundlegenden Techniken des Handaufbaus von Gefäßen und figürlichen Objekten vermittelt. Dazu gehören das Formen aus Tonklumpen und der Aufbau mit Hilfe von Tonplatten, sowie Stauch und Treibtechniken. Ausgehend von den traditionellen Formen entwickeln wir moderne, individuelle gestaltete Gefäße und Objekte. Oberflächenbehandlung durch Glasuren, Engoben, hochbrennende Dekorfarben, Sgraffitotechnik und Polieren gehören dazu.

Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

2410

Leitung: Anke Lack

Termin: Montag, ab 14. September, 19.00 – 21.00 Uhr, 10 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 107,00 €

Anmeldung bis zum 08. September

→ Bitte kleines Messer, Kuchengabel, Esslöffel, Töpferbesteck soweit vorhanden und Nudelholz mitbringen.

→ Materialkosten werden umgelegt.

Gesundheit & Bewegung

Ihre Ansprechpartner*innen



Cynthia Körner
Planung und Beratung
Telefon: 50-2003
cynthia.koerner@recklinghausen.de



Virginia Weyrich
Sachbearbeitung
Telefon: 50-1991
virginia.veyrich@recklinghausen.de



Gesundheitsforum.....	54
Entspannung, Körpererfahrung, Bewegung	55
Gymnastik und Fitness	64
Sport und Spiel	67



Zu den Angeboten
Gesundheit & Bewegung auf
www.vhs-recklinghausen.de



Gesundheitsforum

Vom ersten bis zum letzten Atemzug – und wie atmen Sie dazwischen?

■ VORTRAG

Es beginnt mit dem ersten Einatmen und endet mit dem letzten Ausatmen – doch wie atmen Sie dazwischen? Atem ist nicht nur das chemische Luftgemisch, sondern auch Seelisches (pneuma) und Geist (spiritus). Schon zur Zeit der Pharaonen wurde dem Atem besondere Bedeutung auch bei der Heilung beigemessen. So bedeutet der Name der Göttin Selket „die atmen lässt“. In Indien finden sich Entsprechungen in den Begriffen Atman und Prana, in China in der Hun-Seele und dem Qi. Das Wissen um die Bedeutung des Atems für Gesundheit und ganzheitliche Entfaltung ist tausende Jahre alt und wurde in vielen Kulturen gepflegt und weitergegeben.

Der Vortrag verbindet traditionelle Atemlehren mit Erkenntnissen der modernen Wissenschaft. Sie erfahren, wie der Atem Körper und Nervensystem beeinflusst und welche Rolle er für Wohlbefinden, Konzentration und Stressregulation spielt. Kurze, alltagstaugliche Übungen laden dazu ein, den eigenen Atem bewusster wahrzunehmen und gezielt zu nutzen.

Willi Neumann ist Psychologe, Körpertherapeut und emeritierter Professor für Gesundheitswissenschaften. Seine aktuellen Arbeitsschwerpunkte sind die Verbindung östlicher und westlicher Konzepte in Gesundheitsförderung und Prävention sowie gesundheitspsychologische Beratung.

3001

Leitung: Prof. Dr. Willi Neumann

Termin: Mittwoch, 04 November, 19.00 – 20.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung bis zum 28. Oktober

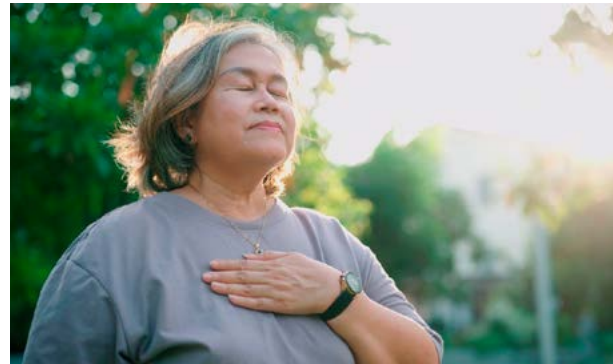


Foto: tkpond



Die ePA, das eRezept & Co.

Was Sie darüber wissen sollten

■ INFORMATIONSVERANSTALTUNG

Die Digitalisierung verändert nahezu alle Bereiche des Gesundheitswesens. So gibt es seit 2023 die Möglichkeit eRezepte digital mit der elektronischen Gesundheitskarte einzulösen. Seit dem 15.01.2025 wird für alle gesetzlich Versicherten eine elektronische Patientenakte durch ihre Krankenkassen angelegt.

Was steckt eigentlich dahinter? Was sollten Sie als Versicherte wissen, um sich unter den digitalisierten Rahmenbedingungen zurecht zu finden? Welche digitalen Anwendungen gibt es sonst noch? Sind meine Daten sicher? Und welche Vorteile oder Risiken bringen diese Anwendungen mit sich? Haben Sie bereits erste Erfahrungen damit gesammelt? Diesen Fragen wollen wir uns gemeinsam in der Veranstaltung widmen.

Rebecca von der Ley ist Referentin für den Bereich Projektmanagement im Regionalen Netz der LWL-Kliniken für Kinder- und Jugendpsychiatrie.

3004

Leitung: Rebecca von der Ley

Termin: Montag, 05 Oktober, 19.00 – 21.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 10,00 €

Anmeldung bis zum 29. September

Entspannung, Körpererfahrung, Bewegung

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

■ KURS

Die Feldenkrais-Methode wurde von Dr. Moshe Feldenkrais entwickelt. Bewusste und langsame Bewegungen helfen dabei, sich selbst zu spüren und die eigene Körperwahrnehmung zu verbessern. Grundlegende Bewegungsabläufe wie Stehen, Gehen, sich Umdrehen und Greifen werden leichter. Durch eine verbesserte Haltung können Gelenke geschont und Schmerzen gelindert werden, was die Lebensqualität erhöhen kann. Eine Feldenkrais-Stunde wird verbal angeleitet, nicht vorgemacht. Sie wird oft in der Rückenlage, aber auch in Seitlage und Bauchlage auf einer Matte am Boden unterrichtet. Sie ist für alle Altersgruppen geeignet.

3108

Leitung: Dorothee Scheifert

Termin: Donnerstag, ab 17. September, 16.30 – 17.45 Uhr, 10

Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 67,50 €

Anmeldung bis zum 10. September

➔ Bitte tragen Sie bequeme, warme Kleidung, die Ihnen ausreichende Bewegungsfreiheit ermöglicht. Lange Ärmel und Hosenbeine sind von Vorteil. Bringen Sie außerdem eine Decke oder Handtuch für die Matte und ein Tuch als Abdeckung für die Kopfunterlage mit.



Faszientraining

■ KURS

Faszientraining beschreibt eine bewegungstherapeutische oder sportliche Trainingsmethode zur gezielten Förderung der Eigenschaften des muskulären Bindegewebes, der Faszien. Faszien sind faserige Bindegewebsbildungen des Bewegungsapparats, deren Architektur in erster Linie an wiederkehrende Zugbelastungen angepasst ist. Die Zugfestigkeit und Dehnbarkeit dieser meist weißlichen bis transparenten Fasergewebe wird primär durch deren Anteil an Kollagen-Fasern bestimmt. Durch Faszientraining wird das Gewebe geschmeidiger und die Muskulatur gelockert. Dadurch sollen Verletzungen vorgebeugt und Verspannungen gelöst werden.

Das Faszientraining ist nicht für Personen geeignet, die ein Venenleiden oder andere körperliche Erkrankungen aufweisen. Eine medizinische Abklärung wird vor Anmeldung empfohlen.

3109

Leitung: Janet Golde

Termin: Mittwoch, ab 09. September, 16.00 – 17.00 Uhr, 12

Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 70,00 €

Anmeldung bis zum 03. September

➔ Das benötigte Equipment (Decken, Handtücher, Hanteln, Tennisbälle und Gewichte) ist vor Ort vorhanden.

Autogenes Training

■ KURS

Stress, Hektik und ständige Anspannung kennzeichnen oft den Alltag. Unsicherheit und Leistungsdruck beeinflussen den gesamten Organismus und können krankmachen. Mögliche Folgen sind Schlafstörungen, Bluthochdruck, Erschöpfungszustände, innere Unruhe, Magenprobleme, Schmerzen. Das Autogene Training ist eine wissenschaftlich anerkannte Entspannungsmethode, welche auf die Kraft der Gedanken basiert, der Autosuggestion. Ein Bestandteil sind zum Beispiel Formeln und Bilder. Mit Hilfe dieser Methoden können wir unseren Körper so beeinflussen, dass er von Anspannung in Entspannung umgeleitet wird. Zu diesem Kurs möchte ich Sie gerne einladen.

3110

Leitung: Birgitt Beckmann

Termin: Donnerstag, ab 17. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 10

Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 73,00 €

Anmeldung bis zum 03. September

➔ Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen sich warme Socken sowie ein Getränk mit. Bei Bedarf auch ein Kissen und eine Decke.



Chill mal – Entspannung und Yoga für junge Menschen



■ WORKSHOP

Prüfungen, Klausuren, Abiturzeit bedeuten für viele Jugendliche und junge Erwachsene vor allem eins: Leistungsdruck und Stress. Hinzu kommt der Trubel des Alltags, die Vielzahl an Informationen durch Social Media, die Schnelligkeit, die keinen Raum für Langeweile lässt. Wenn die Gedanken nicht zur Ruhe kommen, fällt es oftmals schwer, sich zu konzentrieren. Der Stress kann sich ebenso durch Verspannungen im Körper bemerkbar machen. Rücken- oder Nackenschmerzen gehören zu den typischen Begleiterscheinungen. Genau hier setzt das Konzept des Workshops an, dass sich speziell an junge Menschen richtet. Der Workshop bietet einfache, effektive und alltagstaugliche Yoga-, Atem- und Entspannungsübungen, die dabei helfen können, mit dem Prüfungsstress umzugehen, Ängste abzubauen und Gelassenheit zu finden. Gleichzeitig wird die Fähigkeit zur Entspannung und zur Konzentration gefördert.

3100J

Leitung: Katharina Beckmann

Termin: Samstag, 10. Oktober, 09.00 – 13.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 14,00 €

Anmeldung bis zum 05. Oktober

Vini-Yoga für Frauen am Vormittag

■ KURS

Yoga ist eine alte, in Indien entwickelte Bewegung, die der Harmonisierung von Körper, Geist und Seele dient. Yoga ist Meditation mit dem Körper, dem Atem, dem Geist. Im Laufe der Jahre haben sich im Westen unterschiedlichste Yogastile entwickelt. Vini Yoga ist keine neue Yogarichtung. Vini Yoga Unterricht ist die Kunst, alle Aspekte von Yoga kreativ und individuell auf die Übenden mit all ihren Möglichkeiten und auch Einschränkungen abzustimmen. Vini Yoga verbindet Körperübungen mit dem Atem und meditativen Elementen so miteinander, dass ein konzentriertes, meditatives, individuelles Üben entstehen kann. Die Bewegungen werden fließend, der individuelle Atem bestimmt Tempo und Intensität. Vini Yoga ist frei von Akrobatik, religiösen Bezügen und Pseudowissenschaften. Es ist sanft, individuell und effektiv.

3112

Leitung: Ursula Sporleder-Schröerlücke

Termin: Donnerstag, ab 08. September, 09.30 – 10.45 Uhr,

10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 82,00 €

Anmeldung bis zum 03. September



Wohl fühlen und entspannen mit Hatha-Yoga

■ KURS

Über eine Auswahl leichter Yoga-Übungen zu mehr innerer Ruhe, aber auch Energie und Spannkraft zu finden, ist Ziel dieses Kurses. Entspannungs- und Lösungsübungen aus der Eutonie und Atempädagogik verbinden die Körperhaltungen (Asanas) mit unserem europäischen Denken und fördern das Prinzip der Mühelosigkeit in den Yoga-Stellungen. Meditative Übungen erleichtern das Loslassen und helfen, den Blick auf das Wesentliche zu lenken.

Dieser Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

3113

Leitung: Lieselotte Würch-Bentfeld

Termin: Freitag, ab 11. September, 10.45 – 12.45 Uhr, 10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 81,00 €

Anmeldung bis zum 04. September

➔ Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke, eine Matte und warme Socken mit.

Hatha-Yoga zur Unterstützung des Immunsystems für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

■ KURS

Hatha-Yoga ist eine Stärkungstechnik. Sie unterstützt die innere Kraft. Insbesondere die Atemmuskulatur – der Atem führt jede Bewegung an – sowie die Rücken- und Rumpf- aufrichtende Muskulatur werden kräftiger. Eine Endentspannung mit Körperscan rundet jede Yogastunde ab und es entsteht ein allgemeines Wohlfühlgefühl.

Der Kurs wendet sich an interessierte Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen.

3114

Leitung: Margaretha Schimmler

Termin: Montag, ab 07. September, 16.15 – 17.45 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 97,00 €

Anmeldung bis zum 31. August

➔ Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke und eine Matte, bei Bedarf ein Kissen und warme Socken mit.



Wir sehen uns auf der Matte, aber bitte auf der eigenen ...



Hatha-Yoga am Abend

■ KURS

Yoga ist ein Jahrtausende altes ganzheitliches System aus Körper-, Atem- und Entspannungsübungen, die sich positiv auf Körper, Geist und Seele auswirken. Die Gesundheit wird umfassend gefördert, die Konzentrationsfähigkeit und das Wohlbefinden gesteigert. Die Körperübungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) des Hatha-Yoga beeinflussen den gesamten Stoffwechselhaushalt in positiver Weise und verhelfen zu mehr Vitalität, Spannkraft und umfassender Entspannung.

Die Kurse sind für Anfänger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

3115

Leitung: Lieselotte Würch-Bentfeld

Termin: Dienstag, ab 08. September 18.00 – 19.30 Uhr, 10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 81,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

3116

Leitung: Lieselotte Würch-Bentfeld

Termin: Dienstag, ab 08. September, 19.45 – 21.15 Uhr,
10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 81,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

➔ Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke, eine Matte und warme Socken

Mit Yoga in die Balance

■ KURS

Abschalten und zur Ruhe kommen – in diesem Kurs kommen Körper und Geist in Einklang. Wir konzentrieren uns auf ruhige Asanas, bei denen der Atem ruhig fließt. Das Nervensystem kann sich beruhigen, die Spannung in den Muskeln löst sich und der Stress des Alltags schwindet. Durch den Wechsel von Dynamik und Ruhe können Sie Ihre Mitte wiederfinden. Eine Tiefenentspannung beschließt die Stunde.

3117

Leitung: Petra Volley

Termin: Montag, ab 14. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 9 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 82,00 €

Anmeldung bis zum 07. September

3118

Leitung: Petra Volley

Termin: Mittwoch, ab 16. September, 10.00 – 11.30 Uhr,
9 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 110,00 €

Anmeldung bis zum 09. September



Yoga für mehr Beweglichkeit, Kräftigung und Stabilität

■ KURS

Beweglich werden und bleiben, das tut dem Körper gut und steigert das Wohlbefinden. Um beweglich zu werden bzw. zu bleiben, brauchen wir auch ein gesundes Maß an Kraft und Stabilität. Wir stützen und schützen damit unsere Gelenke, halten eine gewisse Spannung in unserer Muskulatur aufrecht und können so schmerzfrei und entspannter durchs Leben gehen. Ziel dieses Yoga-Kurses ist es daher, eine Verbesserung der Beweglichkeit des gesamten Körpers und die Kräftigung der Muskulatur für mehr Stabilität im Körper anhand von ausgewählten Yoga-Übungen (Asanas) zu erreichen. Durch die Verknüpfung mit dem Atem stärken wir gleichzeitig auch unsere mentale Resilienz.

Der Kurs ist für Anfänger*innen und Geübte gleichermaßen geeignet.

Bei einer behandlungsbedürftigen Erkrankung des Bewegungsapparates, bitte vorher den Arzt/die Ärztin kontaktieren.

3122

Leitung: Dirk Krieger

Termin: Donnerstag, ab 01. Oktober, 10.00 – 11.30 Uhr, 10 Termine,

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 81,00 €

Anmeldung bis zum 24. September

➔ Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie ein kleines Handtuch und ggf. eine Yogamatte mit.

Vini-Yoga für Frauen am Nachmittag

■ KURS

Yoga ist eine alte, in Indien entwickelte Bewegung, die der Harmonisierung von Körper, Geist und Seele dient. Yoga ist Meditation mit dem Körper, dem Atem, dem Geist. Im Laufe der Jahre haben sich im Westen unterschiedlichste Yogastile entwickelt.

Vini Yoga ist keine neue Yogarichtung. Vini-Yoga-Unterricht ist die Kunst, alle Aspekte von Yoga kreativ und individuell auf die Übenden mit all ihren Möglichkeiten und auch Einschränkungen abzustimmen. Vini Yoga verbindet Körperübungen mit dem Atem und meditativen Elementen so miteinander, dass ein konzentriertes, meditatives, individuelles Üben entstehen kann. Die Bewegungen werden fließend, der individuelle Atem bestimmt Tempo und Intensität. Vini Yoga ist frei von Akrobatik, religiösen Bezügen und Pseudowissenschaften. Es ist sanft, individuell und effektiv.

3123

Leitung: Ursula Sporleder-Schöerlücke

Termin: Dienstag, ab 08. September, 16.30 – 17.45 Uhr, 10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 82,00 €

Anmeldung bis zum 01. September



Kraft und Ruhe – Yoga für junge Menschen

■ KURS



Foto: Antonio Guillem

Schule, Ausbildung, Studium, Social Media, Dauerstress – manchmal wird einfach alles zu viel. Genau hier kann Yoga helfen: abschalten, durchatmen und wieder bei sich selbst ankommen. Das Beste daran? Yoga ist kein Wettbewerb.

Niemand muss perfekt sein oder etwas leisten. Es geht darum, sich selbst etwas Gutes zu tun.

Die Übungen können kraftvoll sein, gleichzeitig trainierst und kräftigst du deinen Körper auf eine entspannte und wohltuende Weise. Im Mittelpunkt stehen dein Körpergefühl, deine Atmung und kleine Momente der Ruhe. Der Alltagsstress rückt dabei automatisch in den Hintergrund.

In der Yogastunde dürfen der „Handynacken“ und die Wirbelsäule entspannen, während das Gedankenkarussell eine Pause einlegt. Atem- und Achtsamkeitsübungen helfen dabei, Stress abzubauen und gelassener durch den Alltag zu gehen. Und das Wichtigste: Yoga macht Spaß, tut gut und schenkt neue Energie.

3128

Leitung: Katharina Beckmann

Termin: Dienstag, ab 03. November, 15.00 – 16.15 Uhr, 4 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 25,00 €

Anmeldung bis zum 27. Oktober

Yin Yoga & Soundmeditation

■ WORKSHOP

In diesem innovativen Workshop verbinden wir die passive, entschleunigende Praxis des Yin Yoga mit den meditativen Klängen von Kristallklangschaalen und weiteren Instrumenten wie einem Gong oder Windspielen. Wir starten mit der Yin-Yoga-Praxis, die dazu einlädt, Spannungen im Körper loszulassen und den Geist zu beruhigen. Durch das lange Halten der Übungen in Verbindung mit unterstützenden Atemtechniken, kann deine ganze Muskulatur entspannen – Körper und Geist werden in Einklang gebracht. Daran knüpft die Soundmeditation an: Die sphärischen Töne der handgefertigten Klangschaalen beruhigen das Nervensystem und unterstützen dich dabei, in einen Zustand der inneren Balance und Meditation einzutauchen. Die besondere Kombination aus sanfter Bewegung und Klang öffnet den Raum für tiefgehende Entspannung und Regeneration.

3130

Leitung: Britta Lojack, Cynthia Körner

Termin: Freitag, 04. September, 18.00 – 20.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 22,50 €

3132

Leitung: Britta Lojack, Cynthia Körner

Termin: Freitag, 20. November, 18.00 – 20.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 22,50 €

➔ Bitte bequeme Kleidung tragen, Socken und eine Decke mitbringen.



Selbstfürsorge durch Yoga und Klang – Ein Tagesretreat für dein Nervensystem

■ TAGESRETREAT

Ein Tag zum Ankommen und Durchatmen: Im Mittelpunkt stehen dein Atem, dein Körper und eine Pause vom Alltag. In einer ruhigen, unterstützenden Atmosphäre kannst du ohne Leistungsdruck zur eigenen Balance zurückfinden.

Dich erwarten achtsame Körperarbeit, sanftes Yoga (Morning Flow & Yin Yoga), Yoga Nidra und eine erholsame Soundmeditation. Ein Workshopteil zu Selbstfürsorge, Rollenbildern und Grundlagen des Nervensystems hilft dabei, eigene Muster besser zu verstehen und neue Wege zu finden. Zeiten für Reflexion und Selbstwahrnehmung runden das Angebot ab.

Das Tagesretreat richtet sich an Menschen, die im Beruf oder privat viel für andere tun und neue Kraft tanken möchten.

Für die Verpflegung ist gesorgt: Ein gemeinsames vegetarisches Mittagessen sowie Snacks, Wasser und Tee stehen bereit (15 € fürs Mittagessen auf Wunsch).

Wir – Jessica Laus und Cynthia Körner – gestalten einen Rahmen, in dem du dich willkommen und gut aufgehoben fühlst. Mit Kenntnissen in Yoga, Klang, Nervensystemregulation und achtsamer Begleitung führen wir dich durch diesen Tag – ruhig, klar und zugewandt.

3101

Leitung: Jessica Laus, Cynthia Körner

Termin: Samstag, 23. Januar, 10.00 – 18.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 69,00 €

Anmeldung bis zum 16. Januar



Foto: Cynthia Körner



tanZen

■ WORKSHOP

Zen, wird oft definiert als „die Offenbarung der Einfachheit“, deswegen ist tanZen die Offenbarung der Einfachheit erfahren durch unseren Körper in Bewegung in dem gegenwärtigen Moment.

Auf seinen Körper zu hören ist bereits der erste Akt des Bewusstseins. Im Workshop werden wir mit einem Warm-up anfangen um in Kontakt mit unserem Körper zu kommen. Der Fokus liegt auf der Atmung, dem Gewicht und der Verbindung mit der Erde. In einer zweiten Phase wird der Improvisation und der Suche nach der eigenen Originalität in der Bewegung viel Platz geben. Wir werden gemeinsam versuchen, einen „Raum“ zu schaffen, in dem die Fantasie und Kreativität frei durch den Körper fließen kann.

In der Bewegung liegt das Mysterium unserer Emotionen und durch die Sprache des Körpers schafft die Energie, sich in einen Dialog zu verwandeln und eine echte Kommunikation zwischen Menschen zu schaffen. In einer Zeit, in der die virtuelle Kommunikation die Oberhand hat, kann die Wiederentdeckung des Körpers als Ausdrucksmittel ein weiteres Werkzeug sein, um einen Dialog mit denen zu schaffen, die uns „zuhören“.

Tanz und Bewegungserfahrung sind nicht erforderlich, alle Menschen sind herzlich willkommen zum tanZen!

3134

Leitung: Antonio Rusciano

Termin: Freitag, 20. November, 15.00 – 18.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 30,00 €

Anmeldung bis zum 14. November

➔ Bitte bequeme Kleidung tragen und Socken mitbringen.

Tanzen Sie sich durch Griechenland!

■ WORKSHOP

Der Sommer ist zwar vorbei, doch das Urlaubsgefühl kann bleiben. Vielleicht haben Sie im Urlaub die Faszination griechischer Tänze entdeckt und möchten nun selbst die ersten Schritte erlernen oder Ihre Eindrücke vertiefen?

In diesem Tanzkurs begeben Sie sich auf eine musikalische Reise durch Griechenland – von den sonnigen Inseln bis zu den wilden Berglandschaften im Norden. Griechische Tänze sind so vielfältig wie das Land selbst: Lernen Sie unter anderem Chassapikos, Kalamatianos sowie regionale Tänze aus Kreta, Thrakien und dem Pontos kennen. Dabei stehen Rhythmusgefühl, Gemeinschaft und die Freude an der Bewegung im Mittelpunkt.

Vorkenntnisse oder ein Tanzpartner sind nicht erforderlich. Der Kurs richtet sich an alle, die Lust haben, Neues auszuprobieren und in entspannter Atmosphäre zu tanzen.

3135

Leitung: Raffaella Reike

Termin: Samstag, 04. September, 11.00 – 14.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 25,00 €

Anmeldung bis zum 26. August

➔ Bequeme Kleidung und Sportschuhe sind empfehlenswert, aber kein Muss. Bitte bringen Sie etwas zu trinken und bei Bedarf einen kleinen Snack mit.



Gymnastik und Fitness

Rückhalt – Ganzheitliches Rückentraining

■ KURS

Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, Körperwahrnehmung und Entspannungseinheiten lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens und zur Verbesserung von Beweglichkeit und Kraft, Koordination und Entspannungsfähigkeit kennen. Dabei werden Übungen auf der Matte mit einem gesundheitsorientierten Gerätetraining kombiniert. Informationen rund um die Rückengesundheit und praxisnahe Tipps, wie der (Arbeits-)Alltag rückengerechter gestaltet werden kann, runden das Programm ab.

3200

Leitung: Andreas Volmer

Termin: Mittwoch, ab 09. September, 19.00 – 20.30 Uhr, 10 Termine

Ort: Prosper-Hospital, Mühlenstr. 27

Entgelt: 115,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

→ Bitte bequeme Kleidung tragen und ein Handtuch mitbringen.

Pilates

■ KURS

Pilates ist eine Übungsmethode des Gründers Joseph Pilates; ein Übungssystem, das auf dem Gleichgewicht von Geist und Körper basiert und natürliche und somit „normale“ Bewegungen wiederherstellt. Anders ausgedrückt: Pilates ist die Selbstbeobachtung des eigenen Körpers mit kontrollierten und fließenden Bewegungen. Das Training der inneren Muskulatur ist schwierig in der Umsetzung, wird aber bei regelmäßigem Üben mit guter Haltung und einem kräftigen, flexiblen und ausdauernden Körper belohnt. Man konzentriert sich auf die wichtigen Haltungsmuskeln und stabilisiert dadurch den Rumpf. Die Bewegungen werden fließend kontrolliert und dabei mit entsprechender Atmung kombiniert. So wird das muskuläre Gleichgewicht wiederhergestellt. Schwach gewordene Muskeln werden gekräftigt, verkürzte gedehnt.

3202

Leitung: Janet Golde

Termin: Mittwoch, ab 09. September, 15.00 – 15.45 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 51,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

3203

Leitung: Janet Golde

Termin: Mittwoch, ab 09. September, 17.05 – 18.05 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 62,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

→ Keine Decken oder Handtücher benötigt.



Move & Core – Pilates für junge Leute



■ KURS

Du möchtest dich fit halten, deinen Körper stärken und gleichzeitig einen Ausgleich zum oft stressigen Alltag finden? In diesem Pilates-Kurs erwartet dich ein modernes, effektives Ganzkörpertraining, das gezielt deine Tiefenmuskulatur kräftigt und deine Haltung verbessert.

Durch fließende Bewegungen, bewusste Atmung und abwechslungsreiche Übungen trainierst du insbesondere deine Körpermitte (Core), förderst deine Beweglichkeit und steigerst dein Körpergefühl. Gleichzeitig hilft dir das Training, Verspannungen zu lösen und neue Energie zu tanken.

Der Kurs richtet sich an junge Menschen – ob Schülerinnen, Auszubildende oder Studierende – und ist sowohl für Einsteigerinnen und Einsteiger als auch für leicht Fortgeschrittene geeignet. Spaß an Bewegung und die Freude, etwas für sich selbst zu tun, stehen dabei im Mittelpunkt.

3205J

Leitung: Lara Skudlarski

Termin: Freitag, ab 11. September, 17.00 – 18.00 Uhr, 4 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 25,00 €

i

Interessierte können nach Rücksprache mit der Studienleitung einen **kostenlosen „Probetermin“** vereinbaren. Zweimalige Teilnahme verpflichtet zur Zahlung der vollen Kursgebühr.

Smovey®

■ SCHWINGRING-KURS

Smovey®-Ringe sind Schwingringe mit Stahlkugeln. Sie fördern Beweglichkeit, kräftigen die Muskulatur und regen Koordination und Balance an. Durch die Vibrationen entsteht ein Training, das den gesamten Körper einbezieht und gleichzeitig leicht umzusetzen ist. Im Kurs werden abwechslungsreiche Übungen für Ausdauer, Kraft, Balance und Koordination vermittelt. Neben kräftigenden Einheiten stehen auch Mobilisation und Lockerung im Mittelpunkt.

Zum Abschluss jeder Stunde gibt es eine Entspannungssequenz mit Smovey®, die den Körper zur Ruhe kommen lässt.

3210

Leitung: Denise Iwanek

Termin: Dienstag, ab 08. September, 17.30 – 18.30 Uhr, 10

Termine

Ort: Gymnastikraum der Anne-Frank-Grundschule, Henrichenburger Str. 186

Entgelt: 85,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

→ Das Entgelt beinhaltet die Leihgebühr für die Smovey®-Ringe und die Schutzbrille. Wenn Sie Ihre eigenen Geräte nutzen möchten, teilen Sie uns dies bitte bei der Anmeldung mit.

→ Bitte bequeme Sportkleidung, Getränk (vorzugsweise Wasser), Sportmatte, Hallenturnschuhe, Handtuch mitbringen.



Aqua-Fitness

■ KURS

Die folgenden Kurse bieten abwechslungsreiche Übungen aus der Aquafitness und der traditionellen Wassergymnastik. Im Mittelpunkt stehen Übungen zur Mobilisation der Gelenke, zur Kräftigung der Muskulatur sowie zur Verbesserung von Koordination (Body & Brain) und Gleichgewicht (Sturzprophylaxe). Auch das Herz-Kreislauf-System wird gezielt trainiert. Der natürliche Widerstand und die Auftriebskraft des Wassers unterstützen dabei optimal die Ausführung der Übungen. Die Kurse richten sich an alle, die aktiv etwas für ihren Körper, ihren Geist und ihre Gesundheit tun möchten. Treffpunkt ist jeweils vor Kursbeginn auf der Wärmebank in der Schwimmhalle.

Montags- und Dienstagskurse: Diese Kurse finden in über 30 °C warmem Flachwasser mit einer Tiefe bis 117 cm statt und eignen sich besonders für ein moderates Training.

Mittwochs- und Freitagskurse:

Die Abendkurse im Flachwasser bis 130 cm Wassertiefe richten sich vor allem an Berufstätige. Die Intensität reicht von moderat bis anspruchsvoll.

➔ Anmeldung für alle Kurse bis eine Woche vor Kursbeginn.

3250

Termin: Montag, ab 14. September, 12.00 – 12.45 Uhr, 10 Termine
Ort: Hallenbad-Süd, Herner Straße | Entgelt: 70,00 €

3251

Termin: Montag, ab 14. September, 13.00 – 13.45 Uhr, 10 Termine
Ort: Hallenbad-Süd, Herner Straße | Entgelt: 70,00 €

3252

Termin: Dienstag, ab 15. September, 12.00 – 12.45 Uhr, 10 Termine
Ort: Hallenbad-Süd, Herner Straße | Entgelt: 70,00 €

3253

Termin: Dienstag, ab 15. September, 13.00 – 13.45 Uhr, 10 Termine
Ort: Hallenbad, Herner Straße 160 | Entgelt: 70,00 €

3254

Termin: Mittwoch, ab 16. September, 19.30 – 20.15 Uhr, 10 Termine
Ort: Südbad | Entgelt: 70,00 €

3255

Termin: Mittwoch, ab 16. September, 20.15 – 21.00 Uhr, 10 Termine
Ort: Südbad | Entgelt: 70,00 €

3256

Termin: Freitag, ab 18. September, 18.00 – 18.45 Uhr, 10 Termine
Ort: Südbad | Entgelt: 70,00 €

3257

Termin: Freitag, ab 18. September, 18.45 – 19.30 Uhr, 10 Termine
Ort: Südbad | Entgelt: 70,00 €



Die Leitung aller Kurse in diesem Semester liegt bei Gabriele Eichenberger.



Fitfight Fitness

■ KURS

Fitfight ist ein effektives Ganzkörper-Workout, das Elemente des Cardiotrainings mit Kampfsporttechniken verbindet. Sowohl Koordination, Beweglichkeit als auch die Ausdauer werden durch Fitfight verbessert. Stärken Sie Ihr Selbstvertrauen, indem Sie lernen Ihre Schlag- und Tritt-Kraft wahrzunehmen. Ihre Konzentrations- und Entschlussfähigkeit kann sich durch Fitfight stark verbessern. Ihr Körper kann mehr als Sie denken!

3217

Leitung: Angela Müller

Termin: Mittwoch, ab 09. September, 18.15 – 19.00 Uhr, 6 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 28,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

Sport und Spiel

Bridge ist ein Tor zur Welt – Teil 1

■ KURS

Bridge ist ein Kartenspiel, das auf der ganzen Welt gespielt wird. In fast jeder Stadt in jedem Land gibt es einen örtlichen Bridgeclub, in dem Sie stets herzlich willkommen sind. Die gemeinsame Freude am Spiel ermöglicht es, überall neue Freunde zu finden. Ein wunderschönes, anspruchsvolles Hobby, das nicht nur Spaß und Spannung, sondern auch gesellige Stunden im Kreis Gleichgesinnter verspricht. Aber Vorsicht: Dieses Hobby hat enormes Suchtpotenzial. Bridge ist leicht zu erlernen, Bridge spielen ist allerdings sehr anspruchsvoll. Deshalb ist Bridge in Bezug auf Komplexität und Spielstrategie eher mit Schach als mit anderen Kartenspielen vergleichbar.

Der Kurs richtet sich an Anfänger*innen – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wer Spaß an diesem Spiel gewonnen hat, kann im Bridgeclub Recklinghausen weiterlernen.

3300

Leitung: Peter Heckmann

Termin: Donnerstag, ab 10. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 10 Termine

Ort: Bridgeclub Recklinghausen, Tiroler Str. 1

Entgelt: 65,00 €

Anmeldung bis zum 03. September



Mit dem Pedelec und E-Bike unterwegs im Alter – Theorie und Praxis

■ WORKSHOP

Immer mehr ältere Radfahrer*innen steigen auf ein Pedelec oder E-Bike um. Damit ist man meistens schneller im Straßenverkehr unterwegs, dieser besondere Umstand kann gleichzeitig zu gefährlichen Situationen im Straßenverkehr führen. Insbesondere im zunehmenden Alter ist es eine Herausforderung, sich auf die veränderten technischen Eigenschaften (Bremsen, E-Motor und fahrdynamischer Verlauf) beim Führen eines Pedelecs im Straßenverkehr einzustellen. In diesem Seminar insbesondere für Senior*innen über 60 Jahren steht neben der Theorie vor allem auch die Fahrpraxis im Vordergrund. So werden die Teilnehmenden in einem Parcours das Handling mit ihrem Pedelec oder E-Bike üben. Dabei werden u. a. das richtige Bremsen vermittelt und die Blickführung im Straßenverkehr geschärft.

🕒 Eine Veranstaltung der VHS in Kooperation mit der Verkehrssicherheitsberatung der Polizei Recklinghausen.



3410

Leitung: Birgit vom Bauer-Bonnekamp

Termin: Mittwoch, 23. September, 15.00 – 18.00 Uhr

Ort: Schule am Kurfürstenwall, Kurfürstenwall 5a

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 15. September

➔ Eine Teilnahme ist nur mit einem verkehrssicheren E-Bike/ Pedelec, Fahrradhelm und wetterfester Kleidung möglich. Zu Beginn muss jede*r Teilnehmer*in aus versicherungsrechtlichen Gründen mit einem Haftungsausschluss einverstanden sein



Foto: Image Hunter



Waldwanderung: Kleine regionale Pilzkunde

■ OUTDOOR-WORKSHOP

Fliegenpilze erkennt wohl so ziemlich jeder. Bei Pfifferlingen und Steinpilzen wird es für viele schon schwieriger. Sämtliche ca. 7000 bei uns vorkommenden Großpilzarten zu erkennen, überfordert aber selbst Spezialisten. Sich einen grundlegenden Überblick über das Faszinosum Pilz zu verschaffen, ist aber nicht nur interessant, sondern kommt über den Aufenthalt im Freien und die Bewegung der Gesundheit zugute! Nicht jeder Pilz hat Hut und Stiel; Pilze gibt es in allen möglichen Formen, Farben und Ausprägungen – holzig, glibberig, schwammig, häutig, sternförmig, bunt, krustig, riesig, winzig, stäubend, duftend, stinkend Etliche sind tödlich giftig, aber viele sind vor allem auch äußerst delikat. Kurz: Sie sprechen alle Sinne an. Dabei übersteigt die Bedeutung der Pilze bei weitem die Frage nach kulinarischen Aspekten: als Zersetzer, welche organisch gebundene Nährstoffe wieder verfügbar machen, spielen sie im Naturhaushalt die unverzichtbare Rolle der Recycler. Ohne sie gäbe es keine Stoffkreisläufe. Als Symbiosepartner der Bäume versorgen sie diese mit Nährelementen und ermöglichen z.B. Orchideen erst die Keimung, als Parasiten schädigen sie tierische wie pflanzliche Lebewesen.

Neben zahlreichen Anekdoten aus dem Reich der Pilze soll die Pilzwanderung einen Überblick über die Artenvielfalt geben, die ebenso interessante Biologie wie Ökologie der Pilze beleuchten, nicht zuletzt Tipps für die kulinarische Verwendung geben und auf mögliche Gefahren beim Pilzesammeln hinweisen.

Bernhard Demel ist anerkannter Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie und Umweltwissenschaftler.

3412

Leitung: Bernhard Demel

Termin: Samstag, 26. September, 12.30 – 15.30 Uhr

Ort: Treffpunkt Forsthof Haard, Recklinghäuser Str. 291,

Haltern am See

Entgelt: 30,00 €

Anmeldung bis zum 07. September

→ Wer Pilze sammeln möchte, bringe bitte ein Tragekörbchen mit, keinesfalls jedoch Plastiktüten!



Foto: Paulina Klyts

Livestream

vhs.wissen live

Die folgenden Online-Vorträge und Diskussionen bietet die VHS Recklinghausen in Kooperation mit dem digitalen Wissenschaftsprogramm „vhs.wissen live“ an. Nutzen Sie die Möglichkeit, Themen der Zeit auch digital zu verfolgen und prominenten Referent*innen online zu begegnen. Die Teilnahme ist kostenfrei.



So funktioniert vhs.wissen live

- Alle Veranstaltungen werden live gestreamt.
- Über einen Live-Chat können Sie sich aktiv an der Diskussion nach dem Vortrag beteiligen.
- Nach Ihrer Registrierung erhalten Sie den Zugang zu den Livestreams.
- Registrieren können Sie sich bequem unter www.vhs-recklinghausen.de oder telefonisch unter Tel. 02361 / 50-2000.

So unterstützen Sie vhs.wissen live

Alle Veranstaltungen sind kostenlos. Durch eine Spende können Sie das Projekt unterstützen. Weitere Informationen online auf www.vhs-wissen-live.de

Kunst im Ohr



Ein Livestream für alle Sinne 3

Von München bis Hamburg: Erleben Sie Kunst bequem von zu Hause. In diesem Livestream tauschen sich drei Kunstexpert*innen über bedeutende Werke aus der Neuen Pinakothek und der Hamburger Kunsthalle aus. Teil 3 der Reihe „Kunst im Ohr“ bringt fundiertes Wissen und lebendige Vermittlung zusammen: Andrea Weniger (Hamburger Kunsthalle) und Jochen Meister (Neue Pinakothek) sind erfahrene Kunsthistoriker. Claudia Böhme ergänzt die Runde mit ihrer Expertise zu kulturellen Angeboten für Menschen mit Sehbehinderung.

👉 Eine Kooperation der Neuen Pinakothek München und der Hamburger Kunsthalle.

1050D

Leitung: Andrea Weniger

Termin: Mittwoch, 23. September, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 22. September



Foto: Sinje Hasheider

Stonehenge



Uralte Geheimnisse, neue Entdeckungen

Stonehenge zählt zu den bekanntesten und rätselhaftesten Bauwerken der Menschheitsgeschichte. Die Archäologische Staatssammlung präsentiert vom 18.09.2026 bis 29.08.2027 eine Ausstellung zu neuen Forschungserkenntnissen rund um den berühmten Steinkreis. In diesem Online-Kurs führt Kurator Dr. Heiner Schwarzberg virtuell durch die Sonderschau und stellt originale Funde vor. Im Fokus stehen die Entstehung der Anlage sowie die Menschen, die sie vor über 5000 Jahren errichteten und nutzten.

Schwarzberg ist Prähistorischer Archäologe und leitet die Abteilung Vorgeschichte der Archäologischen Staatssammlung München.

⤷ In Kooperation mit der Archäologischen Staatssammlung und der Staatlichen Museumsagentur Bayern.

1051D

Leitung: Heiner Schwarzberg

Termin: Mittwoch, 30. September, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 28. September

Vertrauen in Wissenschaft



Wissenschaft prägt zentrale Lebensbereiche wie Medizin, Klimaforschung und Künstliche Intelligenz. Gleichzeitig ist Vertrauen in wissenschaftliche Erkenntnisse nicht mehr selbstverständlich: Neben breitem Vertrauen wachsen auch Skepsis und Ablehnung. Der Vortrag beleuchtet, warum Vertrauen in Wissenschaft wichtig ist, wie es entsteht und weshalb es in manchen gesellschaftlichen Gruppen stabil bleibt, während es in anderen abnimmt.

Mike S. Schäfer ist Professor für Wissenschaftskommunikation an der Universität Zürich. Er erforscht, wie Themen wie Klimawandel, KI und Biotechnologie öffentlich diskutiert werden und welche Einstellungen Bürger*innen zur Wissenschaft haben.

⤷ In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

1052D

Leitung: Mike S. Schäfer

Termin: Dienstag, 06. Oktober, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 02. Oktober

Deutsch-jüdische und israelische Literatur



Jüdische Autor*innen prägen die deutsche Literatur seit Heinrich Heine bis heute. Ihre Werke spiegeln die oft diskutierte „deutsch-jüdische Symbiose“, ein Begriff, der bereits vor der NS-Zeit kritisch gesehen wurde und heute kaum noch verwendet wird. Seit der Gründung Israel 1948 bereichern zudem israelische Stimmen die Literaturlandschaft. Spätestens seit den 1980er Jahren sind Autor*innen wie Amos Oz, Zeruya Shalev und David Grossman auch in Deutschland präsent.

Im Gespräch tauschen sich Michael Krüger, Dichter und Verleger, sowie Jakob Hessing, Autor und Germanist an der Hebräischen Universität in Jerusalem, über Entwicklungen und persönliche Erfahrungen aus.

1053D

Leitung: Prof. Dr. Jakob Hessing

Termin: Montag, 12. Oktober, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 08. Oktober



Foto: privat

Kohlendioxid als Rohstoff



Erdöl und Erdgas bleiben wichtige Energie- und Rohstoffquellen, etwa für Kunststoffe. Gleichzeitig wächst der Bedarf, nachhaltige Alternativen zu entwickeln. Der Vortrag zeigt, wie Kohlendioxid und Methan als neue Kohlenstoffquellen genutzt werden können, um Stoffkreisläufe zu schließen und industrielle Prozesse klimafreundlicher zu gestalten.

Behandelt werden aktuelle Forschungsansätze, technologische Entwicklungen und Wege vom Labor in die Anwendung. Im Fokus stehen Katalyse, KI-gestützte Materialforschung und skalierbare Ingenieurtechnik.

Referent ist Claus Daniel vom Argonne National Laboratory und der University of Chicago Pritzker School of Molecular Engineering.

🕒 In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

1054D

Leitung: Claus Daniel

Termin: Dienstag, 13. Oktober, 19.30 Uhr – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 09. Oktober

Die Abschottung der Welt



Während der NS-Zeit versuchten viele verfolgte Jüdinnen und Juden, aus Deutschland zu fliehen. Doch zahlreiche Staaten verweigerten die Aufnahme und verschärften ihre Einreisebeschränkungen. Auch internationale Bemühungen, etwa durch den Völkerbund oder die USA, scheiterten. Die Évian-Konferenz blieb ohne Ergebnis – viele Flüchtlinge sahen sich gezwungen,

illegale und gefährliche Wege zu wählen.

Die Historikerin Susanne Heim ordnet diese Entwicklungen ein und beleuchtet die internationale Flüchtlingspolitik jener Zeit.

1055D

Leitung: Susanne Heim

Termin: Sonntag, 18. Oktober, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 15. Oktober

Versunkene Welten



Ruinenstädte in der Antike

Antike Ruinen faszinieren bis heute Millionen – doch der Blick der Menschen in der Antike war ein anderer. Während wir Orte wie Troja, Mykene, Ninive oder Pompeji mit Nostalgie betrachten, galten zerstörte Städte damals als wertlos. Sie wurden beseitigt oder ignoriert, statt bewundert.

Martin Zimmermann lehrt Alte Geschichte an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Sein Vortrag zeigt, wie antike Gesellschaften selbst mit Ruinen umgingen und welche Bedeutung sie ihnen zuschrieben.

🕒 In Kooperation mit der Gerda Henkel Stiftung.

1056D

Leitung: Prof. Martin Zimmermann

Termin: Sonntag, 25. Oktober, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 22. Oktober



Weitere Vorträge aus dem digitalen Wissenschaftsprogramm vhs.wissen live finden Sie unter www.vhs-recklinghausen.de


Künstliche Intelligenz und Bildung

Foto: bidt_Kilian Blees



Künstliche Intelligenz wird zunehmend in Alltag, Arbeit und Bildung eingesetzt. Sie kann Lernprozesse unterstützen, bei komplexen Aufgaben helfen und von Routineaufgaben entlasten. Gleichzeitig besteht das Risiko, dass durch zu starke Nutzung zentrale Fähigkeiten nicht ausreichend entwickelt oder sogar abgebaut werden.

Referentin ist Professorin für Kognitive Systeme an der Universität Bamberg und Mitglied im Bayerischen KI-Rat. In ihrem Vortrag diskutiert sie, wie der Einsatz von KI im Bildungsbereich so gestaltet werden kann, dass Kompetenzen erhalten bleiben und sinnvoll gefördert werden.

 In Kooperation mit dem Bayerischen Forschungsinstitut für Digitale Transformation (bidt).

1057D

Leitung: Ute Schmid

Termin: Mittwoch, 28. Oktober, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 26. Oktober

Veränderungsstress

Gesellschaftliche Veränderungen werden unterschiedlich wahrgenommen und führen oft zu Spannungen. Der Vortrag zeigt, wie verschiedene Gruppen auf sozialen Wandel reagieren und warum viele aktuelle Konflikte mit der zunehmenden Dynamik moderner Gesellschaften zusammenhängen.

Zugleich wird diskutiert, wie sich das Bedürfnis nach Stabilität mit notwendigen Veränderungen verbinden lässt.

Referent ist Steffen Mau, Professor für Makrosoziologie an der Humboldt-Universität zu Berlin und Direktor am Max-Planck-Institut zur Erforschung multireligiöser und multiethnischer Gesellschaften. Er wurde 2021 mit dem Leibniz-Preis ausgezeichnet und veröffentlichte mehrere vielbeachtete Bücher.

1058D

Leitung: Steffen Mau

Termin: Montag, 02. November, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 29. Oktober

Gemeinsames und Kurioses unter den Sprachen



Die Eurolinguistik untersucht, was europäische Sprachen verbindet. Dieser Kurs bietet eine sprachliche Rundreise durch Wortschatz, Grammatik, Aussprache, Rechtschreibung und Kommunikationsgewohnheiten.

Im Fokus stehen Fragen wie:

Welche gemeinsamen Strukturen prägen europäische Sprachen?

Welche Wörter wurden zwischen

ihnen übernommen? Und welche kulturellen Besonderheiten zeigen sich im Sprachgebrauch? Auch überraschende sprachliche Kuriositäten werden beleuchtet.

Referent ist Joachim Grzega, führender Vertreter der Euro-linguistik. Er leitet den Projektbereich „Innovative Europäische Sprachlehre“ an der VHS Donauwörth und lehrt an der Universität Eichstätt.

1059D

Leitung: Joachim Grzega

Termin: Mittwoch, 04. November, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 02. November

Trump und die MAGA-Bewegung



Der Vortrag untersucht die Zukunft der MAGA-Bewegung in den USA und fragt, ob es einen „Trumpismus“ auch ohne Donald Trump geben kann. Im Mittelpunkt steht die Entwicklung der Bewegung angesichts interner Spannungen und einer möglichen Führungsschwäche des alternden Präsidenten.

Analysiert werden die unterschiedlichen Strömungen innerhalb der republikanischen Rechten sowie deren Kräfteverhältnisse im Vorfeld der US-Zwischenwahlen.

Referent ist Michael Hochgeschwender, Professor für Nordamerikanische Kulturgeschichte an der Ludwig-Maximilians-Universität München.

1060D

Leitung: Prof. Dr. Michael Hochgeschwender

Termin: Sonntag, 08. November, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 05. November

Wie einfach kann ein lebendes System sein?



Petra Schwille beschäftigt sich in ihrem Vortrag mit der Frage, wie Leben auf zellulärer Ebene entsteht und wie minimal ein lebendes System sein kann. Obwohl die Zelle als kleinste Einheit des Lebens gilt, ist sie selbst extrem komplex. Auch die Entstehung der ersten Zellen ist wissenschaftlich noch nicht geklärt. Die Forschung der Synthetischen Biologie versucht deshalb, grundlegende Lebensprozesse aus einfachen Bausteinen nachzubauen. Im Fokus stehen dabei modulare Zellfunktionen wie die Zellteilung und künstliche Membranvesikel als einfache Modelle von Zellhüllen. Ziel ist es, Bedingungen zu verstehen, unter denen aus chemischen Systemen biologische Systeme entstehen können.

Petra Schwille ist Leiterin am Max-Planck-Institut für Biochemie und Professorin an der Ludwig-Maximilians-Universität München.

🕒 In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

1061D

Leitung: Petra Schwille

Termin: Dienstag, 10. November, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 06. November

Konrad Adenauer



Kanzler nach der Katastrophe

Konrad Adenauer prägte die deutsche Nachkriegsgeschichte entscheidend. Nach NS-Diktatur, Zweitem Weltkrieg und Holocaust bildete er 1949 die erste Bundesregierung der Bundesrepublik und verankerte die junge Demokratie im Westen. Damit legte er die Grundlage für Stabilität, wirtschaftlichen Aufschwung und Frieden in Westdeutschland. Gleichzeitig steht seine Politik auch in der Kritik: Die deutsche Teilung wurde faktisch akzeptiert, und die Aufarbeitung der NS-Vergangenheit blieb lange begrenzt. Der Vortrag zeichnet ein differenziertes Bild dieses politischen Gründungskanzlers. Referent ist Norbert Frei, Zeithistoriker mit Schwerpunkt deutsche Nachkriegsgeschichte.

1062D

Leitung: Norbert Frei

Termin: Dienstag, 24. November, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 20. November



Foto: Niklas Diemer

Kunst im Ohr



Ein Livestream für alle Sinne 4

Von München bis Hamburg: Erleben Sie Kunst bequem von zu Hause. In diesem Livestream tauschen sich drei Kunstexpert*innen über bedeutende Werke aus der Neuen Pinakothek und der Hamburger Kunsthalle aus.

Teil 3 der Reihe „Kunst im Ohr“ bringt fundiertes Wissen und lebendige Vermittlung zusammen: Andrea Weniger (Hamburger Kunsthalle) und Jochen Meister (Neue Pinakothek) sind erfahrene Kunsthistoriker. Claudia Böhme ergänzt die Runde mit ihrer Expertise zu kulturellen Angeboten für Menschen mit Sehbehinderung.

➤ Eine Kooperation der Neuen Pinakothek München und der Hamburger Kunsthalle.

1063D

Leitung: Andrea Weniger

Termin: Mittwoch, 25. November, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 23. November

Not am Mann



Die Erfindung toxischer Männlichkeit

Foto: Oskar Adeniji



Der Vortrag untersucht, wie sich Vorstellungen von Männlichkeit in Medien, Politik und Popkultur verändern. Ausgangspunkt ist die These, dass vielen Männern heute erzählerische Vorbilder fehlen, mit denen sie sich identifizieren können. Dieses Vakuum werde zunehmend von rechten Influencern, Online-Foren und autoritären Rollenbildern gefüllt. Dabei spielen auch Figuren wie Donald Trump und Elon Musk sowie politische Strömungen wie die Alternative für Deutschland eine Rolle. Im Fokus stehen die Wechselwirkungen zwischen Geschlechterdebatten, Social Media und gesellschaftlichen Konflikten.

Eva Ladipo ist Journalistin und Autorin mit internationaler Erfahrung in Politik- und Wirtschaftsberichterstattung.

1064D

Leitung: Eva Ladipo

Termin: Sonntag, 29. November, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 26. November

Gottes Zeit



Der Vortrag fragt, wie Menschen in der Antike Zeit erlebten und ordnet unterschiedliche Zeitvorstellungen in Judentum, Christentum und paganen Kulturen ein. Dabei geht es auch um die Rolle apokalyptischer Erwartungen und die Frage, wie verbreitet Endzeitszenarien tatsächlich waren.

Ein weiterer Schwerpunkt ist der Umgang mit konkurrierenden Zeitrechnungen im Alltag – etwa religiösen Kalendern im Vergleich zu politischen Systemen wie der Datierung nach Kaisern oder Konsuln. Zudem wird beleuchtet, wie Zeit praktisch wahrgenommen wurde und welche Bedeutung religiöse Deutungen dafür hatten.

Christoph Marksches ist Professor für Antikes Christentum an der Humboldt-Universität zu Berlin und Präsident der Berlin-Brandenburgische Akademie der Wissenschaften.

1065D

Leitung: Christoph Marksches

Termin: Freitag, 04. Dezember, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 01. Dezember

Die Bischofskirche von Ostia



Die Bischofskirche von Ostia zählt zu den ältesten christlichen Kirchen überhaupt. Sie wurde von Konstantin der Große kurz nach der Legalisierung des Christentums gestiftet und entstand vermutlich zwischen 320 und 330 n. Chr. Besonders ist, dass die Anlage nie später überbaut wurde. Dadurch erlaubt sie einen einzigartigen Einblick in die frühe christliche Sakralarchitektur und ihre ursprüngliche Gestaltung. Seit 2023 wird die Kirche im Rahmen gemeinsamer Grabungen von den Universitäten Bonn und Köln sowie dem Deutschen Archäologischen Institut und der Universität La Sapienza erforscht.

Im Vortrag werden aktuelle Ergebnisse dieser Ausgrabungen vorgestellt. Referentin Sabine Feist ist Professorin für Christliche Archäologie an der Universität Bonn.

1066D

Leitung: Sabine Feist

Termin: Sonntag, 10. Januar, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 07. Dezember



Foto: Barbara Fromman

Schönheit der Astrophysik



Die Astronomie verbindet Wissenschaft und Ästhetik wie kaum ein anderes Fach. Mithilfe moderner Instrumente wie dem Hubble-Weltraumteleskop und dem James-Webb-Weltraumteleskop entstehen Bilder von großer visueller und wissenschaftlicher Bedeutung. Auch andere Methoden der Astrophysik liefern beeindruckende Aufnahmen des Universums.

Der Vortrag zeigt ausgewählte Beispiele und erklärt, wie sich ihr ästhetischer Reiz durch wissenschaftliches Verständnis noch vertieft.

Andreas Müller ist Astrophysiker und Chefredakteur der Zeitschrift „Sterne und Weltraum“.

1067D

Leitung: Dr. Andreas Müller

Termin: Mittwoch, 13. Januar, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 11. Januar

Die Frage von Krieg und Frieden im Völkerrecht



Der Vortrag behandelt die zentrale Norm des modernen Völkerrechts: das seit 1945 geltende Verbot militärischer Gewalt in internationalen Beziehungen. Diese Regel wird historisch eingeordnet und in ihrem heutigen rechtlichen Zusammenhang erklärt.

Im zweiten Teil geht es um aktuelle Herausforderungen der Friedenssicherung sowie mögliche zukünftige Entwicklungen des Völkerrechts. Abschließend ist eine Diskussion vorgesehen.

Referent Claus Kreß ist Professor für Strafrecht und Völkerrecht an der Universität zu Köln. Er ist zudem Richter ad hoc am Internationalen Gerichtshof und Sonderberater des Anklägers des Internationalen Strafgerichtshof zum Verbrechen der Aggression.

1068D

Leitung: Prof. Dr. Dr. Claus Kreß

Termin: Mittwoch, 20. Januar, 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 18. Januar

Sprachen & Integration

Ihre Ansprechpartner*innen



Susanne Schloimann

Planung und Beratung
Telefon: 50-1947
susanne.schloimann@recklinghausen.de



Sabine Suedhofer

Sachbearbeitung
Telefon: 50-2007
sabine.suedhofer@recklinghausen.de



Sabrina Hlavsa

Sachbearbeitung
Telefon: 50-1995
sabrina.hlavsa@recklinghausen.de



Allgemeine Informationen	82
Alle Sprachen.....	84
Englisch	84
Französisch	89
Spanisch	92
Italienisch	96
Niederländisch	98
Weitere Sprachen	100
Deutsch als Zweitsprache für Alltag, Beruf und Studium	104
Prüfungen und Tests.....	108



**Zu den Angeboten
Sprachen & Integration auf
www.vhs-recklinghausen.de**

Was lernen Sie?

- Verständigung im Alltag, im Beruf, auf Reisen
- Gehörtes verstehen und selbst sprechen
- Geschriebenes lesen und selbst schreiben
- Verstehen anderer Menschen und Kulturen

Wie lernen Sie?

- erwachsenengerecht
- partnerschaftlich
- in entspannter Atmosphäre
- kommunikativ in Gruppen
- teilnehmerorientiert
- zielgerichtet
- praxisorientiert
- mit aktuellem Lehrwerk und/oder Kursmaterial und modernen Medien

Wer unterrichtet?

Engagierte Lehrkräfte ...

- aus dem In- und Ausland
- mit entsprechender sprachlicher Kompetenz
- mit Qualifikationen für die Erwachsenenbildung durch regelmäßige Fortbildungen
- mit Kompetenz in modernen und kreativen Lehrmethoden

Veranstaltungsformen

- Standardkurse einmal pro Woche
- Kurse vormittags oder abends
- Intensivkurse und Kompaktkurse
- besondere Angebote für Zielgruppen
- landeskundliche und kulturelle Einzelveranstaltungen

Unser Service

- persönlich und telefonisch begleitende und weiterführende Beratung
- Möglichkeit des Kurswechsels nach Rücksprache
- nach Absprache nachträglicher Kurseinstieg
- Vorbereitung und Durchführung von Sprachprüfungen



Foto: vhs



Europäischer Referenzrahmen

Im Titel der Sprachkurse finden Sie die Bezeichnungen des Sprachniveaus des Kurses entsprechend dem gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER), der auf eine Empfehlung des Europarates beruht. Mit dieser Skala von sechs Kompetenzstufen (A1–C2) soll eine Vergleichbarkeit für die Beurteilung von sprachlichen Fähigkeiten erreicht werden.

Elementare Sprachverwendung

Am Ende dieser Stufe können Sie:

A1 Grundstufe 1: einfache Fragen zur Person stellen und entsprechende Antworten geben, die sich auf ein begrenztes, eingeübtes Repertoire stützen. Sich mit den Gesprächspartner*innen verständigen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird

A2 Grundstufe 2: häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen kurze Kontaktgespräche führen oder Verabredungen treffen; sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um Austausch von Informationen über vertraute Themen geht

Selbstständige Sprachverwendung

Am Ende dieser Stufe können Sie:

B1 Mittelstufe 1: die Hauptpunkte eines Gesprächs verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird; die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet

B2 Mittelstufe 2: die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachler*innen ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten möglich ist

Kompetente Sprachverwendung

Am Ende dieser Stufe können Sie:

C1 Aufbaustufe 1: ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen; sich spontan und fließend ausdrücken, ohne erkennbar nach Worten suchen zu müssen; die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben wirksam und flexibel gebrauchen

C2 Aufbaustufe 2: praktisch alles, was Sie lesen oder hören, mühelos verstehen; Informationen zusammenfassen und in zusammenhängenden Darstellungen wiedergeben; sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken; feine Bedeutungsnuancen deutlich machen



Alle Sprachen

„Wir Kuckucksbürger“

■ LESUNG MIT SANDRA UND SANDRO (AUF DEUTSCH)

Kreative Kurzgeschichten eröffnen neue Perspektiven auf Identität, Alltag und gesellschaftliche Realität in Deutschland – und laden dazu ein, den Blickwinkel zu wechseln. Der Erzählband versammelt Beiträge von 30 Autorinnen und Autoren mit bikulturellem Hintergrund, die ihre Erfahrungen in der deutschen Gesellschaft teilen. Sandra Ling (Business English Trainerin) und Sandro Kenda (Ideengeber des Projekts) lesen aus „Wir Kuckucksbürger“. Im Anschluss findet eine Diskussionsrunde statt.

Die Geschichten regen dazu an, eigene Erfahrungen zu reflektieren und andere Sichtweisen kennenzulernen: Wie prägen Erlebnisse unser Denken und Handeln? Und was verändert sich, wenn wir die Perspektive wechseln? „Eingebunden“ oder „ausgeschlossen“ zu sein, gehört zum Menschsein dazu. Wann hast Du Dich in solchen Situationen befunden?

„Wir Kuckucksbürger“ ist ein Non-Profit-Projekt, das durch Spenden an NetzwerkChancen (<https://www.netzwerk-chancen.de/>) jungen Erwachsenen Chancen eröffnet. Der Erzählband richtet sich an alle, die an Vielfalt und Weltoffenheit Freude haben. Das Buch ist unterhaltsam. Die Lesung auch.

4001

Leitung: Sandra Ling, Sandro Kenda

Montag, 28. September, 18.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Um Anmeldung wird gebeten

Englisch

Englisch A1.3

Die Grundstufe Englisch deckt das Niveau A1 ab. Dies ist der dritte Kurs der Stufe A1 und er richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen, z.B. aus zwei Semestern Englisch an der Volkshochschule. In den Kursen der Stufe A1, die aufeinander aufbauen, erwerben Sie erste Kenntnisse und werden mit der Sprache vertraut. Sie können kurze Gespräche führen und wichtige Schilder, kurze Texte und Durchsagen verstehen.

4101

Leitung: Heidi Thelen-Schulte

Dienstag, ab 08. September, 16.00 – 17.30 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 1. September

📖 Lehrwerk Easy English upgrade A1.1 ca. ab Lektion 11

Englisch A2.1

Dieser Kurs eignet sich für Lernende mit Vorkenntnissen, die ca. vier Semester Englisch an der Volkshochschule oder früher einmal Englisch gelernt haben und nun auf der Stufe A2.1 wieder einsteigen möchten. In entspannter Atmosphäre und ohne Leistungsdruck lernen Sie sich in alltäglichen Situationen in der englischen Sprache auszudrücken.

4106

Leitung: Viktoria Niemann

Mittwoch, ab 09. September, 16.00 – 17.30 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

📖 Lehrwerk: Easy English upgrade A2.1 ab Lektion 1

Englisch A2.2

Dieser Kurs eignet sich für Lernende mit Vorkenntnissen, die ca. vier oder fünf Semester mit Muße Englisch gelernt haben oder Vorkenntnisse mitbringen. In entspannter Atmosphäre ohne Leistungsdruck lernen Sie sich in alltäglichen Situationen in der englischen Sprache auszudrücken.

4107

Leitung Dorothea MacDougall

Donnerstag, ab 10. September, 11.00 – 13.45 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 189,00 €, 7-8 TN 137,00 €, 9-15 TN 107,00 €

Englisch A2.3 mit Schwerpunkt einfache Konversation

Für Teilnehmende, die ca. fünf bis sechs VHS Semester Englisch gelernt haben oder in Selbststudium oder Schule Kenntnisse auf dem Niveau A2.2 erworben haben und nun in entspannter Atmosphäre und ohne Leistungsdruck ihre Kenntnisse weiter ausbauen möchten. Ein Schwerpunkt im Kurs ist einfache Konversation.

4111


Leitung: Dorothea MacDougall

Donnerstag, ab 10. September, 14.00 – 16.15 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 189,00 €, 7-8 TN 137,00 €, 9-15 TN 107,00 €

Anmeldung bis zum 03. September

 Lehrwerk Easy english upgrade A2.2 ca. ab Lektion 7

Englisch A2 Conversation

Welcome to our easy conversation course! Here you will have the opportunity to talk about topics of your interest in a relaxed atmosphere. We will learn some new vocabulary and review some grammar. Participants are invited to work on their small talk skills and exchange ideas and opinions on a wide range of topics in everyday English. The most important thing is to speak and enjoy the language.

Dieser Kurs eignet sich auch sehr gut für Wiedereinsteiger*innen, die schon einmal Englisch gelernt haben, sich beim Sprechen aber noch unsicher fühlen.

4108

Leitung: Heidi Thelen-Schulte

Montag, ab 07. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9- 5 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 31. August

4109

Leitung: Christina Brand

Dienstag, ab 08. September, 19.00 – 20.30 Uhr, 9 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 5-6 TN 97,00 €, 7-8 TN 71,00 €, ab 9 TN 56,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

Englisch Stufe A2/B1

Sie haben bereits gute Grundkenntnisse und können andere begrüßen und sich vorstellen, einfache Unterhaltungen (z.B. über Ihre Herkunft, Familie, Ihren Beruf) führen, Fragen stellen (z.B. in Geschäften, auf der Straße, am Bahnhof, auf dem Flughafen), einfache Wegbeschreibungen geben. In diesem Kurs bauen Sie Ihre Kenntnisse weiter aus und lernen sich in routinemäßigen Situationen zu verständigen und Informationen über vertraute Themen auszutauschen.

4110

Leitung: Dorothea MacDougall

Donnerstag, ab 10. September, 09.00 – 11.15 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt:

 Lehrwerk: wird im Kurs bekannt gegeben

Englisch B1.1

Sie haben schon gute Grundkenntnisse und haben das Niveau A2 abgeschlossen. Oder Sie haben vor längerer Zeit Englisch gelernt, haben aktuell noch Kenntnisse auf dem Niveau A2 und möchten nun Kenntnisse auf dem Niveau B1 aufbauen? In entspannter Atmosphäre und ohne Leistungsdruck können Sie hier in die Stufe B1.1 starten. In diesem Kurs frischen Sie Ihr Englisch langsam auf und lernen viel Neues dazu.

4110

Leitung: Heidi Thelen-Schulte

Dienstag, ab 08. September, 17.45 – 19.15 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-5 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

Englisch B1 Conversation

Welcome to our conversation course B1! Here you will have the opportunity to talk about topics of your interest in a relaxed atmosphere. We will learn some new vocabulary and review some grammar. Participants are invited to work on their small talk skills and exchange ideas and opinions on a wide range of topics in everyday English. The most important thing is to speak and enjoy the language.

4118

Leitung: Christina Brand

Dienstag, ab 08. September, 9.00 – 11.30 Uhr, 9 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 5-6 TN 143,00 €, 7-8 TN 104,00 €, 9-15 TN 82,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

Englisch B1/B2

Der Kurs eignet sich für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf dem Niveau B1, die ihre Kenntnisse weiter festigen und ausbauen möchten.

Systematische Weiterentwicklung der Fertigkeiten Hören, Sprechen, Lesen und nach Bedarf auch Schreiben verschiedener Textformen sowie eine Festigung der Grammatik.

4119

Leitung: Jeremy Mason

Mittwoch, ab 16. September, 9.30 – 11.00 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 09. September

Englisch B2 Conversation

Would you like to build your English skills? We use texts and videos as inspiration for conversations which give you practice and help you to regain confidence in speaking English.

4120

Leitung: Sandra Ling

Montag, ab 21. September, 13.00 – 14.30 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, ab 9 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 14. September

Englisch C1

For participants who want to expand their vocabulary, be more confident about English grammar, and develop their skills in speaking, listening, reading and writing.

Interesting discussions will help you to improve both fluency and accuracy.

Communicative vocabulary training sessions and pronunciation exercises will help you to get the fine differences right.

Requirements: Abitur exam level English or better.

4121

Leitung: Jeremy Mason

Freitag, ab 18. September, 9.30 – 11.00 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, ab 9 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 11. September

Englisch C1 Advanced Conversation

Come and discuss topics of the day in English.

4123

Leitung: Sandra Ling

Montag, ab 21. September, 11.00 – 12.30 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, ab 9 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 13. September



Ein Einstieg in laufende Sprachkurse ist oft möglich. Bitte klären Sie die Einstiegsmöglichkeiten und mitzubringenden Vorkenntnisse mit der Studienleitung Sprachen unter Tel. 02361/50-1947.

English Book Club

Would you like to speak English with a small group in a relaxed atmosphere?

Come to the 'English Book Club'. We will discuss, in English, a book which you have read or listened to (in either English or German). Share your opinion and find out what others think: an evening of literature and conversation. Each month we will debate one of four books.

You should read the book before you come along.

Minimum English language skill: level B2 or equivalent.

The books this session are:

- Dienstag, 29.09. The Offing, Benjamin Myers
- Dienstag, 27.10. The Sea, The Sea, Iris Murdoch
- Dienstag, 24.11. On Chesil Beach, Ian McEwan
- Dienstag, 15.12. Rebecca, Daphne du Maurier

4125

Leitung: Sandra Ling

19.00 – 20.30 Uhr, 4 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 45,00 €, ab 7-8 TN 34,00 €, ab 9 TN 28,00 €

Anmeldung bis zum 20. September

Fit in Englisch



■ HERBSTFERIENKURS FÜR SCHÜLER*INNEN (12 – 14 JAHRE)

In diesem Kurs üben wir alltagsnahes Englisch mit dem Fokus auf Sprechen (z.B. kleine Dialoge, Rollenspiele, typische Situationen wie Reisen, Schule, Hobbys oder auch Social Media). Sprechen steht im Vordergrund aber auch Grammatik und Wortschatz kommen nicht zu kurz. So wirst du fit in Englisch und findest dich in der englischen Sprache schnell besser zurecht.

4130J

Leitung: Viktoria Niemann

Montag, 19. bis Freitag, 23. Oktober, 10.00 – 13.15 Uhr, 5 Termine

Ort Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 45,00 €

Anmeldung bis zum 09. Oktober

→ Das Entgelt für diesen Kurs ist schon ermäßigt, eine weitere Ermäßigung ist nicht möglich.

Französisch

Französisch A1.3

Sie haben schon zwei bis drei Französischkurse besucht oder Sie haben vor einiger Zeit Französisch gelernt und möchten Ihre Kenntnisse auffrischen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Sie bauen Ihre Grundkenntnisse der französischen Sprache weiter aus (Aussprache, Grundprinzipien der Orthographie, Grammatik, Wortschatz, Kommunikationsroutinen) und trainieren Sprechen und Hörverstehen. Der Hauptfokus liegt dabei auf Alltagssituationen. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land, Leute und Kultur zu vermitteln.

4205


Leitung: Abdelmalek Alioua

Mittwoch, ab 09. September, 18.15 – 19.45 Uhr, 11 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

 Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Voyages neu, A1, Kurs- und Übungsbuch, Klett-Verlag, Bestell-Nr.: 3-12-529412-7, ca. ab Lektion 10

Französisch A2.1 für Alltag und Beruf für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

■ BILDUNGSURLAUB/INTENSIVKURS

Sie haben schon Französischkurse besucht oder Sie haben vor einiger Zeit Französisch gelernt, haben noch Kenntnisse der Stufe A1 und möchten Ihre Kenntnisse jetzt weiter ausbauen? Dann sind Sie in diesem Intensivkurs richtig. Innerhalb einer Woche bauen Sie in einer kleinen Gruppe (8 bis 12 Personen) Ihre Grundkenntnisse der französischen Sprache weiter aus (Aussprache, Grundprinzipien der Orthographie, Grammatik, Wortschatz, Kommunikationsroutinen) und trainieren Sprechen und Hörverstehen. Der Hauptfokus liegt dabei auf Alltagssituationen. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land, Leute und Kultur zu vermitteln.

4206

Leitung: Mahshid Parastar


Montag, 26. bis Freitag, 30. Oktober, jeweils von

9.00 – 15.30 Uhr, 5 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 135,00 €

Anmeldung bis zum 16. Oktober

 Sie arbeiten mit dem Buch: Voyages neu, A2, Kurs- und Übungsbuch, Klett-Verlag, ca. ab Lektion 3, zusätzliches Material wird von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt. Das Lehrbuch ist nicht im Kurspreis enthalten und im Buchhandel erhältlich.

→ Dieser Kurs ist nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) als Bildungsurlaub anerkannt. Er ist jedoch auch für allen anderen Interessent*innen buchbar. Die gesetzliche Antragsfrist für den Bildungsurlaub beträgt sechs Wochen vor Kursbeginn.

Französisch A2.1

Sie haben schon einige Französischkurse besucht oder Sie haben vor einiger Zeit Französisch gelernt und haben noch Kenntnisse des Niveaus A1? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Sie bauen Ihre Grundkenntnisse der französischen Sprache weiter aus (Aussprache, Grundprinzipien der Orthographie, Grammatik, Wortschatz, Kommunikationsroutinen) und trainieren Sprechen und Hörverstehen. Der Hauptfokus liegt dabei auf Alltagssituationen. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in das Land und die Kultur zu vermitteln.

4207


Leitung: Mahshid Parastar

Montag, ab 07. September, 17.00 – 18.30 Uhr, 12 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 31. August

 Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Voyages neu, A2, Kurs- und Übungsbuch, Klett-Verlag ca. ab Lektion 3

Französisch A2.2

L'accent est mis sur le français parlé. Nous répétons la grammaire et faisons des exercices écrits. Nous lisons des récits en français facile et essayons de les reproduire.

4209


Leitung: Mahshid Parastar

Montag, ab 07. September, 18.45 – 20.15 Uhr, 12 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 31. August

 Sie arbeiten mit dem Lehrbuch: Voyages neu, A2 Kurs- und Übungsbuch, Klett-Verlag ca. ab Lektion 8

Französisch Wiederholung wichtiger Grammatik



■ INTENSIVKURS

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits Französisch lernen (mindestens auf dem Niveau A2.1 und an vier Tagen wichtige grammatische Regeln der Stufe A1 und A2 wiederholen möchten. Wir wiederholen die Bildung des Passé composés mit avoir und être und beschäftigen uns mit dem Imparfait und seinen Unterschieden zum Passé composé. Weitere Themen sind die reflexiven Verben und die Relativpronomen, die wir mit Beispielen und Übungen wiederholen und in Sprechsituationen konkret anwenden. Leichte Lektüre und schriftliche Übungen runden diese intensive Wiederholung ab.

4215

Leitung: Mahshid Parastar

Montag, 31. August bis Donnerstag, 03. September,

16.00 – 19.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 87,00 €, 7-8 TN 64,00 €, ab 9 TN 51,00 €

Anmeldung bis zum 25. August



Französisch B1 Lesen und Sprechen – Lecture et conversation

Angepasst an die vorhandenen Kenntnisse und Interessen lesen wir in diesem Kurs gemeinsam Zeitungsartikel, Easy-Reader-Texte, Plakate, Werbeschriften ... Um die Aussprache zu verbessern lesen wir auch laut vor und tauschen uns im Anschluss über das Gelesene aus. Auch die Wiederholung und Erweiterung grammatischer Strukturen kommt nicht zu kurz: Alles mit Spaß am Lernen und in lockerer Atmosphäre.

Vous avez envie de'améliorer vos connaissances de la langue française, c'est-à-dire réviser et élargir votre vocabulaire, approfondir vos connaissances de grammaire et travailler la prononciation? Dans ce cours vous êtes à la bonne adresse. A partir de vos connaissances et vos intérêts nous lisons des articles de journaux, des extraits adaptés de littérature; nous décrivons également des photos et des affiches publicitaires actuels pour pouvoir converser sur des sujets variés. Tout cela pour le plaisir d'apprendre dans une ambiance décontractée.

4211

Leitung: Hans-Jochen Lütgens

Donnerstag, ab 17. September, 18.30 – 20.00 Uhr, 10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 107,00 €, 7-8 TN 78,00 €, 9-15 TN 62,00 €

Anmeldung bis zum 10. September

Französisch B1+ / B2 Konversation

Rencontre pour les francophiles qui souhaitent progresser en français. Venez bavarder de sujets qui concernent la vie quotidienne, l'actualité, préciser vos connaissances sur les régions et la gastronomie. Dans ce cours, nous échangeons à partir d'articles de journaux faciles, de littérature contemporaine et de vidéos. Alors, réservez votre jeudi matin pour venir discuter dans la bonne humeur.

4212

Leitung: Blandine Marie Blömker

Donnerstag, ab 10. September, 10.30 – 13.00 Uhr, 12 Termine

Ort: Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2

Entgelt: 5-6 TN 189,00 €, 7-8 TN 137,00 €, 9-15 TN 107,00 €

Anmeldung bis zum 05. September

 Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben

Französisch B2 Konversation am Abend

Ce cours s'adresse aux personnes ayant une bonne connaissance de la langue et qui désirent découvrir différents aspects de la France actuelle. Le but de ce cours est de permettre le perfectionnement de l'expression orale et de la compréhension auditive à partir d'images, d'extraits de journaux, de chansons, de courts textes littéraires et de vidéos.

4213

Leitung: Philippe Sureaux

Mittwoch, ab 09. September, 18.45 – 21.00 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 174,00 €, 7-8 TN 126,00 €, 9-15 TN 99,00 €

Anmeldung bis zum 07. September

Spanisch

Spanisch A1.1 Bildungsurlaub für Anfänger*innen



■ BILDUNGSURLAUB/ INTENSIVKURS

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die in kurzer Zeit Grundkenntnisse der spanischen Sprache erwerben möchten. In diesem Kurs lernen Sie in einer kleinen Gruppe (8 bis 12 Personen), sich in den grundlegenden Alltagssituationen zu verständigen. Alltagsdialoge, Hör- und Leseverstehen und abwechslungsreiche Übungen sichern Ihren Lernerfolg. Über die ersten sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land, Leute und Kultur der spanischsprachigen Länder zu vermitteln.

4300

Leitung: Maria Concepcion Wolff

Montag, 18. Januar bis Freitag, 22. Januar, 09.00 – 15.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 135,00 €

Anmeldung bis zum 11. Januar 2027

➔ Dieses Seminar entspricht den Richtlinien des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG) und kann zum Zwecke des Bildungsurlaubs gebucht werden. Ist das beabsichtigt, erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung eine Bescheinigung für Ihren Arbeitgeber, die Sie benötigen, um die Freistellung beantragen zu können. Der Intensivkurs kann aber auch von allen anderen Interessenten besucht werden.

Spanisch A1.2

Sie haben schon einen Spanischkurs besucht oder Sie haben vor einiger Zeit Spanisch gelernt und möchten wieder einsteigen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig, Sie bauen Ihre Grundkenntnisse der spanischen Sprache weiter aus und trainieren viel Sprechen und Hörverstehen. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land und Kultur zu vermitteln.

4301

Leitung: Gaby Muedas de la Cruz

Dienstag, ab 08. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 11 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

📖 Lehrwerk: Con gusto nuevo A1, ca. ab Lektion 4

Spanisch A1.3

Sie haben schon ca. zwei Spanischkurse besucht oder Sie haben vor einiger Zeit Spanisch gelernt und möchten wieder einsteigen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig, Sie bauen Ihre Grundkenntnisse der spanischen Sprache weiter aus und trainieren viel Sprechen und Hörverstehen. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land und Kultur zu vermitteln.

4303

Leitung: Gaby Muedas de la Cruz

Donnerstag, ab 10. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 11 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-9 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 03. September

📖 Lehrwerk: Con gusto nuevo A1, ca. ab Lektion 7

Spanisch Wiederholung der Grammatik der Stufe A1

■ INTENSIVKURS

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits Spanisch lernen und innerhalb einer Woche die wichtigsten grammatischen Regeln der Stufe A1 wiederholen möchten. So bereitet z.B. die Vielzahl an Präpositionen im Spanischen deutschsprachigen Lernenden immer wieder Schwierigkeiten. Mit Hilfe von Textbeispielen und zahlreichen Übungen werden wichtige grammatikalische Erscheinungen wiederholt und in Sprechsituationen konkret angewendet. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen, die das Sprachniveau A1 abgeschlossen haben.

4304

Leitung: Maria Concepcion Wolff

Montag, 25. bis Donnerstag, 28. Januar, 17.30 – 20.45 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 87,00 €, 7-8 TN 64,00 €, ab 9 TN 51,00 €

Anmeldung bis zum 18. Januar 2027

Spanisch A2.1

Sie haben schon Spanischkurse besucht oder Sie haben vor einiger Zeit Spanisch gelernt, haben Kenntnisse auf dem Niveau A1 und möchten nun Ihre Kenntnisse auffrischen und erweitern? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig, Sie bauen Ihre Grundkenntnisse der spanischen Sprache weiter aus und trainieren viel Sprechen und Hörverstehen. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land und Kultur zu vermitteln.

4305


Leitung: Maria Concepcion Wolff

Freitag, ab 11. September, 17.00 – 19.30 Uhr, 6 Termine, der Kurs findet 14-tägig statt!

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 97,00 €, 7-8 TN 71,00 €, 9-15 TN 99,00 €

Anmeldung bis zum 04. September

 Lehrwerk: Con gusto nuevo A2, ca. ab Lektion 2

4307


Leitung: Maria Concepcion Wolff

Montag, ab 7. September, 19.30 – 21.00 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 31. August

 Lehrwerk: Con gusto nuevo A2, ca. ab Lektion 2

Spanisch A2.2

Sie haben schon Spanischkurse besucht oder Sie haben vor einiger Zeit Spanisch gelernt, haben Kenntnisse auf dem Niveau A2.1 und möchten nun Ihre Kenntnisse auffrischen und erweitern? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig, Sie bauen Ihre Grundkenntnisse der spanischen Sprache weiter aus und trainieren viel Sprechen und Hörverstehen. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land und Kultur zu vermitteln.

4308


Leitung: Maria Victoria Lautsch

Dienstag, ab 08. September, 18.30 – 20.00 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, ab 9 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

 Lehrwerk: Con gusto nuevo A2, ca. ab Lektion 5

Spanisch A2.4

Für Interessierte mit Vorkenntnissen, die solide Kenntnisse bis Stufe A2.3 haben. Durch viele Gesprächssituationen bauen Sie Ihre Spanischkenntnisse weiter aus und machen sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.4 vertraut.

4310

Leitung: Maria Concepcion Wolff

Montag, ab 07. September, 17.45 – 19.15 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 31. August

 Lehrwerk: Mirada, ca. ab Lektion 15

Spanisch B1.1

España y Latinoamérica le abren los brazos. Este curso le ayuda a profundizar sus conocimientos de la lengua para poder vivir „a fondo“ su cultura y su gente. Todo gracias a un español activo y vivo.

4311


Leitung: Maria Concepcion Wolff

Donnerstag, ab 10. September, 19.15 – 20.45 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 03. September

 Lehrwerk: Con gusto nuevo B1, ab Lektion 1

Spanisch B1.2

España y Latinoamérica le abren los brazos. Este curso le ayuda a profundizar sus conocimientos de la lengua para poder vivir „a fondo“ su cultura y su gente. Todo gracias a un español activo y vivo.

4312


Leitung: Maria Concepcion Wolff

Mittwoch, ab 09. September, 16.45 – 18.15 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

 Lehrwerk: Con gusto nuevo B1, ca. ab Lektion 3

Spanisch B1.3

España y Latinoamérica le abren los brazos. Este curso le ayuda a profundizar sus conocimientos de la lengua para poder vivir „a fondo“ su cultura y su gente. Todo gracias a un español activo y vivo.

4313

Leitung: Maria Concepcion Wolff

Dienstag, ab 08. September, 17.15 – 18.45 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 01. September



Lehrwerk: Con gusto nuevo B1, ca. ab Lektion 6

4314

Leitung: Maria Concepcion Wolff

Donnerstag, ab 10. September, 17.30 – 19.00 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 03. September



Lehrwerk: Con gusto nuevo B1, ca. ab Lektion 6

4315

Leitung: Maria Concepcion Wolff

Mittwoch, ab 09. September, 19.15 – 20.45 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 03. September



Lehrwerk: Con gusto nuevo B1, ca. ab Lektion 6 und freie Texte

Spanisch B1.4

Este nivel se dirige a los que aprenden español y ya pueden conversar en situaciones cotidianas o diarias, también hablando del pasado y del futuro. Una variedad de ejercicios y material ayuda a ampliar el vocabulario y la gramática del nivel B1.

Conocimientos previos: de los niveles B1.1, B1.2 y B1.3

4316

Leitung: Maria Concepcion Wolff

Montag, ab 07. September, 9.30 – 12.00 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 189,00 €, 7-8 TN 137,00 €, ab 9 TN 107,00 €

Anmeldung bis zum 31. August

Spanisch B2 Konversation

Este curso se dirige a personas con buen conocimiento de la lengua, a los que su curiosidad les lleva a querer conocer diferentes aspectos y actualidades de los países donde se habla español. Para ello nos valdremos de artículos de la prensa y de revistas así como también de textos literarios, canciones y películas. Todo en un ambiente agradable.

4320

Leitung: Maria Concepcion Wolff

Dienstag, ab 08. September, 19.00 – 21.30 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 189,00 €, 7-8 TN 137,00 €, 9-15 TN 107,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

4321

Leitung: Maria Concepcion Wolff

Donnerstag, ab 10. September, 9.00 – 11.30 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 189,00 €, 7-8 TN 137,00 €, 9-15 TN 107,00 €

Anmeldung bis zum 03. September

Italienisch

Italienisch für Anfänger*innen

Italienisch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Anfänger*innen und führt zum ersten Sprechen (Begrüßung, Kontaktaufnahme, über Interessen und Vorlieben sprechen, nach dem Weg fragen, sich unterwegs orientieren). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut.

4401


Leitung: Raffaella Giuliani

Dienstag, ab 08. September, 16.45 – 18.15 Uhr, 12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, ab 9 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

 Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Italienisch A2.1

Sie haben schon ca. drei/vier Italienischkurse besucht oder haben vor einiger Zeit Italienisch gelernt und möchten wieder einsteigen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Sie bauen Ihre Grundkenntnisse der italienischen Sprache weiter aus und trainieren viel Sprechen und Hörverstehen. Über sprachliche Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land und Kultur zu vermitteln.

4402

Leitung: Riccardo Cardinali

Dienstag, ab 08. September, 16.45 – 18.15 Uhr 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

Lehrwerk: Insieme A2, ab Lektion 1



Italienisch A2.2

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 100 - 120 Unterrichtsstunden) oder an Personen, die vor längerer Zeit Italienisch gelernt haben, noch nicht alles vergessen haben und nun wieder einsteigen möchten. Durch das Training vieler Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.2 vertraut.

4403

Leitung: Riccardo Cardinali

Dienstag, ab 08. September, 18.30 – 20.00 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 01. September



Lehrwerk: Insieme A2, ca. ab Lektion 3

Italienisch A2.3

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen, oder an Personen, die vor längerer Zeit Italienisch gelernt haben, noch nicht alles vergessen haben und nun wieder einsteigen möchten. Durch das Training vieler Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.3 vertraut.

4404

Leitung: Riccardo Cardinali

Dienstag, ab 08. September, 15.00 – 16.30 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 01. September



Lehrwerk: Insieme A2, ca. ab Lektion 8



Neuen Teilnehmenden empfehlen wir, sich das Lehrwerk nicht vor der ersten Stunde zu beschaffen.

Niederländisch

Intensivkurs Niederländisch A1.2

Vertiefen Sie Ihre Niederländisch Kenntnisse! In diesem Kurs erweitern Sie Schritt für Schritt Ihre Sprachkenntnisse. Sie vertiefen wichtige Grammatikstrukturen, erweitern Ihren Wortschatz und üben weitere typische Alltagssituationen auf Niederländisch. Der Unterricht ist interaktiv, locker und praxisnah – mit vielen Sprechübungen, Hörverstehen und kleinen Dialogen aus dem echten Leben. So gewinnen Sie mehr Sicherheit beim Sprechen und verstehen immer mehr Niederländisch im Alltag. Der Kurs eignet sich für alle, die bereits erste Niederländisch Kenntnisse mitbringen und darauf aufbauen möchten.

4502

Leitung: Lente Küpper-van Leeuwen

Montag, 11. Januar bis Freitag, 15. Januar, 9.00 – 11.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 61,00 €

Anmeldung bis zum 04. Januar 2027

Niederländisch mit leichten Vorkenntnissen A1.2

Sie haben schon einen Niederländisch Kurs (ca. 20 Unterrichtseinheiten) besucht oder vor längerer Zeit Niederländisch gelernt und möchten wieder einsteigen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Auch Kursteilnehmer*innen, die bisher im Selbststudium die Sprache entdeckt haben, sind herzlich willkommen. Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut und bauen Ihre Grundkenntnisse weiter aus.

4503

Leitung: Lena Dickhöver


Dienstag, ab 08. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 10 Termine, kein

Unterricht am 29.09. und in den Herbstferien

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 107,00 €, 7-8 TN 78,00 €, 9-15 TN 62,00 €

Anmeldung bis zum 01. September

 Lehrwerk: Wat leuk! aktuell A1, Hueber Verlag, ca. ab Lektion 3



Niederländisch A2.2

Dieser Kurs baut auf das Sprachniveau A2.1 auf. Sie haben bereits Vorkenntnisse in der Niederländischen Sprache aus früheren Kursen? Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.2 vertraut und bauen Ihre Grundkenntnisse weiter aus.

4504


Leitung: Lena Dickhöver

Mittwoch, ab 09. September, 17.00 – 18.30 Uhr, 10 Termine, kein Unterricht am 30.09. und in den Herbstferien

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 107,00 €, 7-8 TN 78,00 €, 9- 5 TN 62,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

 **Lehrwerk:** Wat leuk! aktuell A2, Hueber Verlag ca. ab ab Lektion 4

Niederländisch B1.2

Sie haben Kenntnisse der Stufen A1 und A2 und können sich bereits in vielen alltäglichen Gesprächssituationen verständigen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Neben vielen Gelegenheiten die Sprache anzuwenden, helfen abwechslungsreiche Übungen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1 weiter auszubauen.

4505

Leitung: Bernhard Hinsken

Montag, ab 14. September, 19.00 – 20.30 Uhr, 10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 107,00 €, 7-8 TN 78,00 €, 9-15 TN 62,00 €

Anmeldung bis zum 07. September

Gesprek in de ochtend

Deze cursus is bedoeld voor beginners in de Nederlandse conversatie. De basis komt ongeveer overeen met het leerboek ‚Taal Vitaal‘. Tijdens de cursus worden gesprekken geoefend met behulp van eigen ervaring en verschillende media

4506

Leitung: Bernhard Hinsken

Dienstag, ab 15. September, 10.00 – 11.30 Uhr, 10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 107,00 €, 7-8 TN 78,00 €, 9-15 TN 62,00 €

Anmeldung bis zum 07. September

Gesprek op de avond

Deze cursus is bedoeld voor gevorderden in de Nederlandse taal. Verschillende onderwerpen komen hier aan bod.

4507

Leitung: Bernhard Hinsken

Dienstag, ab 15. September, 19.00 – 20.30 Uhr, 10 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 107,00 €, 7-8 TN 78,00 €, 9-15 TN 62,00 €

Anmeldung bis zum 07. September

Weitere Sprachen

Griechisch A1.1 für Anfänger*innen

Griechisch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Anfänger*innen und führt zum ersten Sprechen (Begrüßung, Kontaktaufnahme, über Interessen und Vorlieben sprechen, nach dem Weg fragen, sich unterwegs orientieren). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut.

4531

Leitung: Paresa Pekridou

Montag, ab 07. September, 18.15 – 19.45 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 31. August

 Lehrwerk: Pame A1, ab Lektion 1

Griechisch A2.1

Weiter Griechisch lernen! Der Kurs richtet sich an Personen, die schon einmal Griechisch Kurse besucht haben oder früher einmal Griechisch gelernt haben und nun wieder einsteigen möchten. Er passt für Lernende, die sich bereits in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen können, in denen es um Austausch von Informationen über vertraute Themen geht. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe A2 zu erlernen.

4532

Leitung: Paresa Pekridou

Mittwoch, ab 09. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 12 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 128,00 €, 7-8 TN 93,00 €, 9-15 TN 73,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

 Lehrwerk: Pame A2, ab Lektion 1

i

Nutzen Sie unsere Schnuppermöglichkeiten!

Bitte beachten Sie, dass ein probeweiser Kursbesuch einmalig und nur nach Absprache mit der Studienleitung möglich ist, vorausgesetzt es gibt noch freie Plätze. Zweimaliger Kursbesuch verpflichtet zur Anmeldung und Gebührenzahlung.

Polnisch A1.3

Sie haben schon zwei bis drei Polnischkurse besucht oder Sie haben vor einiger Zeit Polnisch gelernt und möchten wieder einsteigen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig, Sie bauen Ihre Grundkenntnisse der polnischen Sprache weiter aus und trainieren viel Sprechen und Hörverstehen. Über die sprachlichen Elemente hinaus sind landeskundliche Aspekte in den Unterricht integriert, um auch einen Einblick in Land und Kultur zu vermitteln.

4521

Leitung: Violetta Groner

Montag, ab 07. September, 19.30 – 21.00 Uhr, 11 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 31. August



Lehrwerk: Witam! aktuell A1 ca. ab Lektion 7

Polnisch A2.3

Für Polnischlernende, die sich bereits in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen können, in denen es um Austausch von Informationen über vertraute Themen geht. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe A2 zu erweitern und festigen.

4522

Leitung: Violetta Groner

Montag, ab 07. September, 17.45 – 19.15 Uhr, 11 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 31. August



Lehrwerk: Witam! aktuell A2 ca. ab Lektion 11

Europäisches Portugiesisch A1.1 für Anfänger*Innen

Portugiesisch lernen von Anfang an! In unserem Kurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse nähern wir uns auf unkomplizierte Weise dieser interessanten Sprache. Neben dem Spracherwerb gibt es auch viele Informationen über die Alltagskultur. Der Kurs ist sehr gut geeignet für Teilnehmende, die einen Urlaub oder einen Aufenthalt in Portugal planen. Er führt zum ersten Sprechen (Begrüßung, Kontaktaufnahme, über Interessen und Vorlieben sprechen, nach dem Weg fragen, sich unterwegs orientieren). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut.

4551

Leitung: Inês Pereira da Cunha

Mittwoch, ab 09. September 18.45 – 20.15 Uhr, 11 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 02. September



Lehrwerk: Olá Portugal! neu A1-A2, ISBN 978-3-12-528938-3, ab Lektion 1, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528935-2, ab Lektion 1

Russisch A1.2 mit leichten Vorkenntnissen

Der Kurs richtet sich an Personen mit Grundkenntnissen der Sprache und des Alphabets. Vielleicht haben Sie schon einen oder zwei Semesterkurse an einer VHS besucht oder früher einmal Russisch gelernt und möchten nun wieder einsteigen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut.

4542


Leitung: Ekaterina Krimpmann

Donnerstag, ab 10. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 11 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 03. September

 Lehrwerk: Otlitschno aktuell A1, Hueber Verlag, ca. ab Lektion 3

Russisch A2.2

Der Kurs richtet sich an Personen mit guten Grundkenntnissen der Sprache und des Alphabets. Vielleicht haben Sie schon Kurse an einer Volkshochschule gemacht, oder Sie haben früher Russisch gelernt und möchten Ihre Kenntnisse der Stufe A2 jetzt wieder auffrischen. Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

4543


Leitung: Ekaterina Krimpmann

Mittwoch, ab 09. September, 18.00 – 19.30 Uhr, 11 Termine

Ort: Marie-Curie Gymnasium, Görresstr. 5

Entgelt: 5-6 TN 118,00 €, 7-8 TN 85,00 €, 9-15 TN 68,00 €

Anmeldung bis zum 02. September

 Lehrwerk Lehrwerk Otlitschno aktuell A2, Hueber Verlag ca. ab Lektion 5



Sprachverbund Emscher-Lippe-Region

Falls Sie ein bestimmtes Sprachangebot bei uns nicht finden, entdecken Sie es vielleicht bei einer Nachbar-VHS. Die Volkshochschulen in der Emscher-Lippe-Region wollen ihre Zusammenarbeit gerade bei außereuropäischen Sprachen und Bildungsurlaubsangeboten verstärken.

Ihre Ansprechpartner*innen im Kooperationsverbund sind:

VHS Bottrop

Dr. Katja Hesmer, Tel. 02041/70-3845

VHS Castrop-Rauxel

Petra Duda, Tel. 02305/5488415

VHS Datteln

Laura Schäckelhoff, Tel. 02363/107-356

VHS Dorsten

Dr. Ruzhdi Kicmari, Tel. 02362/66-4183

VHS Gelsenkirchen

Wolfgang Rüdell, Tel. 0209/169-2697

VHS Gladbeck

Silvia Gómez, Tel. 02043/99-2455

VHS Haltern am See, Dülmen, Havixbeck

Nicole Wellmann, Tel. 02594/12-415

VHS Herne

Monika Remlinger, Tel: 02323/16-3467

VHS Herten

Christine Fester, Tel. 02366/303-519

VHS Marl

Marina Chatziioannidou, Tel. 02365/503566-40

VHS Oer-Erkenschwick

Stefanie Steyski, Tel. 02368/987-114

VHS Waltrop

Alexandra Wittor, Tel. 02309/9626-14



Deutsch als Zweitsprache für Alltag, Beruf und Studium

Wir bieten Ihnen Deutschkurse auf fast allen Niveaustufen, von absoluten Anfänger*innen bis zu sehr guten Deutschkenntnissen, für den Alltag, für den Beruf, für ein Studium, oder einfach so, weil Deutschlernen Spaß macht. Unsere Kurse sind, wenn möglich, international zusammengesetzt, die Kursprache ist von Anfang an Deutsch. Das ermöglicht Ihnen vom ersten Kurstag an eine natürliche Kommunikation in der neuen Sprache.

Wir erleichtern Ihnen den Einstieg durch vielfältige Übungen und eine lebendige Sprache, die Sie unmittelbar auch außerhalb des Kurses anwenden können. Bei uns lernen Sie Wortschatz, Grammatik, Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben in einem kommunikativen Zusammenhang.

Die Inhalte unserer Kurse orientieren sich am Europäischen Referenzrahmen für das Lernen von Fremdsprachen. Wir verwenden aktuelle Lehr- und Lernmaterialien, die diesem international anerkannten Standard entsprechen.

Wenn Sie Einzelunterricht bevorzugen oder Unterricht für eine Kleingruppe in Ihrem Unternehmen buchen möchten, machen wir Ihnen gern ein Angebot.

Integrationskurse

Wir bieten im Rahmen des Zuwanderungsgesetzes Integrationskurse für Teilnehmende mit Migrationshintergrund an. Der Kurs besteht aus einem Sprachkurs und einem Orientierungskurs, in dem Informationen zum deutschen Staatsaufbau, zur Rechtsordnung, Geschichte und Kultur vermittelt werden. Ziel des Integrationskurses ist es, den Deutsch Test für Zuwanderer

(DTZ, Niveau A2-B1) und den Abschlusstest des Orientierungskurses (Leben in Deutschland) erfolgreich abzulegen.

Während des ganzen Jahres bieten wir verschiedene Kurse an:

- Kurse am Vor- oder am Nachmittag mit 20 bis 25 Unterrichtsstunden wöchentlich (6 Module, 600 Unterrichtsstunden)
- Kurse am Abend mit 12 Unterrichtsstunden wöchentlich (6 Module, 600 Unterrichtsstunden)
- Kurse mit Alphabetisierung (9 Module, 900 Unterrichtsstunden)
- Kurse für gering Literalisierte (9 Module, 900 Unterrichtsstunden)
- Orientierungskurse (1 Modul, 100 Unterrichtsstunden)
- Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)
- Test Leben in Deutschland

Gerne informieren wir Sie über geplante Kurse oder die Möglichkeit, in einen laufenden Kurs einzusteigen. Ein Einstufungstest ist obligatorisch.

Entgelt pro Modul von 100 Unterrichtsstunden

Mit Förderung und Kostenbefreiung durch das BAMF	0,00 €
Mit Förderung, aber ohne Kostenbefreiung durch das BAMF	229,00 €
Ohne Förderung durch das BAMF	458,00 €

Für alle Integrationskurse gilt:

- Vereinbaren Sie einen Termin.
- Kommen Sie dann persönlich zum Anmeldetermin.
- Bringen Sie zur Anmeldung Ihren Pass/Aufenthaltstitel, einen aktuellen Bescheid über Arbeitslosengeld II/Sozialhilfe/Wohngeld (falls vorhanden) sowie den Berechtigungsschein oder Verpflichtung (falls vorhanden) mit.



Bundesamt für Migration und Flüchtlinge



Berufsbezogene Deutschkurse B2

Die VHS Recklinghausen führt B2 Berufssprachkurse durch. Die Kurse beinhalten 400 bis 500 Unterrichtseinheiten berufsbezogenen Deutschunterricht und enden mit einer telc B2 Prüfung.

- **Zielgruppe:** Migrantinnen und Migranten mit guten B1-Sprachkenntnissen
- **Dauer:** 4 bis 8 Monate
- **Zeiten:** vormittags oder nachmittags, 4 oder 5 Tage pro Woche
- **Kursbeginn:** auf Anfrage
- **Inhalte:** Berufsbezogener Deutschunterricht, abschließende B2 Prüfung (DTB telc)
- **Zugangsvoraussetzung:** Berechtigung zur Teilnahme gemäß DeuföV, ausgestellt durch Jobcenter/Agentur für Arbeit oder BAMF
- **Kosten:** Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge übernimmt die Kursgebühr für die Kurse ganz oder teilweise (Eigenanteil von 2,56 € pro Unterrichtsstunde).

Gezielte Prüfungsvorbereitung für Wiederholende des berufsbezogenen Sprachkurses B2

Die VHS Recklinghausen führt eine gezielte Prüfungsvorbereitung auf den DTB B2 durch. Die Kurse beinhalten 200 Unterrichtseinheiten berufsbezogenen Deutschunterricht und enden mit der Wiederholung der B2 Prüfung „Deutschtest für den Beruf“.

- **Zielgruppe:** Personen, die schon einen Berufssprachkurs B2 besucht haben, den DTB aber noch nicht mit B2 bestanden haben.
- **Dauer:** 2 bis 3 Monate

- **Zeiten:** vormittags oder nachmittags, 4 oder 5 Tage pro Woche
- **Kursbeginn:** auf Anfrage
- **Inhalte:** Berufsbezogener Deutschunterricht, abschließende B2 Prüfung (DTB telc)
- **Zugangsvoraussetzung:** vorheriger Besuch eines Berufssprachkurses B2 mit Prüfung DTB und Berechtigung zur Teilnahme gemäß DeuföV, ausgestellt durch Jobcenter/Agentur für Arbeit oder BAMF
- **Kosten:** Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge übernimmt die Kursgebühr für die Kurse ganz oder teilweise (Eigenanteil von 2,56 € pro Unterrichtsstunde)

Sprachcafé

Die Volkshochschule der Stadt Recklinghausen lädt ins Sprachcafé ein. Hier können Deutschlernende ihre Sprachkenntnisse anwenden, Muttersprachler Neues über andere Länder und Kulturen erfahren. Menschen aus allen Kontinenten tauschen sich über Sprache, Literatur oder Historisches aus. Es gibt jeweils einen kurzen Input und anschließend Gespräche in kleinen Gruppen. Das Sprachcafé ist kein Deutschkurs mit Übungen, Hausaufgaben, sondern ein offener Gesprächskreis.

Herzliche Einladung an alle Interessierten, die sich in einem offenen Rahmen austauschen möchten. Immer donnerstags um 15 Uhr!

4800

Leitung: A. Becker und Team

Termin: Donnerstag, ab 10. September, 15.00 – 17.00 Uhr,

12 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus, Herzogswall 17

Entgelt: frei

Deutsch als Zweitsprache

Sie möchten Deutsch lernen – flexibel, praxisnah und ohne staatliche Förderung? Unsere Deutschkurse für Selbstzahler bieten Ihnen die ideale Möglichkeit, Ihre Sprachkenntnisse gezielt zu verbessern.

Diese Deutschkurse richten sich an:

- Zugewanderte, die keine BAMF-Förderung erhalten
- Berufstätige, die ihre Sprachkompetenz erweitern möchten
- Teilnehmende mit individuellem Lernziel

Die Kurse finden in kleinen Gruppen statt. Sie lernen in angenehmer Atmosphäre und erhalten auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung. Die Kurse sind ohne abschließende Prüfung geplant. Wenn Sie an einer Prüfung interessiert sind, sprechen Sie uns an Tel. 02361 / 50 1947.

Deutsch als Zweitsprache A1.1

Die Stufe A1 ist an der VHS in Lernabschnitte gegliedert. Am Ende der Stufe A1 können Sie eine sehr einfache Unterhaltung führen (z.B. über Ihre Familie, Ihren Beruf) und einfache Fragen stellen und beantworten (z.B. bei der Begrüßung, in einem Geschäft). Sie verstehen einzelne vertraute Namen und Wörter und einfache Sätze z.B. auf Plakaten oder Schildern. Sie können kurze einfache Sätze schreiben oder persönliche Daten in ein Formular eintragen.

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die keine Problem mit dem Lesen und Schreiben des Lateinischen Alphabets haben.

4802

Leitung: Team

Termin: dienstags und donnerstags ab 15. September, 17.45 – 19.15 Uhr, 20 Termine

Ort: Marie-Curie-Gymnasium

Entgelt: 140,00 €

→ Die Gebühr ist schon ermäßigt, eine weitere Ermäßigung ist nicht möglich. Das BAMF übernimmt für diesen Kurs keine Kosten.

📖 Lehrwerk Schritte Plus Neu 1 A1.1, ab Lektion 1, Hueber Verlag



Deutsch als Zweitsprache A2.1

Die Stufe A2 ist an der VHS in Lernabschnitte gegliedert. Am Ende der Stufe A2 können Sie mit einfachen Mitteln über Ihre Lebensdaten, Ihre persönliche Umgebung und vertraute Dinge im Alltag sprechen und sich im direkten Austausch von Informationen in routinemäßigen Situationen verständigen. Sie verstehen häufig gebrauchte Sätze und Ausdrücke, die mit Ihrem Leben (Ihrer Person, Familie, dem Wohnen) unmittelbar zusammenhängen. Sie können auch eine kurze Mitteilung, eine Notiz oder einen ganz einfachen persönlichen Brief schreiben.

In diesem Kurs für fortgeschrittene Anfänger*innen werden wir viel über den Alltag sprechen, auch in Kleingruppen. Es gibt Raum fürs Wiederholen oder Fragen und Grammatikerklärungen. Wir hören Dialoge, lesen verschiedene Textsorten und diskutieren. Themen sind z. B. Einladung zum Essen oder Jobsuche.

Dieser Deutschkurs richtet sich an alle Zugewanderten mit Sprachverbesserungsbedarf. Voraussetzung ist ein A1-Niveau.

4803

Leitung: Team

Termin: dienstags und donnerstags ab 15. September,

19.30 – 21.00 Uhr, 20 Termine

Ort: Marie-Curie-Gymnasium

Entgelt: 140,00 €

→ Die Gebühr ist schon ermäßigt, eine weitere Ermäßigung ist nicht möglich. Das BAMF übernimmt für diesen Kurs keine Kosten.

📖 Lehrwerk: Schritte Plus Neu 3 A2.1, ab Lektion 1, Hueber Verlag

Deutsch als Zweitsprache B1.1

Die Stufe B1 ist an der VHS in Lernabschnitte gegliedert. Dieser erste Kurs der Stufe B1 Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Deutschkenntnisse auf B1 verbessern wollen. Es werden gute Deutschkenntnisse auf dem A2.2-Niveau vorausgesetzt. Im Kurs erweitern wir unseren Wortschatz, lernen neue Grammatikthemen, trainieren das Lese- und Hörverstehen, Schreiben Brief und E-Mails. Auch die mündliche Kommunikation kommt nicht zu kurz.

4804

Leitung: Team

Termin: dienstags und donnerstags ab 15. September,

17.45 – 19.15 Uhr, 20 Termine

Ort: Marie-Curie-Gymnasium

Entgelt: 140,00 €

→ Die Gebühr ist schon ermäßigt, eine weitere Ermäßigung ist nicht möglich. Das BAMF übernimmt für diesen Kurs keine Kosten.

📖 Lehrwerk: Schritte Plus Neu 5 B1.1, ab Lektion 1, Hueber Verlag

Prüfungen und Tests

Prüfungsvorbereitung und DTZ A2/B1

Sie haben schon einen Integrationskurs besucht und am Ende des Kurses die Prüfung DTZ mit dem Ergebnis A2 bestanden? Jetzt möchten Sie sich noch einmal auf den Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ) A2/B1 vorbereiten, um möglichst das Niveau B1 zu erreichen. Dann passt unser Vorbereitungskurs inklusive Prüfung: Der Kurs dauert 42 Unterrichtseinheiten und die Prüfung DTZ findet sofort nach Kursende (voraussichtlich am 20.11.2026) statt.

Im Kurs werden alle Fertigkeiten für die Prüfung geübt, eine regelmäßige Teilnahme und die Bereitschaft Hausaufgaben zu machen, sind für einen erfolgreichen Abschluss Voraussetzung.

Da der Vorbereitungskurs den DTZ beinhaltet, können nur folgende Personengruppen an dem Kurs und an der Prüfung teilnehmen:

- Personen mit einer Teilnahmeberechtigung/Verpflichtung für Integrationskurse, die schon einmal den DTZ abgelegt haben
- Personen ohne Teilnahmeberechtigung oder Verpflichtung, die mindestens einen Kursabschnitt im Integrationskurs auf eigene Kosten besucht haben (Nachweis erforderlich) und schon einmal den DTZ abgelegt haben.

Andere Personen können nicht am DTZ teilnehmen.

Im Auftrag des Bundesministeriums des Innern ist die Gesellschaft für Akademische Studienvorbereitung und Testentwicklung e.V. (g.a.s.t.) für die Organisation und Abwicklung des Deutsch-Tests für Zuwanderer zuständig. Die VHS Recklinghausen ist zugelassene Prüfstelle des BAMF für die Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ).

Der Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ) ist eine standardisier-

te Sprachprüfung zur Feststellung von Deutschkenntnissen auf den Niveaus A2 und B1 des Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens (GER). Der Test dient als abschließende Sprachprüfung für Kursteilnehmende in Integrationskursen. Die Vorbereitung auf den Abschlusstest erfolgt im letzten Kursabschnitt des Integrations Sprachkurses.

Der „Deutsch-Test für Zuwanderer“ besteht aus 2 Teilen: einer schriftlichen und einer mündlichen Prüfung. Die schriftliche Prüfung (Hören, Lesen, Schreiben) dauert ca. 100 Minuten. Die mündliche Prüfung (Sprechen) dauert insgesamt ca. 16 Minuten. Sie erhalten ein DTZ-Zertifikat, wenn Sie Leistungen auf den Niveaus A2 und B1 erbringen. Liegen Ihre Leistungen unter dem Niveau A2, erhalten Sie nur einen DTZ-Ergebnisbogen.

Anmeldeverfahren: Eine Anmeldung zum Kurs ist nur nach einer Beratung möglich: Sie müssen einen Termin vereinbaren: unter Tel.: 02361 50 1847 oder 02361 50 1993 oder per E-Mail: susanne.schloimann@recklinghausen.de.

Prüfungsrücktritt: Ein Rücktritt von der Prüfung ist bei diesem Kurs nicht möglich.

4801

Leitung: Team

Termin: donnerstags und freitags ab 17. September, 11.00 – 13.15 Uhr, 14 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 210,00 € (inklusive DTZ)

→ Die Gebühr ist schon ermäßigt, eine weitere Ermäßigung ist nicht möglich. Das BAMF übernimmt hier keine Kosten.

Prüfung „Zertifikat Deutsch A2/B1“

Die VHS Recklinghausen ist Lizenznehmerin der telc gGmbH und ist berechtigt, die Prüfung zum Zertifikat Deutsch A2 / B1 (telc) abzunehmen. Skalierte Prüfungen bewerten Sprachkenntnisse auf zwei Kompetenzstufen. Daher gibt es in allen Teilen Aufgaben auf beiden GER-Niveaustufen (A2 und B1). Teilnehmende erhalten ein Zertifikat entweder über das niedrigere (A2) oder das höhere (B1) GER-Niveau. Die Prüfung besteht aus einem längeren schriftlichen und einem kürzeren mündlichen Teil. Sie kann als Nachweis ausreichender Sprachkenntnisse für die Einbürgerung anerkannt werden, wenn sie mit B1 bestanden wird.

Informationen zur Prüfung und Übungsmaterial zur Vorbereitung finden Sie auf der Internetseite der telc gGmbH. (www.telc.net). Bitte lesen Sie die Informationen auf der Seite der telc aufmerksam. Achtung: Diese Prüfung ist nicht der „Deutschtest für Zuwanderer DTZ“. Die Prüfung ist nicht gültig für das „Zertifikat Integrationskurs“.

Bitte beachten Sie: ein Rücktritt von der Prüfung muss stets schriftlich erfolgen und ist mit Kosten verbunden. Bei einem Rücktritt vor dem Anmeldeschluss wird nur eine Bearbeitungsgebühr von 5,00 € erhoben. Erfolgt der Rücktritt nach dem Anmeldeschluss, muss die Prüfungsgebühr in voller Höhe bezahlt werden, es sei denn, der Rücktritt erfolgt aus Gründen, die der Teilnehmer nicht selbst zu vertreten hat. In diesem Fall ist der Volkshochschule spätestens am Prüfungstag ein entsprechender Nachweis vorzulegen. Nur wenn dieser Nachweis fristgerecht oder spätestens am darauffolgenden Werktag erbracht und von der telc anerkannt wurde, wird die Prüfungsgebühr abzüglich eines Meldeentgeltes von 40,00 € erstattet.

Am Prüfungstag:

Die schriftliche Prüfung beginnt um 09.00 Uhr. Bitte kommen Sie unbedingt pünktlich! Die mündliche Prüfung findet am

gleichen Tag statt, direkt im Anschluss an die schriftliche Prüfung. Planen Sie daher den ganzen Tag ein.

Bringen Sie zur Prüfung mit:

- Ihren gültigen amtlichen Ausweis (Personalausweis/Pass/Aufenthaltstitel) mit Lichtbild. Sie werden zur Prüfung zugelassen, wenn Sie sich vollständig ausweisen können und wir Ihre Identität zweifelsfrei feststellen können.
- Verpflegung (nur ein Getränk in einer durchsichtigen Flasche ohne Etikett ist während der schriftlichen Prüfung gestattet)

Während der gesamten Prüfung sind keine Handys oder Smartwatches erlaubt. Diese werden vor der Prüfung eingesammelt. Lassen Sie Ihre elektronischen Geräte zu Hause, wenn Sie dies nicht wünschen.

7004

Termin: Samstag, 14. November 2026, 09.00 – 12.00 Uhr (schriftliche Prüfung); 12.00 – 17.00 Uhr (mündliche Prüfung)

Ort: Willy-Brandt-Haus, Herzogswall 17

Entgelt: 160,00 €

Verbindlicher Anmeldeschluss ist der 02. Oktober 2026

➔ Anmeldung nur nach persönlicher oder telefonischer Beratung. Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter Tel.: 02361 50-1947.

Einbürgerungstest

Nach geltendem Recht wird zur Voraussetzung für den Einbürgerungsanspruch u.a. der Nachweis von Kenntnissen der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland verlangt. Dieser Einbürgerungstest besteht aus 33 Fragen, von denen mindestens 17 richtig beantwortet werden müssen. Die Fragen werden aus einem Katalog von 310 Fragen ausgewählt. Bei jeder Frage werden vier Antwortmöglichkeiten vorgegeben. Der Test kann beliebig oft wiederholt werden und kostet jeweils 25,00 €.

7001

Termin: Mittwoch, 14. Oktober, 18.00 – 19.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus, Herzogswall 17

Entgelt: 25,00 €

→ Anmeldung nur persönlich in der Geschäftsstelle bis zum 11. September

7002

Termin: Mittwoch 09. Dezember, 18.00 – 19.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus, Herzogswall 17

Entgelt: 25,00 €

→ Anmeldung nur persönlich in der Geschäftsstelle bis zum 06. November

Lernen, erleben, entdecken!

VHS-Sommerakademie 2026

Nach dem Erfolg der letzten Jahre lädt die Volkshochschule Recklinghausen auch in diesem Sommer wieder zu ihrer Sommerakademie ein.

Im Juli und August bieten wir ein spannendes Programm, das Ihren Sommer bereichern kann, zum Beispiel:

- einen Tangoworkshop, der Sie in die Welt dieses leidenschaftlichen und eleganten Tanzes eintauchen lässt und Ihnen die Möglichkeit bietet, Ihre tänzerischen Fähigkeiten zu verfeinern,
- wie Sie mit Achtsamkeit Stress wirksam begegnen,
- erfrischende Aqua-Fitness im Naturfreibad Suderwich,
- Action Painting – ein energiegeladener Workshop in dem Sie Ihre Kreativität ausleben können,
- diverse Angebote in digitalen Technologien für Einsteiger und Fortgeschrittene,

Kurse in Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Latein – ob Sie Ihre Kenntnisse auffrischen oder eine neue Sprache lernen möchten, bei uns finden Sie den passenden Kurs auf verschiedenen Niveaustufen.

Weitere Kurse werden regelmäßig auf unserer Webseite www.vhs-recklinghausen.de veröffentlicht.

Wir freuen uns darauf, Sie willkommen zu heißen und mit Ihnen eine inspirierende und lehrreiche Zeit zu erleben.

Haben Sie Fragen?

Unser Team hilft Ihnen gerne weiter! Schauen Sie regelmäßig auf unserer Webseite vorbei, um immer auf dem neuesten Stand zu bleiben.

Entdecken Sie Ihren Sommer neu – mit der VHS Recklinghausen!

Die Angebote der Sommerakademie in diesem Programmheft erkennen Sie an dem untenstehenden kleinen Sonnen-Icon.



Vereinstaltungen im Rahmen der Sommerakademie erkennen Sie an diesem Symbol.

Digitales & Beruf

Ihre Ansprechpartner*innen



Leonie Grage

Planung und Beratung

Telefon: 50-1997

leonie.grage@recklinghausen.de



Dr. Maren Großbröhmer

Planung und Beratung

Telefon: 50-2002

maren.grossbroehmer@recklinghausen.de



Virginia Weyrich

Sachbearbeitung

Telefon: 50-1991

virginia.weyrich@recklinghausen.de



Souverän digital. Lernen – üben – ausprobieren..	114
Computerwissen fürs Büro	120
Digitale Medien: Internet, Gestaltung, Präsentation & Fotografie	124
Kommunikation	128
Wirtschaft, Recht und Alltag.....	133



**Zu den Angeboten
Digitales & Beruf auf
www.vhs-recklinghausen.de**



Souverän digital. Lernen – üben – ausprobieren

Digital-Treff

■ OFFENES ANGEBOT

Die Welt wird immer digitaler – bleiben Sie am Ball! Es ist ganz normal, im Umgang mit Smartphone, Tablet, Laptop oder dem Internet Fragen zu haben oder Unterstützung zu brauchen. Im Digital-Treff der VHS erhalten Sie individuelle und unkomplizierte Hilfe bei allgemeinen Fragen rund um digitale Geräte, Apps und Online-Dienste. Unser Dozententeam steht Ihnen kostenfrei mit Rat und Tat zur Seite.

Bitte beachten Sie: Im Digital-Treff können nur allgemeine Fragen besprochen werden – eine vertiefte Schulung oder komplexe Problembhebung ist hier nicht möglich. Für weiterführende Themen und Lernangebote schauen Sie gerne in das Kursprogramm der VHS.

Bringen Sie einfach Ihr Gerät und Ihre Fragen mit und kommen Sie vorbei! Treffen Sie Gleichgesinnte, tauschen Sie sich aus – spontan, kostenfrei und ohne Anmeldung. Wir freuen uns auf Sie!

5000

Leitung: Jörg Kuhleemann, Renate Lünenbürger

Termin: Mittwoch, 28. Oktober, 11. November, 25. November, 09. Dezember, 14.30 – 16.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Smartphone ganz einfach für Anfänger*innen

■ GRUNKURS

Sie haben ein Smartphone oder Tablet mit Android-Betriebssystem und möchten es endlich richtig kennenlernen? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! In entspannter Atmosphäre entdecken Sie Schritt für Schritt, wie Sie Ihr Gerät sicher und mit Freude nutzen können – ganz ohne Stress und Vorkenntnisse.

Sie erfahren, was die Symbole und Tasten auf dem Startbildschirm bedeuten, wie Sie die wichtigsten Einstellungen anpassen und Ihr Gerät auf dem neuesten Stand halten. Gemeinsam lernen wir, wie Sie Apps im Google Play Store finden, installieren und bezahlen, sicher im Internet surfen, E-Mails versenden und unerwünschte Nachrichten erkennen. Auch praktische Alltagsfunktionen wie der Kalender, das Adressbuch, die Kamera oder Bluetooth werden leicht verständlich erklärt. So holen Sie das Beste aus Ihrem Smartphone oder Tablet heraus.

Bringen Sie einfach Ihr eigenes Android-Gerät mit – wir üben direkt darauf! In einer kleinen Gruppe bleibt viel Zeit für Fragen, persönliche Unterstützung und gemeinsames Ausprobieren.

5001

Leitung: Renate Lünenbürger

Termin: Mittwoch, 04., 11., 18., 25. November, 10.00 – 11.30 Uhr, 4 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 46,00 €, 7-8 TN 35,00 €

Anmeldung bis zum 28. Oktober

→ Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bringen Sie Ihr eigenes aufgeladenes Gerät mit. Sollten Sie schon ein Google-Konto haben, denken Sie bitte an den Kontonamen und das Passwort.



iPhone und iPad für Anfänger*innen

■ GRUNKURS

Besitzen Sie ein iPhone oder iPad von Apple und möchten die Möglichkeiten Ihres Geräts endlich besser verstehen und nutzen? Dann sind Sie in diesem Grundkurs genau richtig.

In ruhiger Lernatmosphäre entdecken Sie Schritt für Schritt die wichtigsten Funktionen, ganz ohne Vorkenntnisse. Ziel ist es, Ihnen Sicherheit im Umgang mit Ihrem Gerät zu geben und die Freude an der Nutzung zu fördern. Sie lernen, was die Symbole und Tasten auf dem Startbildschirm bedeuten, wie Sie wichtige Einstellungen vornehmen und Ihr iPhone oder iPad auf dem neuesten Stand halten. Außerdem zeigen wir Ihnen, wie Sie im App Store passende Apps finden, installieren und bezahlen, sicher im Internet unterwegs sind, E-Mails schreiben und unerwünschte oder betrügerische Nachrichten erkennen.

Auch nützliche Alltagsfunktionen wie Kalender, Kontakte, Kamera, Fotos oder die Verbindung über Bluetooth werden verständlich erklärt. So können Sie Ihr iPhone oder iPad künftig ganz entspannt und vielseitig nutzen.

Bringen Sie einfach Ihr eigenes Apple-Gerät mit – wir üben direkt darauf! In einer kleinen Gruppe bleibt viel Zeit für Fragen, individuelle Unterstützung und gemeinsames Ausprobieren.

5002

Leitung: Jörg Kuhlemann

Termin: Mittwoch, 04., 11., 18., 25. November, 10.00 – 11.30 Uhr, 4 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 46,00 €, 7-8 TN 35,00 €

Anmeldung bis zum 28. Oktober

→ Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bringen Sie Ihr eigenes, aufgeladenes Gerät mit. Den Geräte-Code (PIN) nicht vergessen! Falls Sie eine Apple-ID haben, bringen Sie bitte die E-Mail-Adresse und das Passwort mit.

Digitale Alltagshelfer

Sicher nutzen, entspannt profitieren

■ GRUNKURS

Heutzutage lassen sich viele alltägliche Dinge bequem mit dem Smartphone erledigen. In diesem Kurs erhalten Sie einen verständlichen Überblick über nützliche digitale Anwendungen und lernen, wie Sie diese sicher und in Ihrem eigenen Tempo nutzen können. Schritt für Schritt werden verschiedene Apps und Online-Dienste vorgestellt, die den Alltag einfacher machen. Entdecken Sie, wie Sie online bezahlen können, sichere Passwörter erstellen und verwalten und QR-Codes scannen.

Welche weiteren Themen behandelt werden, entscheidet die Gruppe gemeinsam, z.B.: Fahrkarten mit der VRR- oder DB-App kaufen, Pakete mit der DHL-App steuern, Warnmeldungen über die NINA-App, Parkscheine online ziehen, Musik, Podcasts und Mediatheken genießen, bei Online-Supermärkten und Drogerien bestellen, Abholservices nutzen, von Rabatt-Apps profitieren und Arzttermine digital buchen bis hin zum digitalen Rezept und Krankenkassen-Apps.

5003

Leitung: Christiane Biederbeck

Termin: Freitag, 04., 11., 18. September, 09.00 – 12.15 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 59,00 €

Anmeldung bis zum 31. August

→ Dieser Kurs richtet sich an Android-Nutzer*innen. Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Android-Smartphone mit. Grundkenntnisse im Umgang mit dem eigenen Smartphone sowie eine eigene E-Mail-Adresse werden vorausgesetzt.

→ Wenn Sie ganz neu einsteigen möchten, empfehlen wir Ihnen unsere Smartphone-Grundkurse.



Computersicherheit verstehen und anwenden

■ VORTRAG

Datenverlust muss nicht durch Hacker entstehen. Oft sind es ganz alltägliche Ursachen wie defekte Festplatten, fehlerhafte Updates oder plötzliche Systemabstürze, die dazu führen, dass wertvolle Informationen verloren gehen. Gerade persönliche Dateien wie Fotos, Dokumente oder wichtige Unterlagen können so unerwartet verschwinden.

In diesem Vortrag zeigen wir Ihnen verständlich, wie Sie sich mit einfachen und leicht umsetzbaren Maßnahmen vor solchen Risiken schützen können. Dabei richten wir uns bewusst an Anfänger*innen sowie an Senior*innen, die ohne technisches Vorwissen lernen möchten, wie sie ihre Daten sicher aufbewahren und Verluste vermeiden können. Ziel ist es, Ihnen praktische Lösungen an die Hand zu geben, die Sie direkt im Alltag nutzen können – ganz ohne komplizierte Fachbegriffe oder aufwendige Technik.

5006

Leitung: Jörg Kuhlemann

Termin: Donnerstag, 05. November, 16.00 – 18.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 10,00 €

Anmeldung bis zum 05. November

Datensicherung in der Praxis

■ VORTRAG

Fotos, Kontakte oder wichtige Dokumente sichern – aber wie? In diesem Vortrag mit Praxisanteil lernen Sie, wie Sie ihre persönlichen Daten sicher speichern und bei Bedarf wiederherstellen können. Gemeinsam üben wir einfache Methoden der Datensicherung, die Rücksicherung im Notfall sowie eine übersichtliche Organisation von Dateien. Der Schwerpunkt liegt auf praktischem Ausprobieren und verständlichen Erklärungen – ganz ohne Fachjargon und Vorkenntnisse.

5007

Leitung: Jörg Kuhlemann

Termin: Donnerstag, 19. November, 16.00 – 18.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 10,00 €

Anmeldung bis zum 16. November



Sicherheit im Internet

■ VORTRAG

Wer im Internet surft, lebt gefährlich. Heimtückische Online-Attacken sind mittlerweile an der Tagesordnung. In diesem Vortrag lernen Sie Angriffspunkte und Schwachstellen an Ihrem Computer kennen und erfahren Sie, wie Sie Ihren Computer und Ihre Daten schützen. Wissenswertes über Viren, Würmer und Trojaner und der Umgang mit sicheren Passwörtern rundet den Vortrag ab.

Inhalte (inklusive praktischer Demonstrationen):

- Sicherheitsrisiken im Internet
- Einsatz von Security Software (Beispiele)
- WLANs absichern
- Datensicherheit in der Cloud
- Absicherung der Daten gegen Hardware- und Software-Defekte
- Passwörter managen: Was macht ein gutes Passwort aus? Wie behält man den Überblick?

Voraussetzungen: Grundlegende Windows-Kenntnisse und erste Erfahrungen im Umgang mit dem Internet.

5008

Leitung: Jörg Kuhlemann

Termin: Donnerstag, 03. Dezember, 16.00 – 18.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 10,00 €

Anmeldung bis zum 30. November

WLAN-Sicherheit

■ VORTRAG

Ohne WLAN funktioniert heute in der Öffentlichkeit (Hot-Spots) und im privaten Bereich das Internet nicht mehr. Das liegt daran, dass viele Geräte nur noch eine WLAN-Schnittstelle haben. In diesem Vortrag werden die Schwachstellen des WLAN erläutert und wie Sie sich davor schützen.

Inhalte (inklusive praktischer Demonstrationen):

- Sicherheitsrisiken im HotSpot und absichern des eigenen Gerätes
- Das eigene WLAN absichern wird anhand von bekannten Routern demonstriert.

Voraussetzungen: Grundlegende Windows-Kenntnisse und erste Erfahrungen im Umgang mit dem Internet.

5009

Leitung: Jörg Kuhlemann

Termin: Donnerstag, 26. November, 16.00 – 18.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 10,00 €

Anmeldung bis zum 23. November



Onlineshopping – aber sicher!

Digitale Bezahlmethoden verstehen und nutzen

■ VORTRAG MIT PRAXISANTEIL

Entdecken Sie die Welt des Onlineshoppings bequem von Ihrem Smartphone oder Tablet aus. In diesem Vortrag lernen Sie nicht nur die schier endlosen Möglichkeiten des Einkaufens im Internet kennen, sondern auch, wie Sie sicher und geschützt bezahlen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem Thema Sicherheit: Welche Risiken gibt es, und wie können Sie sich davor schützen? Sie erhalten zudem einen Vergleich gängiger Bezahlmethoden wie PayPal, Klarna, Kreditkarte, Sofortüberweisung und Google Pay. So wissen Sie genau, welche Option für Ihre Bedürfnisse am besten geeignet ist. Es gibt ausreichend Gelegenheit für Fragen und zum Ausprobieren.

Zielgruppe: Einsteiger*innen sowie ältere Teilnehmende.

5010

Leitung: Renate Lünenbürger

Termin: Freitag, 13. November, 10.00 – 12.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 10,00 €

Anmeldung bis zum 09. November

→ Das Angebot richtet sich ausschließlich an Nutzer*innen von Android-Geräten.

ChatGPT und andere Chatbots

Künstliche Intelligenz kennenlernen und nutzen

■ GRUNKURS

Künstliche Intelligenz ist in aller Munde – aber was steckt wirklich dahinter? In diesem Kurs lernen Sie ChatGPT und andere KI-Chatbots kennen und erfahren, wie Sie diese neuen Werkzeuge im Alltag sinnvoll und sicher nutzen können. Sie entdecken, wie Chatbots auf Fragen antworten, Texte schreiben oder sogar beim Planen und Formulieren helfen. Gemeinsam probieren wir Schritt für Schritt aus, wie Sie mit ihnen umgehen – verständlich erklärt und ohne Fachbegriffe.

Themen des Seminars:

- Was sind Chatbots und wie funktionieren sie?
- ChatGPT ausprobieren: Fragen stellen, Texte erstellen, Ideen finden
- KI-gestützte Tools für Alltag und Freizeit
- Datenschutz und Sicherheit: Worauf Sie achten sollten
- Praktische Tipps für den selbstständigen Umgang mit KI

Zielgruppe: Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger*innen sowie ältere Teilnehmende, die neugierig auf neue digitale Möglichkeiten sind und lernen möchten, wie KI-Tools das Leben einfacher machen können – ganz ohne Vorkenntnisse.

Ihr Vorteil: Sie gewinnen Sicherheit im Umgang mit moderner Technik und lernen, wie ChatGPT & Co. Ihnen im Alltag helfen können – von der Reiseplanung bis zum Formulieren von Briefen.

5011

Leitung: Peter Bierkant

Termin: Montag, 19. Oktober, Mittwoch, 21. Oktober, Freitag, 23. Oktober, 09.00 – 12.15 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 66,00 €, 7-8 TN 49,00 €, ab 9 TN 39,00 €

Anmeldung bis zum 12. Oktober



Künstliche Intelligenz (KI) kennenlernen und nutzen

■ WORKSHOP

In diesem Workshop lernen Sie verschiedene KIs kennen und erfahren, wie Sie diese effektiv nutzen können. Sie erhalten praktische Anwendungsbeispiele aus Bereichen, in denen KI bereits erfolgreich eingesetzt wird. Bei Bedarf richten wir kostenlose Nutzerkonten für Sie ein. Bitte bringen Sie Ihr Handy und Ihren E-Mail-Zugang mit.

Dieser Kurs ist ideal für alle, die mehr über Textgeneratoren wie ChatGPT, Übersetzungsprogramme wie DeepL und KI-basierte Bilderstellung erfahren und lernen möchten, wie sie diese Technologien in ihrem beruflichen oder persönlichen Umfeld nutzen können. Melden Sie sich an und entdecken Sie, wie Künstliche Intelligenz Ihren Alltag bereichern kann!

Wir beschäftigen uns mit einer Vielzahl weitgehend kostenloser KI-Tools aus unterschiedlichen Bereichen, darunter ChatGPT, Gemini, Perplexity, Google Translate, DeepL Translate & Write, Craiyon, Adobe Firefly und Sumo.

5012

Leitung: Christiane Biederbeck

Termin: Montag, 14. Dezember, 17.00 – 20.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 20,00 €

Anmeldung bis zum 09. Dezember

→ Für die Nutzung ist eine Registrierung bei ChatGPT erforderlich.

Einführung in die Prowise-Tafeln

■ WORKSHOP FÜR LEHRENDE DER VHS

Die Unterrichtsräume der VHS Recklinghausen verfügen über digitale Tafeln, die im Unterricht eingesetzt werden. Die Tafeln ersetzen die herkömmlichen Whiteboards oder Kreidetafeln sowie CD-Player und verfügen darüber hinaus über eine Vielzahl weiterer Funktionen.

Für den Einstieg ist es wichtig, die Grundfunktionen der Tafel zu kennen. Dazu gehört das An-/Aus-Schalten und das Erstellen von Tafelbildern, das Verbinden von Datenträgern, das Abspielen von Audiodateien und die Verbindung mit dem Internet.

Claudia Kohte, als erfahrende VHS-Lehrende, zeigt, wie all das funktioniert und gibt Zeit, zum Ausprobieren in Kleingruppen und der Arbeit an Beispielen aus dem eigenen didaktischen Alltag.

→ Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der VHS Hernten statt und richtet sich an VHS-Kursleitende, die wenig oder keine Unterrichtserfahrung mit den Prowise-Tafeln haben.

5050

Leitung: Claudia Kohte

Termin: Freitag, 04. September, 15.00 – 18.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 28. August



Computerwissen fürs Büro

Word, Excel, Dateiverwaltung

■ GRUNKURS

In diesem Grundkurs lernen Sie grundlegende Fähigkeiten im Umgang mit den Programmen Word und Excel sowie in der Dateiverwaltung.

Aus dem Inhalt:

- Word: Erstellung von Textdokumenten, Formatierung von Text, Absätzen und Seitenlayout, Tabellen erstellen, Bilder einfügen, Dokumente drucken.
- Excel: Grundlagen der Tabellenkalkulation, z. B. Erstellen und Formatieren von Tabellen sowie einfache Rechnungen
- Dateiverwaltung: Umgang mit Dateien, z. B. Erstellen, Kopieren, Umbenennen und Löschen von Dateien und Ordnern, Umgang mit verschiedenen Dateiformaten, Dateien sicher und effektiv speichern und archivieren.

Am Ende des Kurses werden Sie ein grundlegendes Verständnis für die Verwendung von Word und Excel sowie für die Verwaltung Ihrer Dateien haben und in der Lage sein, einfache Projekte zu erstellen und zu organisieren.

Dieser Kompaktkurs wendet sich an Interessierte mit geringen Vorkenntnissen. Grundkenntnisse in Windows sind Voraussetzung.

5200

Leitung: Renate Lünenbürger

Termin: Montag, 01. Februar, Mittwoch, 03. Februar,

Freitag, 05. Februar, 09.30 – 11.45 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 52,00 €, 7-8 TN 38,00 €, ab 9 TN 31,00 €

Anmeldung bis zum 25. Januar

Word, Excel, Outlook



■ BILDUNGSURLAUB/INTENSIVKURS

In diesem Kurs erlernen Sie die wichtigsten Grundlagen und Anwendungsmöglichkeiten der Office-Programme Word, Excel und Outlook. An praktischen Beispielen und Arbeitsaufgaben wird das Arbeiten mit den Programmen vermittelt und trainiert.

- Word: Textgestaltung, Formatvorlagen, Briefvorlage, Serienbriefe und Seriendruck
- Excel: Formeln und Funktionen, Tabellen, Grafiken, Diagramme, Berechnungen
- Outlook: Terminverwaltung und elektronische Korrespondenz, Posteingang organisieren, Regeln festlegen

Grundlegende Computer- und Office-Kenntnisse sind Voraussetzung für den Kursbesuch.

5235

Leitung: Dr. Karl-Heinz Koop

Termin: Montag, 05. April, Dienstag, 06. April,

Mittwoch, 07. April, Donnerstag, 08. April, Freitag, 09. April, 09.00 – 16.00 Uhr, 5 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 245,00 €

Allgemeine Anmeldefrist: 30. März

➔ Dieser Kurs ist nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) als Bildungsurlaub anerkannt. Er ist jedoch auch für allen anderen Interessent*innen buchbar. Die gesetzliche Antragsfrist für einen Bildungsurlaub beträgt sechs Wochen vor Kursbeginn.



Schneller schreiben am PC

Tastschreiben für Jugendliche ab 16 Jahren und Erwachsene

■ BILDUNGSURLAUB/INTENSIVKURS

Das Beherrschen des Zehn-Finger-Tast Schreibens, die Fähigkeit, schnell und präzise am Computer zu schreiben ist in zahlreichen Berufsfeldern, in Studium oder Ausbildung sowie in der Schule von unschätzbarem Vorteil. Viele Arbeitsplätze erfordern heute eine hohe Schreibgeschwindigkeit, sei es für die Erstellung von Berichten, das Verfassen von E-Mails oder die Kommunikation über Chat und Messenger-Dienste. In Studium, Ausbildung und Schule ermöglicht Ihnen schnelles schreiben am PC, Ihre Notizen effizient zu erfassen und Ihre Arbeit zu optimieren. Eine verbesserte Schreibgeschwindigkeit kann dazu beitragen, den Lernprozess zu erleichtern und die Produktivität zu steigern.

Dieser Grundkurs bietet Ihnen die Möglichkeit, die Fertigkeit des Tastschreibens systematisch zu erlernen und Ihre Schreibgeschwindigkeit signifikant zu steigern. Die Teilnehmenden erlernen nach dem Zehn-Finger-Tastsystem die effektive Bedienung der Buchstaben und Satzzeichen einer alphanumerischen Tastatur sowie wichtige Schreibregeln der Textgestaltung. Der Kurs umfasst praxisorientierte Übungen, individuelles Feedback und effektive Techniken.

Die Teilnehmenden erhalten für die Dauer des Kurses ein Lehrbuch zur Verfügung gestellt. Bei erfolgreichem Kursabschluss wird eine Teilnahmebestätigung mit Angabe der Schreibleistung ausgestellt.

➤ Dieser Kurs findet in Kooperation mit dem Stenografenverein Recklinghausen statt. Die Kursteilnehmenden erhalten nach Abschluss des Kurses die Möglichkeit, drei Monate lang an einem kostenlosen „Schnuppertraining“ beim Stenografenverein teilzunehmen.

5211

Leitung: Uwe Brüdigam

Termin: Montag, 26. Oktober, Dienstag, 27. Oktober, Mittwoch, 28. Oktober, Donnerstag, 29. Oktober, 10.00 – 15.00 Uhr, 4 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgeltstaffelung: 5-6 TN 149,00 €, 7-8 TN 108,00 €, ab 9 TN 85,00 €

Allgemeine Anmeldefrist: 19. Oktober

➔ Dieser Kurs ist nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) als Bildungsurlaub anerkannt. Er ist jedoch auch für allen anderen Interessent*innen buchbar. Die gesetzliche Antragsfrist für einen Bildungsurlaub beträgt sechs Wochen vor Kursbeginn.



Effizient arbeiten mit Word & Excel – Ihr Kompaktkurs für den Berufsalltag



■ BILDUNGSURLAUB/INTENSIVKURS

Wer Word und Excel souverän beherrscht, arbeitet nicht nur schneller, sondern auch stressfreier. In diesem kompakten Intensivkurs lernen Sie in einem praxisnahes Training mit vielen Übungen Schritt für Schritt, wie Sie Texte und Tabellen strukturiert aufbereiten, Daten sinnvoll auswerten und Dokumente professionell gestalten. Danach arbeiten Sie sicherer, schneller und strukturierter mit den wichtigsten Office-Werkzeugen und gewinnen neue Routine für Ihren Arbeitsalltag. Ideal für alle Berufstätigen, die ihre Office-Kenntnisse auffrischen oder systematisch ausbauen möchten.

Ihre Lernziele:

- Word: Texte und Berichte professionell strukturieren, Tabellen einfügen, Vorlagen nutzen und PDFs erzeugen
- Excel: Daten übersichtlich aufbereiten, Berechnungen mit Formeln durchführen und aussagekräftige Diagramme erstellen

5239

Leitung: Peter Bublinski

Termin: Mittwoch, 11. November, Donnerstag, 12. November, Freitag, 13. November, 09.00 – 16.00 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 149,00 €

Allgemeine Anmeldefrist: 4. November

➔ Dieser Kurs ist nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) als Bildungsurlaub anerkannt. Er ist jedoch auch für allen anderen Interessent*innen buchbar. Die gesetzliche Antragsfrist für einen Bildungsurlaub beträgt sechs Wochen vor Kursbeginn.

Excel professionell einsetzen



■ BILDUNGSURLAUB/INTENSIVKURS

In diesem praxisorientierten Intensivkurs vertiefen Sie Ihre Excel-Kenntnisse und lernen, Daten effizient zu strukturieren, zu analysieren und professionell auszuwerten. Sie entdecken, wie Sie mit intelligenten Funktionen, aussagekräftigen Berechnungen und übersichtlicher Formatierung Ihre tägliche Arbeit deutlich erleichtern. Nach dem Kurs können Sie komplexe Datenmodelle aufbauen, große Datenmengen sicher auswerten und typische Fehlerquellen gezielt vermeiden.

Schwerpunkte des Kurses:

Rechnen mit Excel, Funktionen gezielt einsetzen, Datenreihen und Filtertechniken, Tabellen formatieren

5202

Leitung: Dr. Karl-Heinz Koop

Termin: Dienstag, 03. November, Mittwoch, 04. November, Donnerstag, 05. November, 09.00 – 16.00 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 149,00 €

Allgemeine Anmeldefrist: 08. September

5236

Leitung: Dr. Karl-Heinz Koop

Termin: Dienstag, 23. Februar, Mittwoch, 24. Februar, Donnerstag, 25. Februar, 09.00 – 16.00 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 149,00 €

Allgemeine Anmeldefrist: 16. Februar

➔ Dieser Kurs ist nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) als Bildungsurlaub anerkannt. Er ist jedoch auch für allen anderen Interessent*innen buchbar. Die gesetzliche Antragsfrist für einen Bildungsurlaub beträgt sechs Wochen vor Kursbeginn.



Outlook fürs Büro

■ GRUNKURS

Outlook als „Persönlicher Informationsmanager“ wird oft nur als reines E-Mail-Programm genutzt. Es bietet aber sehr viel mehr. In diesem Tagesseminar lernen Sie die Grundlagen des Programms kennen und bedienen.

Aus dem Inhalt: Grundlagen des Programms und Optionen, Kontakte einrichten und filtern, Termine und Terminserien einrichten, elektronischen Kalender nutzen, Aufgaben einrichten und verwalten, Grundlagen der elektronischen Post.

Computer- und Office-Grundkenntnisse sind Voraussetzung für den Kursbesuch.

5206

Leitung: Dr. Karl-Heinz Koop

Termin: Mittwoch, 17. Februar, 09.00 – 16.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 46,00 €

Anmeldung bis zum 10. Februar

Büroarbeit mit KI: Excel und Word optimieren



■ BILDUNGSURLAUB/INTENSIVKURS

Dieser dreitägige Bildungsurlaub zeigt praxisnah, wie KI-Tools den Büroalltag grundlegend verändern: Dokumente werden per Knopfdruck erstellt, Excel-Auswertungen automatisiert und Routineaufgaben an intelligente Assistenten übergeben. Die Teilnehmenden erlernen den gezielten Einsatz von KI in Microsoft Word, Excel und modernen KI-Assistenten und kehren mit konkreten Werkzeugen und Vorlagen in den Berufsalltag zurück.

Ein sicherer Umgang mit den Office-Programmen Word und Excel ist Voraussetzung für den Kursbesuch.

5203

Leitung: Peter Bierkant

Termin: Montag, 18. Januar, Dienstag, 19. Januar, Mittwoch, 20. Januar, 09.00 – 14.15 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 113,00 €

Allgemeine Anmeldefrist: 11. Januar

→ Dieser Kurs ist nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) als Bildungsurlaub anerkannt. Er ist jedoch auch für allen anderen Interessent*innen buchbar. Die Antragsfrist für einen Bildungsurlaub beträgt sechs Wochen vor Kursbeginn.



Effizientes Arbeiten im Büro mit Office

■ BILDUNGSURLAUB/INTENSIVKURS

Sie arbeiten beruflich viel mit Word, Outlook und Excel? In diesem Seminar lernen Sie die Feinheiten der aktuellen Microsoft Office Programme kennen, die Sie für Ihren Alltag im Büro brauchen. Sie werden die typischen Aufgaben in Büro und Sekretariat mit den Programmen von Office 2024 an Beispielen aus der Praxis ausprobieren und üben. Dabei lernen auch „alte Hasen“ noch neue Möglichkeiten.

Aus dem Inhalt:

In Word Briefe, Berichte und Formulare mit Formatvorlagen erstellen und als Dokumentvorlagen speichern; Serienbriefe erstellen und dafür eigene Datenblätter in Excel erstellen; Mit Excel Tabellen verknüpfen und Daten analysieren; Zellbereiche, Arbeitsblätter und Arbeitsmappen schützen und Mustervorlagen erstellen; Verknüpfen von Word- und Excel-Dateien; In Outlook Kontakte, Termine und E-Mails verwalten; Kontakte aus Outlook in Word-Briefen und Serienbriefen verwenden

Voraussetzung: Gute Grundkenntnisse der Programme von MS-Office.

5205

Leitung: Dr. Karl-Heinz Koop

Termin: Montag, 30. November, Dienstag, 01. Dezember, Mittwoch, 02. Dezember, Donnerstag, 03. Dezember, Freitag, 04. Dezember, 09.00 – 15.00 Uhr, 5 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 215,00 €

Allgemeine Anmeldefrist: 23. November

➔ Dieser Kurs ist nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) als Bildungsurlaub anerkannt. Er ist jedoch auch für allen anderen Interessent*innen buchbar. Die gesetzliche Antragsfrist für einen Bildungsurlaub beträgt sechs Wochen vor Kursbeginn.

Digitale Medien: Internet, Gestaltung, Präsentation & Fotografie

■ KI-Starter Kurs

■ KURS

In diesem kompakten Kurs wird ChatGPT von Grund auf vermittelt: Setup, professionelle Prompting-Techniken sowie sofort einsetzbare Text-Tricks für den Business-Alltag.

Ideal für Einsteiger*innen, die keine Zeit für lange Kurse haben und dennoch souverän starten möchten.

Nach diesem Kurs werden Texte effizienter erstellt, Routineaufgaben schneller erledigt und KI selbstbewusst im Business eingesetzt.

Aus dem Inhalt:

- ChatGPT richtig einrichten und verstehen
- Die wichtigsten Prompting-Frameworks
- 7 praxiserprobte Prompt-Hacks für bessere Texte
- Direkt anwendbare Beispiele für Social Media, E-Mails, Blog-Beiträge
- Prompt-Rezeptbuch für Einsteiger*innen

5501

Leitung: Peter Bierkant

Termin: Samstag, 14. November, 09.00 – 16.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 46,00 €

Anmeldung bis zum 09. November



Recherche mit KI: Wie finde ich die richtigen Informationen?

■ WORKSHOP

Wenn es um Künstliche Intelligenz geht, ist ChatGPT in aller Munde. Doch bei der gezielten Online-Recherche stößt das Tool schnell an seine Grenzen. In diesem Workshop erfahren Sie, welche KI-Tools sich besonders gut für die Informationssuche eignen und wie Sie diese sinnvoll einsetzen können. Sie lernen Plattformen wie Perplexity.AI, den Microsoft Copilot und weitere Recherche-Tools kennen. In kurzen praktischen Übungen probieren Sie verschiedene Anwendungen aus, analysieren Bilder, testen KI-Apps auf dem Smartphone und führen Gespräche mit Chatbots. So erleben Sie, wie Künstliche Intelligenz Ihre Recherche schneller, präziser und vielseitiger machen kann.

5502

Leitung: Peter Bierkant

Termin: Dienstag, 10. November, 16.30 – 20.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 31,00 €

Anmeldung bis zum 03. November

➔ Bitte bringen Sie ein eigenes Gerät (Laptop oder Smartphone) mit und seien Sie bereit, sich bei verschiedenen Tools zu registrieren – mindestens bei Perplexity.AI und dem Microsoft Copilot in der Suchmaschine Bing. Für die Anmeldung wird ein Microsoft-Konto benötigt.

Fotos vom Smartphone und der Kamera auf den PC speichern (Android)

■ VORTRAG MIT PRAXISANTEIL

Bilder machen mit dem Smartphone ist einfach. Aber was macht man dann mit den Fotos? Vielleicht ein Fotobuch? Oder wollen Sie einfach nur den Speicherplatz wieder freigeben? Auf jeden Fall müssen die Bilder vom Smartphone auf den PC. In diesem Kurs wird Ihnen gezeigt, wie das ganz einfach und geordnet zu machen ist. Auch das Wiederfinden der Fotos auf dem PC ist ein Thema, um sie z. B. für ein Fotobuch weiterzuverwenden oder sicher zu archivieren.

Grundlegende Kenntnisse im Umgang mit Smartphone und Computer sind Voraussetzung für den Kursbesuch.

5505

Leitung: Renate Lünenbürger

Termin: Montag, 02. November, 10.00 – 12.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 12,00 €

Anmeldung bis zum 26. Oktober

➔ Dieses Angebot ist nur für Nutzer*innen von Android-Smartphones geeignet. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone und das Ladekabel mit.



Digitale Fotobücher

Von der Bildauswahl bis zur druckfertigen Umsetzung

■ GRUNDKURS

In diesem Grundkurs erwerben Sie grundlegende Kompetenzen in der digitalen Gestaltung von Fotobüchern unter Einsatz der kostenfreien Software des Marktanbieters CEWE.

Sie lernen zunächst die Grundlagen der Fotobuchgestaltung kennen und erhalten Tipps zur Bildauswahl und -bearbeitung. Darauf aufbauend lernen Sie die Funktionen der Software strukturiert kennen und wenden diese schrittweise an. Sie lernen dabei, wie Sie Hintergründe, Layouts, Schriftarten und weitere Designelemente einsetzen, um ein ansprechendes und einzigartiges Fotobuch zu erstellen. Außerdem erfahren Sie, wie Sie Effekte wie Schatten, Rahmen und Filter verwenden können, um Ihre Bilder noch besser zur Geltung zu bringen.

Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, ein professionell gestaltetes Fotobuch zu erstellen. Zudem erhalten Sie wertvolle Tipps zur Bestellung und Druckqualität Ihres Fotobuchs.

Der Kurs richtet sich an Einsteiger*innen, die noch keine Erfahrung mit der Erstellung von Fotobüchern haben oder sich weiter verbessern möchten. Computergrundkenntnisse werden vorausgesetzt. Nach Abschluss des Kurses erhalten Sie einen Gutschein für ein Fotobuch.

Fotos zum Üben werden im Kurs gestellt.

5506

Leitung: Renate Lünenbürger

Termin: Montag, 16. November, Freitag, 20. November, 09.00 – 12.15 Uhr, 2 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 46,00 €, 7-8 TN 35,00 €, ab 9 TN 28,00 €

Anmeldung bis zum 09. November

Fotografieren mit dem Smartphone – so geht's

■ WORKSHOP

Dieser spannende und lehrreiche Fotoworkshop für Einsteiger*innen zeigt eindrucksvoll, wie Jeder sofort mehr Spaß beim Fotografieren mit dem Smartphone haben wird. Welches kreative Potenzial in den kleinen Geräten steckt, lernen die Teilnehmer*innen auf sehr anschauliche Weise. Vor allem wird die klassische Urlaubs- und Reisefotografie ausführlich besprochen. Viele Praxisbeispiele des Dozenten garantieren sofort bessere Fotoergebnisse. Fast alles ist möglich.

Wertvolle theoretische und praktische Tipps sowie viel Wissenswertes zum Fotografieren mit Smartphone & Co. runden diesen Workshop ab.

Der Kursleiter, Wolfgang Hemstege, ist Foto- und Reisejournalist.

5510

Leitung: Wolfgang Hemstege

Termin: Sonntag, 11. Oktober, 09.30 – 16.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 51,00 €

Anmeldung bis zum 05. Oktober

➔ Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit vollem Akku mit zum Kurs.



Reise- und Landschaftsfotografie neu entdecken

Motive sehen lernen für Fotoeinsteiger*innen

■ WORKSHOP

Was unterscheidet ein langweiliges Urlaubsfoto von einem guten Urlaubsfoto?

Die meisten von ihnen kennen das Problem: Nach dem Urlaub befinden sich häufig unzählige meist nur mittelmäßige Fotos auf Speicherkarten oder Smartphones. In diesem Intensivkurs lernen Sie das fotografische Sehen neu. Wir befassen uns umfassend mit den Grundregeln der Bildkomposition in der Fotografie. Viele Fotobeispiele aus der Praxis des Dozenten veranschaulichen eindrucksvoll die Mittel für sofort bessere Bilderergebnisse. Zum Abschluss erhalten Sie wertvolle Tipps und Ideen zur Nachbearbeitung ihrer Fotos.

Dieser Workshop richtet sich an Foto-Einsteige*innen, ist aber auch geeignet, um vorhandenes Basiswissen zu vertiefen.

Der Kursleiter, Wolfgang Hemstege, ist Foto- und Reisejournalist.

5511

Leitung: Wolfgang Hemstege

Termin: Sonntag, 15. November, 09.30 – 16.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 51,00 €

Anmeldung bis zum 09. November

→ Bitte bringen Sie entweder Ihr Smartphone, Ihre Kompaktkamera oder Ihre DSLR mit zum Kurs.

Digitalfotografie für Einsteiger*innen

■ WORKSHOP

Wer eine Digitalkamera in den Händen hält, hat oft viele Fragen. Dieses zweitägige Intensivseminar für Fotografie-Einsteiger*innen liefert die Antworten:

- Wie funktioniert die Kamera?
- Wie stellt man die Belichtung ein?
- Welche Funktionen sind wirklich wichtig?

Die Teilnehmenden lernen, die wichtigsten Parameter – Blende, ISO und Belichtungszeit – gezielt zu steuern und damit ihre Bilder kreativ zu gestalten. Themen wie manuelle Belichtungssteuerung, der bewusste Einsatz von Brennweiten zur Bildgestaltung sowie das Erkennen von Motiven und Licht werden praxisnah vermittelt. Mit anschaulichen Beispielen des Dozenten werden die Grundlagen der Bildgestaltung erklärt – für sichtbar bessere Ergebnisse.

Der Kursleiter, Wolfgang Hemstege, ist Foto- und Reisejournalist.

5512

Leitung: Wolfgang Hemstege

Termin: Samstag, 12. Dezember, Sonntag, 13. Dezember, 09.30 – 16.00 Uhr, 2 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 97,00 €

Anmeldung bis zum 07. Dezember

→ Bitte bringen Sie Ihre Kamera mit vollem Akku mit zum Kurs.



Kommunikation

Leichte Sprache



■ BILDUNGSURLAUB/INTENSIVKURS

Kurze Sätze, einfache Grammatik, direkte Ansprache: Leichte Sprache hilft, komplexe Informationen verständlich zu machen. Sie ist ein wichtiger Beitrag zu Inklusion und Barrierefreiheit. In diesem Bildungsurlaub lernen Sie, wie Sie Texte so gestalten, dass sie wirklich alle Menschen erreichen: durch klare Regeln, gezielte Übungen und praktische Beispiele. Sie erfahren, wie Sie selbst Texte in Leichter Sprache schreiben, bestehende Texte übersetzen und Leichte Sprache mündlich anwenden, im Beruf und im Alltag.

Hinweis: Es wird auf die Grundsätze für Leichte Sprache nach der BITV 2.0 eingegangen sowie auf die kommende DIN SPEC Leichte Sprache.

Was ist Leichte Sprache?

Leichte Sprache ist sehr wichtig.

Das ist gut für viele Menschen.

Sie verstehen dann Texte und Infos besser.

Dann wissen die Menschen mehr.

Und sie können besser entscheiden und selbst bestimmen.

Was lernt man im Kurs?

In diesem Kurs lernen Sie:

Was ist Leichte Sprache?

Wie schreibt man einen Text in Leichter Sprache?

Was sind die Regeln von Leichter Sprache?

Wann benutzt man Leichte Sprache?

Wer ist die Lehrerin?

Die Lehrerin ist Expertin für Leichte Sprache.

Das bedeutet:

Sie kennt sich gut mit Leichter Sprache aus.

Sie schreibt viele Texte in Leichter Sprache.

Sie kann viele Fragen beantworten.

Sie kennt alle wichtigen Regeln für Leichte Sprache.

5702

Leitung: Christiane Biederbeck

Termin: Mittwoch, 13. Januar, Donnerstag, 14. Januar, Freitag, 15. Januar, 09.30 – 15.30 Uhr, 3 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 131,00 €

Allgemeine Anmeldefrist 06. Januar

→ Dieser Kurs ist nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) als Bildungsurlaub anerkannt. Er ist jedoch auch für allen anderen Interessent*innen buchbar. Die Antragsfrist für einen Bildungsurlaub beträgt sechs Wochen vor Kursbeginn.



ERFOLG ENTSTEHT IM MITEINANDER

Praxisimpulse für Führung und Zusammenarbeit

Moderne Arbeitskultur – New Work im kleinen Betrieb

■ VORTRAG

New Work ist längst kein Modewort mehr – es beschreibt eine Arbeitswelt, die von Vertrauen, Selbstverantwortung und einer wertschätzenden Unternehmenskultur lebt. Gerade kleine und mittelständische Unternehmen haben dabei einen entscheidenden Vorteil: kurze Wege, schnelle Entscheidungen und direkte Kommunikation. Doch wie lässt sich New Work im kleinen Betrieb wirklich umsetzen, ohne Strukturen zu überlasten oder Ressourcen zu sprengen?

In diesem Vortrag erhalten Unternehmer*innen, Führungskräfte und Mitarbeitende aus KMU einen praxisnahen Einblick in moderne Arbeitskultur. Ingo Piszczala klärt, was New Work bedeutet – und was nicht – und zeigt konkrete Strategien, um mehr Eigenverantwortung, flexible Abläufe, transparente Kommunikation und stärkere Teamkultur zu entwickeln.

5703

Leitung: Ingo Piszczala

Termin: Dienstag, 06. Oktober, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung bis zum 29. September

Kundenkommunikation – souverän im Umgang mit „schwierigen“ Kund*innen

Freundlich bleiben, egal, wie anstrengend es wird?

■ VORTRAG

Viele kennen diese Situationen: Kund*innen werden laut, fordernd oder unfair – und plötzlich wird es schwer, ruhig und professionell zu bleiben. Doch genau hier zeigt sich echte Kommunikationsstärke.

In diesem interaktiven Vortrag lernen Sie, wie Sie auch in herausfordernden Gesprächen klar, ruhig und gleichzeitig verbindlich bleiben. Im Mittelpunkt steht die Haltung hinter einer gelingenden Kommunikation: Wie können Sie Grenzen setzen, ohne zu eskalieren – und Verständnis zeigen, ohne sich selbst zu übergehen?

Sie erhalten konkrete Impulse für den Umgang mit „schwierigen“ Kund*innen sowie kurze Übungen und Reflexionsanregungen, um Ihre eigene Kommunikation bewusster und souveräner zu gestalten.

5704

Leitung: Britta Hülder

Termin: Dienstag, 20. Oktober, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung bis zum 13. Oktober



Entscheidungen leichter treffen

■ VORTRAG

Ob im Beruf oder im privaten Alltag – oft schieben wir Entscheidungen hinaus oder tun uns schwer, weil wir uns nicht festlegen wollen. In diesem Vortrag lernen die Teilnehmenden einfache und praxiserprobte Methoden kennen, mit denen Entscheidungen klarer und leichter fallen. Es geht darum, die richtige Balance zwischen Bauchgefühl und rationaler Abwägung zu finden, typische Denkfallen zu vermeiden und mehr Sicherheit im Entscheiden zu gewinnen.

Viele Menschen kennen das Gefühl, Entscheidungen zu lange mit sich herumzutragen – aus Angst, etwas falsch zu machen oder wichtige Aspekte zu übersehen. Das kostet Kraft, blockiert und sorgt nicht selten auch für Spannungen mit anderen. Wer lernt, klarer und leichter Entscheidungen zu treffen, gewinnt mehr innere Ruhe, Sicherheit im Alltag und mehr Handlungssicherheit im privaten wie auch im beruflichen Leben.

5708

Leitung: Björn Hansen

Termin: Dienstag, 10. November, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung bis zum 03. November

Erfolgreich delegieren – loslassen ohne Kontrollverlust

■ VORTRAG

Delegieren entlastet nicht nur Führungskräfte, sondern stärkt auch die Entwicklung des Teams – doch gerade in kleinen Betrieben fällt das Loslassen schwer. Dieser Workshop vermittelt praxisnahe Strategien für erfolgreiche Delegation, die Klarheit schafft und Vertrauen fördert.

Inhalte des Vortrags werden unter anderem die fünf größten Delegationsfallen sein. Es wird darum gehen, was delegierbar ist und was nicht und wie man tatsächlich Verantwortung überträgt anstatt nur Aufgaben zu verteilen. Kernelement ist dabei die richtige Kommunikation von Zielen, Erwartungen und Erfolgskriterien. Wer auf diese Weise delegieren kann, stärkt und motiviert im besten Fall Mitarbeiter*innen und nutzt die Delegation als selbst als Führungsinstrument in kleinen und mittelständigen Unternehmen.

5705

Leitung: Ingo Piszczala

Termin: Dienstag, 17. November, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung bis zum 10. November



Führung & Gewaltfreie Kommunikation

Führen mit Klarheit und gleichzeitig in Verbindung bleiben

■ VORTRAG

In diesem interaktiven Vortrag erhalten Sie eine praxisnahe Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation und deren Bedeutung für wirksame Führung. Im Mittelpunkt steht weniger eine Technik, sondern vor allem die innere Haltung: Wie gelingt es, auch in herausfordernden Situationen wertschätzend, klar und gleichzeitig authentisch zu bleiben?

Sie lernen zentrale Prinzipien der GFK kennen und erfahren, wie Sie diese konkret im Führungsalltag nutzen können – zum Beispiel in Mitarbeitergesprächen, bei Konflikten oder wenn es darum geht, klare Grenzen zu setzen.

Durch kurze Übungen und Reflexionsimpulse haben Sie die Möglichkeit, erste Erfahrungen mit der GFK zu sammeln und den Transfer in Ihren eigenen Arbeitskontext vorzubereiten.

5706

Leitung: Britta Hülder

Termin: Dienstag, 01. Dezember, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung bis zum 24. November

Change kompakt – Wandel erfolgreich gestalten

■ VORTRAG

Change ist mehr als eine neue Struktur oder ein neues Tool – es betrifft Menschen. Kleine und mittelständische Betriebe profitieren von kurzen Wegen, direkten Entscheidungen und persönlicher Kommunikation. Wie Veränderung trotzdem gelingt, zeigt dieser Vortrag praxisnah und verständlich.

Im Kern soll es um die Frage gehen, warum Wandel scheitert – und wie er gelingt. Um Wandel erfolgreich zu gestalten, müssen Führungskräfte mit den fünf Phasen des Wandels vertraut sein, um Mitarbeiter*innen Ängste nehmen zu können und sie in den Prozess einzubinden. Der Schlüssel dazu liegt in einer klaren Kommunikation, die es ermöglicht, Widerstände zu erkennen und sie sogar konstruktiv zu nutzen.

Anhand von Beispielen aus kleinen und mittleren Unternehmen zeigt der Vortrag auf, wie auch kleine Schritte bei großen Projekten zum Erfolg führen.

5707

Leitung: Ingo Piszczala

Termin: Dienstag, 15. Dezember, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung bis zum 08. Dezember



Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg

■ KURS

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) ist eine andere Art der Kommunikation, Konfliktlösung und eine Lebenshaltung. Sie ist eine Sprache, die dich mit deinen Mitmenschen verbindet. GFK unterstützt dich dabei, Beziehungen so zu gestalten, dass alle davon profitieren – ob in einem Unternehmen, in einer Bildungseinrichtung oder in der Partnerschaft / Familie. GFK ermöglicht dir ein respektvolles Miteinander auf Augenhöhe, Zufriedenheit und Sinnerfüllung.

Unsere Alltagssprache spricht wenig lebensbereichernde Bedürfnisse an und enthält viele sprachliche Zutaten für innere und äußere Konflikte. Werden deine Bedürfnisse nicht ausreichend gehört oder erfüllt, kommt es schnell zu Unzufriedenheit und Konflikten.

Lerne in diesem Training die Grundlagen der GFK kennen und in praktischen Übungen – z.B. anhand von Situationen und Anliegen aus dem eigenen (Berufs-)Leben – anzuwenden. Dabei geht es nicht nur um die Kommunikation mit anderen Menschen, sondern auch um den inneren Dialog mit dir selbst.

Inhalte sind: die vier Schritte der Kommunikation, die innere Haltung hinter der GFK, die praktische Anwendung im privaten und beruflichen Alltag

5700

Leitung: Britta Hülder

Termin: Freitag, 06. November, 20. November, 27. November, 04. Dezember, 11. Dezember, 14.00 – 17.00 Uhr, 5 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 5-6 TN 107,00 €, 7-8 TN 78,00 €, ab 9 TN 62,00 €

Anmeldung bis zum 30. Oktober

GfK-Wiedersehen

Vertiefen, Entwickeln und Dranbleiben

■ WORKSHOP

Sie haben bereits einen GfK-Workshop besucht? Dieses Seminar bietet die Gelegenheit, Kenntnisse und Fähigkeiten in der Gewaltfreien Kommunikation zu vertiefen und weiterzuentwickeln.

Was erwartet Sie in diesem Workshop?

- Vertiefung der GfK-Prinzipien: Wir werden gemeinsam die Grundlagen der GfK auffrischen und vertiefen, um ein noch tieferes Verständnis für die Kommunikation mit uns selbst und mit anderen zu entwickeln.
- Praktische Übungen: Durch interaktive Übungen und Rollenspiele können die Teilnehmenden das Gelernte direkt anwenden und in einem geschützten Rahmen ausprobieren.
- Austausch und Vernetzung: Nutzen Sie die Gelegenheit, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und bestehende Beziehungen zu vertiefen.

5701

Leitung: Britta Hülder

Termin: Samstag, 23. Januar, 10.00 – 15.15 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 36,00 €

Anmeldung bis zum 15. Januar



Wirtschaft, Recht und Alltag

Rational investieren



Eine Einführung in Aktien und ETFs

■ ONLINEKURS

In Zeiten großer wirtschaftlicher Veränderungen und welt-politischer Umbruchprozesse fällt es oft schwer, die richtigen Anlageentscheidungen zu treffen und Chancen und Risiken optimal abzuwägen.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die den Einstieg in die Welt der Börse wagen möchten. Am ersten Kurstag lernen Sie die Grundlagen: Was sind Aktien? Wie funktionieren Börsen? Welche Anlageklassen gibt es und wie können Sie Chancen und Risiken einschätzen? Am zweiten Kurstag geht es um die praktische Umsetzung: Wir widmen uns der Gewichtung Ihres Portfolios, dem Kauf und Verkauf von Wertpapieren sowie der Recherche geeigneter ETFs. Abschließend beleuchten wir steuerliche Besonderheiten, damit Sie optimal vorbereitet starten können.

Der Kurs bietet keine individuelle Anlageberatung, sondern vermittelt fundiertes Wissen für eine eigenständige Entscheidungsfindung.

5900D

Leitung: Vincent Rost

Termin: Dienstag, 10. November und 17. November, 18.00 – 20.15 Uhr, 2 Termine

Ort: online

Entgelt: 30,00 €

Anmeldung bis zum 08. Oktober

Gold & Co.



Was Anleger*innen über Edelmetalle wissen sollten

■ ONLINEKURS

Gold fasziniert die Menschen seit rund 6.000 Jahren und spielt auch heute noch eine wichtige Rolle in der Geldanlage. In diesem Online-Kurs erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten, in Gold, Silber und andere Edelmetalle zu investieren. Thematisiert werden unter anderem Unterschiede bei Münzen und Barren, steuerliche Aspekte beim Kauf und Verkauf sowie die Einordnung von Edelmetallen im Vergleich zu anderen Anlageformen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

5901D

Leitung: Vincent Rost

Termin: Montag, 30. November, 18.00 – 20.15 Uhr

Ort: online

Entgelt: 18,00 €

Anmeldung bis zum 28. November



Sicherheit in unsicheren Zeiten – mental stark und praktisch vorbereitet

■ PRAXISWORKSHOP ZUM KRISENMANAGEMENT

Die Welt fühlt sich oft unruhig an: Krisen, Veränderungen und Unsicherheiten begleiten unseren Alltag. Umso wichtiger ist es, gut vorbereitet zu sein – innerlich wie äußerlich. In diesem Tagesseminar verbinden wir zwei entscheidende Perspektiven.

Christian Schell von der Feuerwehr Recklinghausen bringt uns näher, was wir für den Ernstfall vorbereiten könne:

Was gehört in einen Notvorrat?

- Welche Dokumente sollte ich griffbereit haben?
- Welche Warnsignale bedeuten was und wie reagiere ich darauf?
- Wo ist der nächste Notfall-Infopunkt in Recklinghausen für mich?

Gleichzeitig richten wir mit **Britta Hülder (Mental Coachin und Trainerin spezialisiert aufs Veränderungsmanagement)** den Blick nach innen:

- Wie bleiben Sie mental stabil, wenn es im Außen unübersichtlich wird?
- Wie können Sie Angst und Stress regulieren und auch in herausfordernden Situationen handlungsfähig bleiben?

In diesem Teil lernen Sie praxistaugliche Strategien kennen, um Ihre psychologische Sicherheit zu stärken und mehr innere Ruhe und Klarheit zu entwickeln.

Das Seminar bietet Ihnen eine ausgewogene Mischung aus Information, Reflexion und alltagstauglichen Übungen.

5903

Leitung: Britta Hülder, Christian Schell

Termin: Samstag, 10. Oktober, 10.00 – 15.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 25,00 €

Anmeldung bis zum 02. Oktober



Foto: vhs





Testamente richtig gestalten

■ VORTRAG

Seinen letzten Willen rechtswirksam zu verfassen, ist eine große Herausforderung. Sich mit dem eigenen Ableben zu beschäftigen, ist die erste zu nehmende Hürde, der man sich stellen muss. Dann kommen die Fragen: Wer soll meinen Nachlass erhalten? Was gibt es zu beachten? Wen sollte ich noch bedenken – und wen vielleicht nicht? Sein Erbe durch ein Testament zu gestalten heißt, Vorsorge zu treffen für seine Angehörigen.

Mit einem rechtswirksam ausgestalteten Testament können spätere Erbstreitigkeiten, die belastend, kosten- und zeitintensiv sind, oftmals vermieden werden. Der Vortrag gibt Interessierten eine Reihe von Hilfestellungen, was es hier zu beachten gibt, und zeigt auf, welche weiteren wichtigen Elemente im Bereich der Spezialtestamente – zum Beispiel bei Patchworkfamilien oder Eltern von Kindern mit einer Behinderung – zu berücksichtigen sind.

5902

Leitung: Petra Scholz

Termin: Dienstag, 27. Oktober, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: 8,00 €

Anmeldung bis zum 20. Oktober

Solarpflicht in NRW



Was muss ich beachten?

■ ONLINE-VORTRAG

Seit dem 01. Januar 2025 gilt in Nordrhein-Westfalen die Pflicht, bei Neubauten sowie bei der Neueindeckung oder -abdichtung von Dächern eine Photovoltaik- oder Solarthermieanlage zu installieren.

In diesem Online-Vortrag erfahren Sie, welche Gebäude betroffen sind, wie Sie die gesetzlichen Vorgaben erfüllen und welche Ausnahmen möglich sind.

Themen sind u. a.:

- Wann gilt die Solarpflicht?
- Wie kann ich die Anforderungen erfüllen?
- Welche Ausnahmen sind vorgesehen?

Zum Abschluss bleibt Zeit für Ihre individuellen Fragen.

5911D

Leitung: Dipl. Ing. Hermann-Josef Schäfer

Termin: Donnerstag, 08. Oktober, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 05. Oktober

→ Der Vortrag richtet sich an Bauherr*innen und Eigentümer*innen sowie alle, die sich über die gesetzlichen Regelungen zur Solarpflicht in NRW informieren möchten.



Meine neue Heizung: Welche Heizung ist für mein Gebäude die richtige?



■ ONLINE-VORTRAG

In diesem Online-Vortrag werden die geltenden gesetzlichen Anforderungen an Heizungsanlagen erläutert und eine Übersicht zu Energieträgern und Heizungsanlagen geboten.

Themen sind u.a.:

- Austauschpflichten gemäß Gebäudeenergiegesetz
- Dürfen aktuell Öl- und Gas-Heizungen noch betrieben werden?
- Welche Alternativen gibt es hierzu? Wärmepumpen, Holzpellet-Kessel, Anschluss an die Fernwärme
- Welche Anforderungen haben die unterschiedlichen Heizungsanlagen?
- Kosten des Austausches der Heizungsanlage
- Kurz und knapp: Fördermittel von Land und Bund für den Austausch der Heizung

Zum Abschluss bleibt Zeit für Ihre individuellen Fragen.

5912D

Leitung: Dipl. Ing. Hermann-Josef Schäfer

Termin: Donnerstag, 05. November, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 03. November

Die Wärmepumpe: Ist sie die richtige Heizung für mein Gebäude?



■ ONLINE-VORTRAG

In diesem Online-Vortrag erfahren Sie alles Wissenswerte über Wärmepumpen.

Themen sind u.a.:

- Ist eine Wärmepumpe für jedes Gebäude geeignet?
- Wie effizient sind Wärmepumpen?
- Welche unterschiedlichen Systeme gibt es? Wasser-Wasser-Wärmepumpen, Sole-Wasser-Wärmepumpen, Luft-Wasser-Wärmepumpen, Luft-Luft-Wärmepumpen
- Kosten der verschiedenen Systeme
- Gibt es Förderungen von Land oder Bund?

Zum Abschluss bleibt Zeit für Ihre individuellen Fragen.

5913D

Leitung: Dipl. Ing. Hermann-Josef Schäfer

Termin: Donnerstag, 12. November, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Online

Entgelt: frei

Anmeldung bis zum 09. November



Sonnenstrom vom Balkon

■ VORTRAG

Solarenergie erzeugen, ohne eine Photovoltaik-Anlage auf dem Dach zu haben, ist einfacher als gedacht. Die Lösung sind Solar-Module, die sich am Balkon, an der Hauswand oder auf dem Garagendach betreiben lassen. Sie produzieren klimafreundlichen Strom, senken die eigenen Stromkosten und machen unabhängiger vom Stromversorger.

5915

Leitung: Kristian Kattenbusch

Termin: Donnerstag, 24. September 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei | **Anmeldung bis zum 21. September**

Sonnenstrom vom Dach

■ VORTRAG

Eine Photovoltaikanlage auf dem Dach kann eine Möglichkeit sein, um unabhängiger vom Stromversorger zu werden und langfristig Kosten zu sparen. Der Vortrag erläutert, welche Chancen die staatlich geförderte Technologie für Privathaushalte bereithält.

5917

Leitung: Kristian Kattenbusch

Termin: Donnerstag, 12. November, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei | **Anmeldung bis zum 09. November**



Die Vorträge auf dieser Seite finden in Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale NRW e.V. statt und werden gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.

Dynamische Stromtarife – eine lohnende Sache?

■ VORTRAG

Immer mehr Stromanbieter bieten dynamische Tarife an. Der Preis ist hier nicht fest, sondern ändert sich in Abhängigkeit zum Börsenpreis, in der Regel stündlich. Der Vortrag erläutert, wie die Tarife funktionieren, für welche Haushalte sie sich eignen und worauf man vor Abschluss eines Vertrags achten sollte.

5914

Leitung: Kristian Kattenbusch

Termin: Donnerstag, 04. Februar, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei | **Anmeldung bis zum 01. Februar**

Ist mein Haus für die Wärmepumpe geeignet?

■ VORTRAG

Eine Wärmepumpe ist nur so gut wie ihre Planung. Doch worauf kommt es wirklich an? Wir werfen einen Blick auf das Zusammenspiel von Dämmung, Heizflächen und moderner Anlagentechnik. Dieser Vortrag vermittelt Ihnen das nötige Basiswissen zur Dimensionierung und Wirtschaftlichkeit, damit Ihr Umstieg auf erneuerbare Energien zum vollen Erfolg wird.

5916

Leitung: Kristian Kattenbusch

Termin: Donnerstag, 25. Februar, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei | **Anmeldung bis zum 22. Februar**

Grundbildung & Schulabschlüsse

Ihre Ansprechpartner*innen



Anne Becker

Planung und Beratung

Telefon: 50-2001

anne.becker@recklinghausen.de



Sabine Südhofer

Sachbearbeitung

Telefon: 50-2007

sabine.suedhofer@recklinghausen.de



Simone Gendorf

Projekt „Abschluss machen“

Telefon: 50-1929

simone.gendorf@recklinghausen.de



Lesen, Schreiben, Rechnen	140
Schulabschlusskurse	142



**Zu den Angeboten
Grundbildung & Schulabschlüsse auf
www.vhs-recklinghausen.de**

Lesen, Schreiben, Rechnen



Lesen und Schreiben zu können, alphabetisiert zu sein in der eigenen Sprache, sind Kernkompetenzen, um in unserer schriftbasierten Gesellschaft Informationen zu nutzen, miteinander zu kommunizieren und sich weiterzubilden.

Grundbildung geht über die reine Alphabetisierung hinaus und umfasst weitere Kenntnisse und Fähigkeiten, die für das tägliche Leben, die aktive Teilhabe an der Gesellschaft und im Beruf erforderlich sind. Dazu gehören mathematische

Kompetenzen, digitale Fertigkeiten und Gesundheitswissen. Auch Schlüsselkompetenzen wie kritisches Denken, das Anwenden von Problemlösungsstrategien und kommunikatives Handeln sind für die Gestaltung der Lebenswirklichkeit wichtig.

Grundbildung ermöglicht selbstbestimmtes Handeln und soziale Teilhabe in einer modernen, wissensbasierten Gesellschaft. Das Nachholen dieser Kompetenzen kann in unterschiedlichen Lebensphasen und persönlichen Übergängen notwendig werden.

Das Lernen in der Grundbildung findet in kleinen Gruppen in einer angenehmen, wertschätzenden und vertrauensvollen Atmosphäre statt. Unsere qualifizierten Kursleiterinnen und Kursleiter vermitteln die Lerninhalte praxisnah und anwendungsbezogen, abgestimmt auf die Bedürfnisse der Lernenden. Dabei bieten sich auch Möglichkeiten zum Austausch mit

anderen Kursteilnehmenden, die ähnliche Erfahrungen machen. Unsere Angebote im Grundbildungsbereich richten sich an Erwachsene jeden Alters, die grundlegende Alltagskompetenzen aufbauen oder erweitern möchten.

Informieren Sie Menschen in Ihrer Umgebung, z.B. Familienangehörige, Patient*innen oder Kolleg*innen über die Angebote an der VHS.

Bildungsgrund

Grundbildung macht das Leben leichter. Du kannst mehr selbst entscheiden. Du kannst besser arbeiten. Du kannst besser verstehen, was um dich herum passiert. Grundbildung gibt dir Sicherheit und Freiheit. Sie hilft dir, deine Zukunft selbst zu gestalten. In diesem Kurs lernen wir viel über uns selbst. Wir finden zusammen heraus, Wie und Was jeder weiter lernen möchte.

6801 Grundbildung intensiv

Termin: Montag bis Freitag, ab 05. Oktober, 09.00 – 13.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

6802 Grundbildung intensiv

Termin: Montag bis Freitag, ab 09. November, 09.00 – 13.00 Uhr

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

→ Das Projekt Bildungsgrund wird mit Mitteln des Landes NRW gefördert.

gefördert durch:

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



Lesen und Schreiben

■ KURS

Die Kurse zum Lesen und Schreiben sind für alle offen. Für junge Leute und ältere Leute. Wir wollen besser lesen und schreiben.

Die Gruppe ist klein.

Es kostet nichts.

Die Anmeldung ist bei Frau Becker. Sie sagt welcher Kurs passt.

Im Grundkurs werden Buchstaben geübt. Einfache Wörter und kurze Sätze werden gelesen und geschrieben.

Wenn Sie mit uns lernen wollen, rufen Sie Frau Becker an: 02361/50-2001.

6101 Grundkurs

Leitung: Barbara Wille

Termin: Montag und Donnerstag, ab 07. September, 16.30 – 18.00 Uhr, 18 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

6102 Erweiterungskurs

Leitung: Barbara Wille

Termin: Montag und Donnerstag, ab 07. September, 15.00 – 16.30 Uhr, 18 Termine

Ort: Willy-Brandt-Haus

Entgelt: frei

Lesen und Schreiben im Alltag

■ EXKURSION

Die Teilnehmenden der Grundbildungskurse beschäftigen sich im Kursverlauf mit dem Ökosystem Wald. Der Besuch der Ausstellung mit öffentlichen Verkehrsmitteln wird zur Herausforderung. Es muss recherchiert und reserviert werden.

Die Ausstellung „Mythos Wald“ im Gasometer Oberhausen bietet einen Blick auf die vielfältige Bedeutung des Waldes. Man erlebt eine Mischung aus großformatigen Fotografien, interaktiven Stationen und wissenschaftlichen Informationen zu Biodiversität, Klimawandel und Waldökosystemen.

Fahrtkosten und Eintrittsgelder sind selbst zu zahlen.

6104

Leitung: Barbara Wille

Treffpunkt: Hauptbahnhof Recklinghausen

➔ Nur für Teilnehmende der Grundbildungskurse

Foto: Gasometer Oberhausen/Kilian Schoenberg



Schulabschlusskurse

Es gibt gute Gründe, als Erwachsener einen Schulabschluss nachzuholen oder zu verbessern. Die Chancen für die Integration in den europäischen Arbeitsmarkt werden erhöht oder der Weg zu neuen beruflichen Qualifizierungen wird eröffnet. Im Schulabschlusslehrgang der Volkshochschule Recklinghausen, können Sie den Ersten Schulabschluss (Hauptschulabschluss), den Erweiterten Ersten Schulabschluss (Klasse 10) sowie den Mittleren Schulabschluss erreichen. In unseren Kursen vermitteln erfahrene Lehrkräfte nicht nur das nötige Wissen, sondern stehen Ihnen auch mit Rat und Tat zur Seite, um Ihre individuellen Lernziele zu erreichen. Durch die sozialpädagogische Begleitung erhalten Sie Unterstützung in Alltagsfragen und bei Ihrer beruflichen Orientierung.

Die Kurse der VHS Recklinghausen finden in der Regel abends statt und können neben Beruf und Familie besucht werden. Einzelfachbelegungen oder ein Seiteneinstieg zum Januar sind bei entsprechenden Vorleistungen möglich. Lehrgänge im Vormittagsbereich können in Marl oder Gelsenkirchen besucht werden.

Der Lehrplan orientiert sich an den kompetenzorientierten Kernlehrplänen des Landes NRW. Am Ende der Lehrgangsschnitte werden zentral organisierte Prüfungen durchgeführt. Die Abschlüsse sind staatlich anerkannt.

Vorraussetzungen für eine Teilnahme sind die Erfüllung der allgemeinen Schulpflicht und der Berufsschulpflicht, ein Mindestalter von 17 Jahren und gute Deutschkenntnisse mindestens auf dem Niveau B1/B2. Die Bereitschaft zu regelmäßiger Anwesenheit und Lernbereitschaft auch zu Hause wird erwartet.

Die Anmeldung erfolgt nur nach persönlicher Beratung. Schrei-

ben Sie eine E-Mail an anne.becker@recklinghausen.de oder melden Sie sich unter 02361-50 2001. Zu diesem Gespräch bringen Sie bitte einen Lebenslauf und eine Kopie des letzten Zeugnisses mit.

Schulabschluss – Jetzt!

■ INFOVERANSTALTUNG

Sie möchten einen Abschluss erreichen oder verbessern, um Ihre Chancen auf dem Ausbildungs- oder Arbeitsmarkt zu erhöhen? Um im Unternehmen weiter zu kommen brauchen Sie den nächsten Schulabschluss? Bei dieser Veranstaltung erhalten Sie nützliche Informationen über das Wie, Wo und Wann – auch in den Nachbarstädten. So wird ein Lehrgang gefunden, der zu Ihnen, auch mit 40+, passt.

6201

Leitung: Anne Becker

Termin: Dienstag, 25. August, 17.00 Uhr

Entgelt: frei

Anmeldung erbeten



Schreiben, Rechnen und Englisch bis zum Niveau des Hauptschulabschlusses können Sie mit dem **Lernportal des Deutschen Volkshochschulverbandes** trainieren.

Schulabschluss ESA, 1. Semester

■ LEHRGANG

6230

Leitung: Qualifizierte Lehrkräfte

Termin: Montag bis Donnerstag, ab 31. August, 18.00 – 21.15 Uhr, 15 Wochen, außer NRW-Ferien

Entgelt: 15,00 €

Schulabschluss (EESA/MSA), 3. Semester

■ LEHRGANG

6220

Leitung: Qualifizierte Lehrkräfte

Termin: Montag bis Freitag, ab 26. August, 18.00 – 21.15 Uhr, 15 Wochen, außer NRW-Ferien

Entgelt: 15,00 €

Abitur an Weiterbildungskollegs in NRW

■ INFOVERANSTALTUNG

Es ist nie zu spät für einen höheren Schulabschluss. Unabhängig vom Alter können Sie an einem Weiterbildungskolleg in NRW das (Fach-)Abitur nachholen. Damit Sie die Einrichtungen des Zweiten Bildungsweges der Region kennenlernen, bietet die VHS in Kooperation mit dem Weiterbildungskolleg Emscher-Lippe diese Veranstaltung an. Sie erhalten umfassende Informationen über die Eingangsvoraussetzungen und Fördermöglichkeiten, über die unterschiedlichen Kurssysteme und Brückenkurse. Auch zum Abitur online gibt es Informationen.

6202

Leitung: Anne Becker

Termin: Freitag, 11. Dezember, 17.00 Uhr

Entgelt: frei

Anmeldung erbeten



Du möchtest mehr über die Schulabschlüsse der VHS erfahren, dann schau' doch einmal auf der Website www.abschlussmachen.de nach.



Allgemeine Geschäftsbedingungen

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule (VHS) der Stadt Recklinghausen, Stand: Juni 2026

1. Allgemeines

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle Veranstaltungen der VHS.

2. Teilnahmebedingungen

Die VHS dient als kommunale Einrichtung der Weiterbildung von Erwachsenen und Jugendlichen nach Beendigung der allgemeinen Schulpflicht. Weitere Adressatengruppen sind bei den entsprechenden Veranstaltungen benannt.

3. Beratung

Die Studienleitung berät Sie gerne bei Fragen zu Kursinhalten, Methoden oder Eingangsvoraussetzungen. Wenn Sie an einer Veranstaltung im Bereich „Deutsch als Zweitsprache“ oder an einem Schulabschlusslehrgang teilnehmen möchten, nehmen wir Ihre Anmeldung nur persönlich nach einer individuellen Beratung an.

4. Anmeldung

Die Teilnahme an einer Veranstaltung setzt grundsätzlich eine rechtzeitige Anmeldung voraus. Folgende Anmeldeformen sind möglich:

- schriftlich: Anmeldeformulare finden Sie im Programmheft
- E-Mail und Internet: vhs@recklinghausen.de und www.vhs-recklinghausen.de
- Telefon: 02361/ 50-2000
- persönlich: in der Geschäftsstelle der Volkshochschule der Stadt Recklinghausen

Die Anmeldung ist verbindlich. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung. Falls der Kurs wegen einer zu geringen Anzahl an Teilnehmenden nicht zustande kommt, benachrichtigen wir Sie rechtzeitig.

5. Anzahl von Teilnehmenden

Kurse und Seminare können nur durchgeführt werden, wenn die zuvor festgelegte Mindestanzahl von Teilnehmenden erreicht ist. Bei Nichter-

reichen der kalkulierten Mindestteilnehmendenzahl zu Kursbeginn ist die VHS nicht verpflichtet den Kurs durchzuführen. Alternativ besteht seitens der VHS auch die Möglichkeit, Kurse zusammenzulegen.

6. Entgelt

Rechtsgrundlage für die Erhebung der Entgelte ist die Entgeltordnung für die Volkshochschule der Stadt Recklinghausen in der jeweils gültigen Fassung. Die Entgeltordnung liegt in der VHS aus oder kann online über www.vhs-recklinghausen.de eingesehen werden. Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmende die Entgeltordnung für die VHS der Stadt Recklinghausen in der jeweils geltenden Fassung an; diese wird Bestandteil des Vertrages. Sonstige Nebenkosten (Unterrichtsmaterial, Gerätepauschalen, Lebensmittelumlagen, Fahrtkosten, Eintrittsgelder und Mietkosten für Veranstaltungen, die nicht in Räumlichkeiten der VHS stattfinden) werden gesondert berechnet und sind nicht vom Entgelt umfasst.

Mit der Anmeldung verpflichten sich die Teilnehmenden verbindlich zur Zahlung des im Programmheft abgedruckten Preises. Bei einigen Kursen gelten sogenannte Staffelpreise.

Die Staffelung richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmenden im Kurs und ist in den einzelnen Studienbereichen unterschiedlich geregelt. Mit ihrer Anmeldung verpflichten sich die Teilnehmenden verbindlich zur Zahlung des jeweils höchsten Staffelpreises. Sollten bei Kursbeginn ausreichend Anmeldungen vorliegen, ist von den Teilnehmenden – je nach Anzahl der angemeldeten Teilnehmenden – lediglich ein niedriger Staffelpreis zu zahlen. Die Details sind jeweils online unter www.vhs-recklinghausen.de angebotsgenau aufgeführt und nachzulesen. Weitere Informationen erhalten Sie von der jeweiligen Studienleitung.

7. Zahlungsweise

Die Entgelte und der Verwaltungskostenbeitrag werden mit der Anmeldung fällig (Barzahlung oder Lastschriftverfahren.) Bei einer online Anmeldung ist das Zahlen durch PayPal möglich. Bei Teilnahme am Lastschriftverfahren wird das Entgelt nebst Verwaltungskostenbeitrag jeweils in dem Monat nach Beendigung der jeweiligen Veranstaltung/ dem Kursende abgebucht, es sei denn, es sind durch Vorgaben Dritter andere Zahlungsmodalitäten (z. B. BAMF) festgelegt. Für die Teilnahme am Lastschriftverfahren ist ein SEPA-Mandat erforderlich. Alternativ ist auch eine Barzahlung oder Zahlung per Girocard in der VHS-Geschäftsstelle möglich. Wenn Sie keine dieser Zahlungsarten nutzen möchten und wir Ihnen eine Rechnung per Post zukommen lassen, berechnen wir hierfür eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 5,00 € (Ausnahmen:

Integrationskurse und Firmenschulungen). Bei Studienreisen, Bildungsurlauben u.ä. Veranstaltungen wird die Fälligkeit und Zahlungsweise veranstaltungsbezogen geregelt. Die Zahlungspflicht bleibt bestehen, auch wenn sie nicht oder nur teilweise an der gebuchten Veranstaltung teilnehmen und/oder bei nicht rechtzeitigem Rücktritt.

8. Ermäßigung und Befreiung

Für Veranstaltungen der VHS sind Ermäßigungen möglich (siehe Entgeltordnung). Falls Sie eine Ermäßigung/Befreiung beantragen wollen, wenden Sie sich bitte an die VHS-Geschäftsstelle. Ein um 40% ermäßigtes Entgelt kann auf Antrag Auszubildenden, Schülern*innen, Vollzeit-Studierenden bis 25 Jahren, Freiwilligendienst-Leistenden, Inhaber*innen vom Recklinghausen-Pass (Informationen unter www.recklinghausen.de), Auswärtigen Teilnehmenden mit Sozialpässen, Inhaber*innen der Jugendleitercard gewährt werden. Gegebenenfalls ist für Kinder und Jugendliche aus Familien mit geringem Einkommen eine Förderung durch das Bildungs- und Teilhabepaket möglich. Information und Beratung unter www.recklinghausen.de/but.

Als Voraussetzung für die Gewährung der Ermäßigung gilt die Vorlage eines entsprechenden schriftlichen Nachweises bei Anmeldung. Bei telefonischen und Online-Anmeldungen haben Sie eine Woche Zeit, den Nachweis einzureichen. Spätere Ermäßigungen sind nicht möglich. Dann wird das volle Entgelt fällig. Ermäßigungen und Befreiungen gelten nur für das Kursentgelt. Die Verwaltungskosten von 5,00 € sind immer zu zahlen. Prüfungsentgelte sind von der Ermäßigungsregelung ausgeschlossen. Für Tagesfahrten, Veranstaltungen nach dem ArbG und kostendeckend angebotenen Sonderveranstaltungen sind Ermäßigungen oder Befreiungen ausgeschlossen.

9. Anmeldeinformationen und Datenschutz

Für die Zulassung und die Entgelterhebung ist bei der Anmeldung die Angabe des Familiennamens, des Vornamens sowie der Anschrift erforderlich. Bei der Anmeldung zu Online-Angeboten ist die Angabe einer E-Mail-Adresse erforderlich. Für Lastschriftverfahren sind die Nennung der Bankverbindung und ein unterschriebenes SEPA-Mandat zur Abwicklung des Zahlungsvorgangs notwendig. Die Angabe der Telefon- und Faxnummer oder der E-Mail-Adresse ist für die Benachrichtigung bei Veranstaltungsänderungen erforderlich. Die Angaben zu Geburtsjahr werden für statistische Zwecke erhoben. Diese Datenschutzbestimmungen der VHS sind unter www.vhs-recklinghausen.de abrufbar. Diese Datenschutzbestimmungen stehen im Gebäude der VHS auch zur Einsichtnahme zur Verfügung oder können bei der VHS in schriftlicher Form

angefordert werden.

10. Gutscheine

In der VHS-Geschäftsstelle können Sie Gutscheine über einen bestimmten Betrag oder für einen bestimmten Kurs erwerben. Die Gutscheine haben eine gesetzliche Gültigkeit von drei Jahren ab Ausstellungsdatum.

11. Abmeldung/Rücktritt/Kursausfall

Sie können sich bis zu zwei Wochen vor Beginn einer Veranstaltung schriftlich bei der VHS-Geschäftsstelle abmelden. Bei Tagesfahrten jedoch spätestens am Tag des Anmeldeschlusses. Eine Abmeldung bei der Kursleitung ist nicht möglich. Nur bei fristgerechtem Eingang der Abmeldung vor Kursbeginn kann eine Erstattung des Kursentgeltes erfolgen. Bei Abmeldungen erhebt die VHS eine Verwaltungskostenpauschale in Höhe von 5,00 € je Kurs. Für Bildungsurlaubskurse muss die Abmeldung spätestens vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn bei der VHS eingegangen sein. Verweigert Ihr Arbeitgeber gem. § 5 ArbG die Freistellung für den Bildungsurlaubskurs, bitten wir um Übersendung der entsprechenden Mitteilung. In dem Fall werden keine Verwaltungskosten erhoben. Bei Abmeldungen nach Kursbeginn erfolgt keine Erstattung. Wird eine Veranstaltung durch die VHS abgesagt, besteht keine Zahlungspflicht und Sie bekommen bereits geleistete Zahlungen in voller Höhe erstattet. Weitere Ansprüche können gegenüber der VHS nicht geltend gemacht werden. Von der uns gegebenen Abbuchungsermächtigung machen wir in diesem Falle keinen Gebrauch. Sollten in einem laufenden Kurs Termine ausfallen, werden sie benachrichtigt. Sollte die Veranstaltung aufgrund unvermeidbarer, außergewöhnlicher Umstände („höhere Gewalt“), die von keiner der Vertragsparteien zu vertreten sind, nicht durchgeführt werden, können beide Parteien von dem Vertrag zurücktreten und werden von ihren Leistungspflichten befreit. Zu diesen unvermeidbaren und außergewöhnlichen Umständen zählen neben den Fällen der „höheren Gewalt“ wie z.B. Naturkatastrophen, Streik, Krieg, auch Epidemien sowie aus diesen resultierende behördliche Veranstaltungsverbote. Gegenseitige Schadensersatzansprüche sind in diesen Fällen ausgeschlossen.

12. Organisatorische Änderungen

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch bestimmte Dozierende durchgeführt wird, auch wenn Dozierende namentlich angekündigt wurden. Die VHS kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern. Muss eine Veranstaltung aus von der VHS nicht zu vertretenden Gründen ausfallen, kann sie nachgeholt

werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Der/die Teilnehmende kann die Teilnahme an der Veranstaltung kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen der organisatorischen Änderung unzumutbar ist. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der erbrachten Teilleistung zur gesamten Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für den Vertragspartner unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für den Vertragspartner wertlos ist.

13. Hausordnung

Die Hausordnung der jeweiligen Schulungsorte ist zu beachten.

14. Haftung

Die VHS haftet gegenüber Teilnehmenden an Kursen/Veranstaltungen der VHS Recklinghausen bezüglich einer Schädigung der Rechtsgüter Leben, Körper oder Gesundheit für einfache Fahrlässigkeit. Für alle sonstigen Schäden wird die Haftung auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit beschränkt – dies gilt insbesondere auch für Verlust und Schädigung von Eigentum der Kursteilnehmenden. Es werden keine Kosten erstattet, die durch vergebliche Anreise bei kurzfristigen Ausfällen entstehen, wenn der VHS die Benachrichtigung von Teilnehmenden auf Grund fehlender Daten nicht möglich war. Auch weitergehende Schadensersatzansprüche in diesem Zusammenhang sind ausgeschlossen. Für Druckfehler wird keine Haftung übernommen, Irrtümer vorbehalten. Unsere Angaben sind freibleibend und unverbindlich.

15. Aufnahmen durch Wort-, Bild- und Tonträger

Aufnahmen der jeweiligen Veranstaltung durch Wort-, Bild- und Tonträger sind nicht gestattet.

16. Schlussbestimmungen

Das Recht, gegen Ansprüche der VHS aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch gerichtlich festgestellt oder von der VHS anerkannt worden ist. Ansprüche gegen die VHS sind nicht abtretbar.

17. Widerrufsbelehrung bei Fernabsatzgeschäften (online, telefonisch/ per E-Mail oder per Fax getätigte Anmeldungen)

Ein Fernabsatzgeschäft liegt dann vor, wenn der Vertrag unter ausschließlicher Verwendung von Fernmeldekommunikationsmitteln zustande kommt (z.B. durch Anmeldung im Internet oder durch E-Mail, Briefwechsel, Telefax, Telefon). In diesem Fall steht Ihnen auf Grund

gesetzlicher Vorschriften ein Widerrufsrecht zu.

Widerrufsrecht: Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen Ihren Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beginnt ab dem Tag des Vertragsschlusses, jedoch nicht, vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246a § 1 Abs. 2 S. 1 Nr. 1 EGBGB.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (VHS Recklinghausen, Herzogswall 17, 45657 Recklinghausen, E-Mail: vhs@recklinghausen.de, Fax: 02361-50-9-1991, Tel.: 02361-50-2000) mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief oder einer E-Mail) über Ihren Entschluss, den Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das Muster-Widerrufsformular verwenden, welches Sie unter www.vhs-recklinghausen.de finden. Die Verwendung des Musters ist jedoch nicht vorgeschrieben. Sie können Ihr Widerrufsrecht auch online unter www.vhs-recklinghausen.de ausüben. Wenn Sie diese Online-Funktion nutzen, übermitteln wir Ihnen auf einem dauerhaften Datenträger (per E-Mail) unverzüglich eine Eingangsbestätigung mit Informationen zum Inhalt der Widerrufserklärung sowie dem Datum und der Uhrzeit ihres Eingangs.

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

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

Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag (Wertsersatz) 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. Das heißt: Unterrichtet, an dem Sie bis zu Ihrem Widerruf teilgenommen haben, müssen Sie anteilig bezahlen. Die Zahlung des Wertersatzes muss innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung.

Besondere Hinweise: Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

WDR 2



Bleibt neugierig

#LASS ES RAUS

und werde
jetzt Dozent* in
in der vhs!



Lass es raus

Dein Talent verdient es, gesehen und
geteilt zu werden. Melde dich einfach unter:
[info@vhs-recklinghausen.de!](mailto:info@vhs-recklinghausen.de)

vhs 