

# Programm 1|2025



**VHS-  
Semestereröffnung  
mit Bidla Buh  
am 15. Januar 2025,  
19.30 Uhr**

**vhs**

**Gladbeck**



Haus der VHS  
Friedrichstraße 55:  
Ort vieler VHS-Veranstaltungen und Sitz  
der VHS-Geschäftsstelle



## INHALTSVERZEICHNIS

- 3 VHS aktuell**  
(u. a. Übersichten zu Vorträgen)
- 12 Fachbereich 1**  
Gesellschaft, Politik, Länderkunde
- 26 Fachbereich 2**  
Umwelt/Technik
- 34 Fachbereich 3**  
EDV/neue Medien
- 44 Fachbereich 4**  
Wirtschaft, kfm. Praxis, Recht
- 50 Fachbereich 5**  
Deutsch als Fremdsprache/  
Zweitsprache
- 54 Fachbereich 6**  
Fremdsprachen
- 68 Fachbereich 7**  
Familie, Persönlichkeitsbildung,  
Rhetorik
- 74 Fachbereich 8**  
Kulturelle Bildung:  
Kunst, Literatur, Musik
- 80 Fachbereich 9**  
Musisches und kreatives Gestalten
- 88 Fachbereich 10**  
Gesundheitsbildung: Fitness,  
Prävention, Entspannung, Heilkunde
- 100 Fachbereich 11**  
Hauswirtschaft: Kochen und Nähen
- 106 Fachbereich 12**  
Grundbildung und Schulabschlüsse
- 110 Allgemeine Informationen**
- 114 Datenschutz**
- 120 Stichwortverzeichnis**



## VHS-GESCHÄFTSSTELLE

### Haus der VHS

Friedrichstraße 55, 45964 Gladbeck  
Telefon 0 20 43 / 99 24 15  
Telefax 0 20 43 / 99 14 11 oder 99 14 16  
Internet: [www.vhsgladbeck.de](http://www.vhsgladbeck.de)  
E-Mail: [vhs@stadt-gladbeck.de](mailto:vhs@stadt-gladbeck.de)  
[www.facebook.com/vhsgladbeck](https://www.facebook.com/vhsgladbeck)

### Öffnungszeiten:

#### montags bis mittwochs

9.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 16.00 Uhr

#### donnerstags

9.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 17.30 Uhr

#### freitags

9.00 - 13.00 Uhr und nach Vereinbarung

Geänderte Öffnungszeiten  
in den Schulferien.

## SO EINFACH MELDEN SIE SICH AN!

### Schriftliche Anmeldung

Sie können sich online über die Homepage der VHS, per E-Mail, Fax, auf dem Postweg oder durch Einwerfen Ihrer Anmeldekarte in den Hausbriefkasten der VHS anmelden.

Füllen Sie Ihre Anmeldung aus und schicken diese mit unterschriebener Abbuchungserklärung (SEPA-Lastschrift) an die VHS.

### Persönliche Anmeldung

Sie können in das Haus der VHS kommen, sich dort bei der Kurswahl beraten lassen und persönlich anmelden.

Sie zahlen den Teilnahmebetrag entweder bargeldlos per Abbuchungsermächtigung (SEPA-Lastschrift) oder in bar.

### Telefonische Anmeldung

Anmeldungen werden im Haus der VHS unter der Ruf-Nr. 0 20 43 / 99 24 15 entgegen genommen – mit Erteilung einer Abbuchungsermächtigung (SEPA-Lastschrift).

### Und die Bestätigung?

Eine Anmeldebestätigung durch die VHS erfolgt nicht. Finden Sie sich bitte an dem im Programm genannten Termin und Ort ein. Falls Ihr Kurs bereits ausgebucht ist oder nicht durchgeführt werden kann, erhalten Sie umgehend eine Mitteilung.

### Weitere Informationen

**u.a. zur Ermäßigung der Entgelte finden Sie auf den letzten Seiten dieses VHS-Programms.**



## Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Freund:innen der Volkshochschule!

Mit dem vorliegenden Programm blicken wir schon in das Frühjahr 2025. Die Semestereröffnung möchten wir wieder mit Ihnen und viel guter Laune am 15. Januar in der Mathias-Jakobs-Stadthalle feiern. Als Gäste begrüßen wir drei junge Herren aus Hamburg, die mit uns ihr 25-jähriges Bühnenjubiläum zelebrieren. Sie beherrschen nicht nur eine Reihe von bekannten und weniger bekannten Instrumenten, sondern sie kommen auch gentlemanlike daher. Ausgestattet mit feinstem Outfit haben die Jungs von Bidla Buh Musik-Comedy der besonders schrägen Art im Gepäck. So erwartet uns zum Jahresanfang eine gute Mixtur aus Humor, Heiterkeit und musikalischen Überraschungen.

Politisch wird das Frühjahr durch die vorgezogene Bundestagswahl besonders interessant. Aber auch international bleiben die politischen Entwicklungen angespannt. Daher werden wir versuchen den Nahost-Konflikt mit dem früheren Nahost-Korrespondenten der ZEIT, Michael Lüders, zu analysieren. Für Deutschland und die Europäische Union werden auch im neuen Jahr der Krieg in Osteuropa und die Entscheidungen in den Vereinigten Staaten unter Präsident Trump von besonderer Bedeutung sein. Mit der


WDR-Journalistin Antje Passenheim schauen wir noch einmal ganz genau über den „großen Teich“ und versuchen die Auswirkungen für NRW abzuschätzen. Und direkt nach der Bundestagswahl skizziert uns eine noch nicht namentlich genannte Diplomatin aus dem Auswärtigen Amt die Schwerpunkte der deutschen Außenpolitik in unübersichtlichen Zeiten. Darüber hinaus spricht Prof. Dr. Klaus-Peter Hufer über Argumente gegen den Populismus in politischen Debatten.

Zwei weitere empfehlenswerte Vorträge im Frühjahr sind die Beiträge von Gülkiz Yazir zur Ermittlungsgruppe „Cold Cases“ der Dortmunder Kriminalpolizei und der Vortrag zum Ende des Zweiten Weltkriegs vor 80 Jahren. Frau Yazir ist die leitende Staatsanwältin und berichtet über die Methoden und Erfolge der Ermittlungsgruppe, die sich mit ungelösten Mordfällen – die mehr als 30 Jahre zurückliegen – beschäftigt. Der Militärhistoriker Dr. Ludger Tewes lebt in Gladbeck und forscht seit vielen Jahren an der Universität Potsdam. Er gibt einen tiefen Einblick auf die Geschehnisse in Gladbeck während des alliierten Luftkriegs.

In unserer beliebten Reihe „Fernsicht“ wandert der fotografische Blick nach Europa. Zunächst stellt uns Deutschlands einziger 3D-Multivisionsreferent Stephan Schulz auf der Großbildleinwand Südtirol und die Dolomiten vor. Wie stets im Frühjahr entführt uns Hartmut Krinitz in seiner neuesten Multivision tief in den Westen, in die bezaubernde Bretagne. Und mit Robert Neu entdecken wir das magische Baltikum. Darüber hinaus zeigt uns einer der jüngsten Fotoreferenten, Niklas Bahn aus Köln, wie man nach dem Abitur erst einmal die Welt studiert und Clemens Schmale bringt uns des Orients unbekanntes Riesens, Saudi-Arabien, näher.

Aber das ist nur ein kleiner Ausschnitt von dem, was die Volkshochschule für Sie im Frühjahr zusammengestellt hat. Meine Empfehlung: Nehmen Sie sich das Programm in einer gemütlichen Stunde zur Hand und schauen Sie ganz in Ruhe!

Mit herzlichen Grüßen



**Dirk Langer**  
VHS-Leiter

## Schnieke Jungs aus Hamburg kommen zur Semestereröffnung: Bidla Buh – das Jubiläumsprogramm zu 25 Jahren live auf den Brettern der Republik!

Bühne frei für drei Casanovas der norddeutschen Tiefebene, die nicht mehr ganz taufrischen, aber knusprigen Hanseaten Hans Torge, Ole und Frederick. Mit roter Rose im Knopfloch und Pomade im Haar, gestopfter Trompete und raffiniertem Schlagwerk, schmeichelnder Jazzgitarre und samtweicher Stimme. Im aberwitzigen Tempo brausen die schicken Herren durch die Musikgeschichte: Regenschirme tanzen zu „Singin In The Rain“, Fussballfans flöten auf wohltemperierten Bierflaschen eine Symphonie

der schönsten Hymnen und Beethovens „Für Elise“ auf dem Miniatur-Xylophon.

Musik-Comedy der Spitzenklasse. Vorgetragen von grandiosen Entertainern und Experten der guten Laune zum Jahresanfang.

**Mittwoch, 15.1.2025, 19.30 Uhr**  
**Mathias-Jakobs-Stadthalle, Friedrichstr. 53**  
**VVK 22 Euro / Abendkasse 24 Euro /**  
**ermäßigt 12 Euro (inkl. eines Freigetränks)**





Das  
hauptamtliche  
VHS-Team



**Dirk Langer**  
Leiter der VHS  
Tel.: 99 24 49  
Fachbereiche  
1, 2, 4, 7, 8  
E-Mail: dirk.langer@stadt-gladbeck.de



**Agnes  
Smeja-Lühr**  
Stellvertr.  
Leiterin der VHS  
Tel.: 99 24 18  
Fachbereiche  
2, 3, 9 und  
Kommunales Kino  
E-Mail: agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de



**Silvia Gómez**  
Fachbereichs-  
leiterin  
Tel.: 99 24 55  
Fachbereiche 5, 6  
E-Mail: silvia.gomez@stadt-gladbeck.de

**Dr. Edesa  
Paheshti**  
Fachbereichs-  
leiterin  
Tel.: 99 23 09  
und 47 93 758  
Fachbereiche 10, 11, 12  
E-Mail: edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de



**Marion  
Feldmann**  
Verwaltungs-  
leiterin  
Tel.: 99 22 81  
E-Mail: marion.feldmann@stadt-gladbeck.de



**Susanne  
Jörling**  
Anmeldung  
Tel.: 99 24 15  
E-Mail: susanne.joerling@stadt-gladbeck.de



**Kerstin  
Zocher**  
Sekretariat  
Tel.: 99 22 32  
E-Mail: kerstin.zocher@stadt-gladbeck.de



**Sylvia  
Riedel**  
Schreibbüro  
Tel.: 99 24 13  
E-Mail: sylvia.riedel@stadt-gladbeck.de

**Stefanie  
Schwerdtfeger**  
Verwaltung  
Fachbereich  
„Deutsch als  
Zweitsprache“  
Tel.: 99 27 14  
E-Mail:  
stefanie.schwerdtfeger@stadt-gladbeck.de



**i**  
**Abenddienst  
im Haus der VHS**  
Tel.: 99 24 15

**Abenddienst im  
Fritz-Lange-Haus**  
Tel.: 99 23 76

## Weiterbildung auf Bestellung



Die VHS Gladbeck bietet Ihnen einen besonderen Service: Über die im VHS-Programm ausgewiesenen Angebote hinaus können z.B. Gruppen oder Firmen ein individuell zugeschnittenes Lernprogramm bestellen – z.B. EDV-Kurse für kleinere Gruppen.

**Bitte wenden Sie sich an uns – wir planen gezielt nach Ihrem Bedarf.**

## Tickets online



Karten für unsere Vortragsveranstaltungen können Sie ab sofort wieder bequem über unseren Online-Ticket-Service bestellen.

Interessierte rufen dazu die Homepage der VHS ([www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)) auf und erwerben ihre Karten über den Link „Tickets online“. So lassen sich z.B. Karten für die VHS-Semestereröffnung mit LaLeLu am 30. August 2023 in der Mathias-Jacobs-Stadthalle bestellen oder auch für die Filmvorführungen im Kommunalen Kino.

**Ihr direkter Weg zu Tickets online:**



## Freitag ist Kintag!

Seit seiner Gründung im Oktober 1978 hat sich das von der VHS organisierte Kommunale Kino zu einer festen Institution in unserer Stadt entwickelt. Jeden Freitag zeigen wir im Kinosaal in der Stadtbücherei ausgewählte Filme unterschiedlicher Genres. Daneben führen wir zahlreiche Sonderveranstaltungen durch, z.B. für Schulklassen am Vormittag. Außerdem können Sie das KOKi auch für eine Privatveranstaltung buchen.

Haben Sie weitere Fragen oder einen Filmwunsch? Dann melden Sie sich gern bei der Leiterin des Kommunalen Kinos, Agnes Smeja-Lühr, unter Tel. 99 24 18.

**Jeden Freitag  
Kommunales Kino  
im Studio der Stadtbücherei**

Vorverkauf und Programm in der VHS und unter [www.vhsgladbeck.de](http://www.vhsgladbeck.de)



## Qualitätsmanagement – die VHS ist zertifiziert!



Seit 2008 ist die VHS Gladbeck nach dem internationalen Qualitätssiegel DIN EN ISO 9001:2015 zertifiziert.

**Die Qualitätsbeauftragte der VHS ist:**  
Silvia Gómez, Tel. 99 24 55,  
Mail: [silvia.gomez@stadt-gladbeck.de](mailto:silvia.gomez@stadt-gladbeck.de)

## Die VHS dankt...



Buchhandlungen, Geldinstituten, öffentlichen Einrichtungen, Geschäftsstellen der Zeitungen, Apotheken und vielen anderen Verteilerstellen für die Auslage des VHS-Programms. Außerdem gilt der Dank allen Inserenten, die mit ihrer Anzeige zur Finanzierung dieser Broschüre beitragen.

## VHS als Prüfungszentrum für Sprachenzertifikate



Die Europäischen Sprachenzertifikate **TELC** können nur an akkreditierten Prüfungszentren erworben werden.

Die VHS Gladbeck gehört mit anderen Volkshochschulen zum „Prüfungszentrum Kooperation Emscher-Lippe-Region“, das in allen angebotenen Sprachen bei Bedarf Prüfungen organisieren kann.

**Nähere Informationen bei Silvia Gómez,  
Tel. 99 24 55.**



### **Ausblick:** **Christian Schulte-Loh**

Mit Christian Schulte-Loh kommt zur Herbstsemestereröffnung Deutschlands bekanntester Comedian in England zu uns.

Noch dazu ist es für ihn ein Heimspiel, denn Christian Schulte-Loh kommt ursprünglich aus Haltern am See. Ab Herbst 2025 ist der in London „ausgebildete“ Doppelagent des Humors mit seinem neuesten Programm unterwegs.

Gewohnt schlagfertig, clever und gewitzt geht Christian Schulte-Loh der Frage nach, ob wir Deutschen vielleicht am Ende doch lustiger sind als die Engländer?

*„Schulte-Loh besticht mit britischem Humor. Mitreißend und erfrischend charmant.“*  
(WAZ)



### **Rückblick:** **Auf dem „Holzweg“ mit 300 begeisterten Zuhörer:innen**

Am 11. September läutete die Volkshochschule ganz offiziell vor 300 Zuhörer:innen das neue Herbstsemester in der Mathias-Jakobs-Stadthalle ein. VHS-Leiter Dirk Langer begrüßte die drei virtuosens Musiker von Wildes Holz mit ihrem Jubiläumsprogramm „25 Jahre auf dem Holzweg“. Seit nunmehr einem Vierteljahrhundert präsentieren sie die gemeine Blockflöte in ihrer vielfältigen Erscheinungsform als Lead-Instrument auf den Bühnen der Republik – und begeistern das Publikum.

Tobias Reisinger an unglaublichen Blockflötenvarianten, Markus Conrads mit Bassgeige, Mandoline und Säge sowie Johannes Behr an der versierten Jazz-Gitarre gaben mit Eigenkompositionen und gekonnten Cover-Versionen ein großartiges Konzert. Mit „Walk on the wild side“, dem Lou Reed-Klassiker, oder „Sheena is a Punkrock“ von den Ramones und spätestens bei „Highway to hell“ flogen ein paar Löcher aus der guten alten Blockflöte. Dem Publikum hat es sichtlich gefallen.





## Ermäßigung für VHS-Veranstaltungen



### Sympathischer Abend mit Andrea Petkovic in der VHS

- Schüler:innen, Vollzeitstudierende, Auszubildende, Bundesfreiwilligendienstleistende und Teilnehmende am Freiwilligen Sozialen oder Ökologischen Jahr erhalten eine Entgeltermäßigung von 50 %.
- Inhaber:innen der Gladbeck-Card oder vergleichbarer Dokumente anderer Gemeinden, Leistungsberechtigte nach SGB II (Arbeitslosengeld II) oder SGB XII (Sozialhilfe/Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung) und nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten eine Entgeltermäßigung von 75 %.
- Die Entgeltermäßigung gilt für Kurse und Seminare, aber auch für Vortragsveranstaltungen und Vorführungen des Kommunalen Kinos.
- Inhaber:innen der Gladbeck-Card erhalten – soweit sie 16 Jahre und älter sind und Arbeitslosengeld II oder Sozialhilfe beziehen – ein Mal im Jahr einen VHS-Gutschein für die entgeltfreie Teilnahme an einem Kurs oder Seminar.

Weitere Informationen in der VHS-Geschäftsstelle (0 20 43 / 99 24 15) oder speziell zur Gladbeck-Card im Bürgeramt (0 20 43 / 99 29 99).

## Digitalisierung in der VHS



Neben der Online-Anmeldung zu Kursen und Exkursionen sind auch Karten für Vorträge der VHS und Filmvorführungen im Kommunalen Kino online buchbar. Zudem wird auch der Unterricht immer häufiger um digitale Komponenten erweitert, so z. B. durch die Nutzung eines fünften vor kurzem angeschafften interaktiven **Whiteboards** in der (ehem.) Markuskirche.

Im ausverkauftem Lesecafé der Stadtbücherei begrüßte Dirk Langer am 18. September die ehemalige Tennis-Weltklassespielerin Andrea Petkovic. In ihrem aktuellen Buch ging es um den Abschied von der Profikarriere und den Einstieg in ein normales Leben.

Andrea Petkovic beschrieb sehr ausführlich das Leben als Tennisprofi, wie z. B. die Gefühle nach einem gewonnenen Match, aber auch die Zweifel, wenn der Schlagarm schmerzte oder sich schließlich die Erkenntnis durchsetzte, es reicht nicht mehr. Heute ist sie – neben dem Schreiben – als Kommentatorin bei den großen Turnieren dabei.

Zwischen den Buchkapiteln beantwortete sie die zahlreichen Fragen aus dem Publikum und stand bis zum letzten Fan für ein Selfie zur Verfügung.



© Dirk Langer

## 45 Jahre mit Gitarre und Herzblut an der Volkshochschule

Im vergangenen Jahr konnte der erfahrene Dozent Norbert Gerbig auf 45 Jahre Kursleitertätigkeit an der Volkshochschule Gladbeck zurückblicken. Als echtes Urgestein leitete **Norbert Gerbig** in dieser Zeit nicht nur zahlreiche Kurse und Spielkreise für Folk-gitarre, sondern bereicherte die VHS-Arbeit auch durch seine engagierte Mitwirkung an verschiedenen Projekten, u. a. als musikalischer Gast bei VHS-Abendveranstaltungen oder als Mitorganisator des internationalen Konzerts „Die Macht der Musik“ im Jahr 2018.

Aktuell leitet er einen Spielkreis, in dem Hits und Oldies aus dem Rock-, Pop- und Liedermacherbereich an der Gitarre begleitet werden.

Die Volkshochschule dankt Norbert Gerbig ganz herzlich für sein langjähriges Engagement und freut sich auf die weitere Zusammenarbeit!



Norbert Gerbig mit Kursteilnehmern



Hier eine Übersicht unserer aktuellen Veranstaltungen:

**Semestereröffnung:  
25 Jahre Bidla Buh –  
Das Jubiläumsprogramm!**

Nr. 800, Mi, 15.1.2025, 19.30 Uhr

**Peter Leitzen:  
Philosophisches  
Abend-Café**

Nr. 801, Di, 4.2.2025,  
18.30 Uhr

**Stephan Schulz:  
Südtirol und die  
Dolomiten**

Multivision in 3D  
auf Großleinwand

Nr. 150, Fr, 7.2.2025, 19.30 Uhr



Peter Leitzen

**Dr. Volker Jakob:  
Gladbeck und der Kommunismus**

Nr. 105, Di, 11.2.2025, 18.30 Uhr

**Niklas Bahn:  
Jetzt studiere ich erstmal – die Welt!  
7 Jahre Backpacking. 70 Länder**

Beamer-Vortrag

Nr. 153, Do, 13.2.2025, 19.00 Uhr

**Hartmut Krintz:  
Bretagne – Land im Meer**

Multivision auf Großleinwand

Nr. 151, Fr, 21.2.2025, 19.30 Uhr

**Townhall-Gespräch  
mit einer Vertreter:in des  
Auswärtigen Amts aus Berlin  
Außenpolitik hautnah!**

Vortrag und Diskussion

Nr. 104, Di, 25.2.2025, 19.00 Uhr

**Abteilung Stadtentwässerung:  
Starkregenvorsorge**

Vortrag

Nr. 200, Di, 11.3.2025, 19.00 Uhr

**Dr. Hajo Hackstein:  
Vernachlässigung und  
Misshandlung von Kindern**

Vortrag mit Diskussion

Nr. 700, Do, 13.3.2025, 19.30 Uhr

**Dr. L. Joseph Leid:  
Ein „Halleluja“ auf Leonard Cohen –  
Vortrag über sein Leben**

Vortrag

Nr. 804, Do, 13.3.2025, 19.00 Uhr



© Hartmut Krintz



**Nutzen Sie auch  
für den Kauf Ihrer  
Eintrittskarten die  
Ticket-Bestellung  
online!**







Michael Lüders © Christoph Mukherjee

## **Michael Lüders: Krieg ohne Ende?**

Vortrag mit Diskussion

Nr. 100, Mo, 17.3.2025, 19.30 Uhr

## **Jürgen Wiebicke:**

### **Erste Hilfe für Demokratie-Retter**

Vortrag mit Diskussion

Nr.101, Di, 18.3.2025, 19.30 Uhr

## **Frau Höpker bittet zum Gesang!**

Das Mitsingkonzert

Nr.860, Fr, 21.3.2025, 19.30 Uhr

## **Antje Passenheim: Trump ohne Halten?**

Vortrag mit  
Diskussion

Nr. 102,  
Mo, 24.3.2025,  
19.30 Uhr



Antje Passenheim

## **Gülkiz Yazir: Die Ermittlungsgruppe „Cold Cases“ – weil Mord nicht verjährt!**

Vortrag mit Diskussion

Nr. 108, Di, 25.3.2025, 19.00 Uhr

## **Robert Neu: Das magische Baltikum – Menschen, Mythen, Mittsommer**

Multivision auf Großleinwand

Nr. 152, Fr, 28.3.2025, 19.30 Uhr



© Robert Neu

## **Prof. Dr. Klaus-Peter Hufer: Argumente gegen Stammtisch- parolen und Populismus aus der Mitte der Gesellschaft**

Vortrag und Diskussion

Nr. 103, Do, 3.4.2025, 19.00 Uhr

## **Clemens Schmale: Des Orients unbekannter Riese – Entdeckungen in Saudi Arabien**

Beamer-Vortrag

Nr. 154, Di, 8.4.2025, 19.00 Uhr

## **Ralph Eberhard Brachthäuser: Ein kommunistischer Überfall? Die „Saalschlacht bei Kiekenberg“ am 2. März 1932**

Vortrag und Diskussion

Nr. 106, Do, 10.4.2025, 19.00 Uhr

## **Züleyha Elemen: Mein Kind wächst mehrsprachig auf**

Vortrag mit Diskussion

Nr.701, Di, 29.4.2025, 18.30 Uhr

## **Dr. Ludger Tewes: Gladbeck im alli- ierten Luftkrieg von 1939-1945**

Vortrag und Diskus-  
sion

Nr.107, Do, 8.5.2025,  
19.00 Uhr



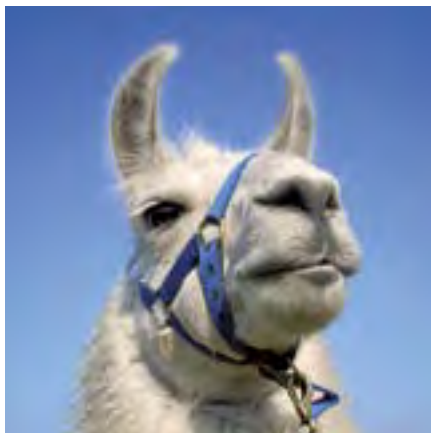
Dr. Ludger Tewes



Gülkiz Yazir



Stauder-Brauerei



© Prachtlamas



Verwaltungsgebäude Emschergenossenschaft Essen

### Hier eine aktuelle Übersicht der beliebten Angebote:

#### **Die Lichtburg – historisches Kino in der Essener Innenstadt**

Nr. 806, Fr, 10.1.2025, 11.00 - 13.30 Uhr

#### **Das „Emscherhaus“ in Essen**

Nr. 213, Do, 30.1.2025, 15:00 - 17.00 Uhr

#### **Neue Synagoge in Gelsenkirchen**

Nr. 110, Mi, 5.2.2025, 17.00 - 18.30 Uhr

#### **Trainingsbergwerk Recklinghausen**

Nr. 409, Do, 27.2.2025, 13.45 - 17.00 Uhr

#### **Die Stauder-Brauerei in Essen**

Nr. 410, Di, 11.3.2025, 14.00 - 16.30 Uhr

#### **Deutsche Rockwool GmbH & Co. KG**

Nr. 411, Do, 27.3.2025, 14.00 - 16.30 Uhr

#### **Antwerpen: Jüdisches Viertel und historische Altstadt**

Nr. 115, So, 30.3.2025, 7.00 - 20.30 Uhr



Ihr direkter Weg zur  
**VHS-Homepage**

#### **Lama-Park-Wanderung**

Nr. 220, So, 30.3.2025, 11.00 - 13.00 Uhr

Nr. 221, Sa, 26.4.2025, 11.00 - 13.00 Uhr

Nr. 222, Fr, 13.6.2025, 17.00 - 19.00 Uhr

#### **Wildes aus Blüten, Blättern, Wurzeln, Beeren und Samen**

Nr. 217, Mi, 2.4.2025, 17.30 - 19.30 Uhr

Nr. 218, Mi, 4.6.2025, 17.30 - 19.30 Uhr

#### **Bemerkenswerte Orgeln in unserem Heimatkreis Recklinghausen**

Nr. 807, Do, 10.4.2025, 08.30 - 17.00 Uhr

#### **Kleve, der Niederrhein und Nimwegen**

Nr. 116, Sa, 26.4.2025, 7.45 - 19.30 Uhr

#### **Bocholt und das LWL-Museum Textilwerk**

Nr. 117, Di, 29.4.2025, 8.30 - 18.30 Uhr

#### **Rathaus-Tour**

Nr. 112, Mi, 30.4.2025, 14.00 - 16.15 Uhr

#### **Gouda – historische Käse-Stadt in den Niederlanden**

Nr. 118, Mo, 12.5.2025, 7.00 - 20.00 Uhr

#### **Werksbesichtigung des Mercedes-Benz Werk in Düsseldorf**

Nr. 412, Do, 15.5.2025, 12.30 - 14.30 Uhr

#### **Radexkursion „Kunst am Kasten“**

Nr. 226, Sa, 17.5.2025, 14.00 - 18.30 Uhr



© Dr. Briese



Historisches Rathaus  
© Stadt Bocholt



© Mercedes-Benz AG

### Marc Chagall – Kunstausstellung

Nr. 808, Di, 20.5.2025, 9.00 - 19.00 Uhr

### Weltkulturerbe Corvey und Hansestadt Hörter

Nr. 119, Mi, 21.5.2025, 7.30 - 20.15 Uhr

### Bad Salzuflen und Porta Westfalica

Nr. 120, Do, 22.5.2025, 08.30 - 20.30 Uhr

### Giethoorn – das kleine Venedig der Niederlande

Nr. 121, Sa, 24.5.2025, 7.00 - 19.30 Uhr



Marc Chagall, Liebespaar mit rotem Hahn  
© VG-Bild-Kunst Bonn 2024



Konrad Adenauer Haus Pavillon Rhöndorf

### Führung über den alten jüdischen Friedhof in Gelsenkirchen

Nr. 111, Mi, 4.6.2025, 17.00 – 18.30 Uhr

### Besuch des Konrad-Adenauer-Hauses in Rhöndorf und des Drachenfelsens

Nr. 122, Mi, 4.6.2025, 8.00 – 20.00 Uhr

### Mit dem Rad zum 50er Jahre Museum in Datteln

Nr. 227, Sa, 14.6.2025, 10.30 - 19.30 Uhr



Trainingsbergwerk  
© Rainer Stobbe



© Bad Salzuflen Touristik

### Besuch der Hansestadt Doesburg

Nr. 123, Do, 26.6.2025, 8.30 – 20.30 Uhr

### Maastricht – eine der schönsten Städte Hollands

Nr. 124, Fr, 27.6.2025, 7.30 - 20.30 Uhr

### Die Umgestaltung des Emschersystems

Nr. 210, So, 6.7.2025, 13.30 – 18.30 Uhr



Doesburg, De Waag  
© Michiel Verbeek





## Fachbereichsleitung

**Dirk Langer**

Leiter der VHS

Tel.: 99 24 49

E-Mail: [dirk.langer@stadt-gladbeck.de](mailto:dirk.langer@stadt-gladbeck.de)

**Gesellschaft,  
Politik &  
Länderkunde**

**100**  
**Michael Lüders: Krieg ohne Ende?**  
 Vortrag mit Diskussion

Tod, Vertreibung, Hunger: Der Großangriff der Hamas auf Israel am 7. Oktober 2023 hat einen neuen, verheerenden Krieg ausgelöst. Mittlerweile hat die Gewalt die gesamte Region in Brand gesetzt, vom Libanon über den Jemen bis in den Iran – mit schwerwiegenden Konsequenzen auch für Deutschland und Europa.

Nahostexperte Michael Lüders klärt über die „Hintergründe der Konfrontation zwischen Juden und Arabern auf, die im 19. Jahrhundert ihren Anfang nahm. Er erzählt von der Staatswerdung Israels 1948, der Vertreibung der Palästinenser, von der israelischen Siedlerbewegung und dem Aufstieg der Hamas. Und er stellt die Haltung der Bundesregierung infrage, die unter Berufung auf die »Staatsräson« den unkritischen Schulterabschluss mit einer ultrarechten israelischen Regierung sucht.“, so der Verlagstext zum aktuellen Buch.



Michael Lüders  
 © Christoph Mukherjee

Wo verläuft die Grenze zwischen Israelkritik und Antisemitismus? Ist die Zweistaatenlösung noch realistisch? Wie kann es Frieden im Nahen Osten geben? Das sind die wesentlichen Fragen, auf die Michael Lüders an diesem Abend versucht Antworten zu geben.

**Michael Lüders** lebt als Politikberater, Publizist und Autor in Berlin. Er studierte arabisches Literatur in Damaskus, Islamwissenschaften, Politologie sowie Publizistik in Berlin und promovierte über das ägyptische Kino. Er arbeitete als Dokumentarfilmer für den SWR und den WDR. Darüber hinaus war er langjähriger Nahost-Korrespondent der Wochenzeitung DIE ZEIT. Zuletzt war Michael Lüders im Frühjahr 2022 mit seinem Buch „Hybris am Hindukusch“ zu Gast in der Volkshochschule.

**Leitung:** Michael Lüders  
**Termin:** Mo, 17.3.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Lesecafé der Stadtbücherei, Friedrich-Ebert-Str. 8  
**Eintritt:** 7,00 € / Schüler:innen und Studierende 3,50 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.

**101**  
**Jürgen Wiebicke: Erste Hilfe für Demokratie-Retter**  
 Vortrag mit Diskussion

Unsere liberale Demokratie ist in Gefahr. Rechtsradikale Abgeordnete und Sympathisanten haben keine Hemmungen mehr, völlig unverhohlen ihre Gesinnung zu zeigen, und sie treiben die demokratischen Kräfte vor sich her. Wie können wir unsere Demokratie und die offene Gesellschaft verteidigen gegen die immer radikaler und dreister werdenden Verächter – auch jenseits der Wahlkabine und der Großdemonstrationen? Wie andere ermutigen, mitzumachen?

nern: Demokratie ist keine Selbstverständlichkeit, wir müssen sie immer wieder aufs Neue verteidigen.

**Jürgen Wiebicke** moderiert seit 16 Jahren wöchentlich „Das philosophische Radio“ auf WDR 5. Er hat seit 2013 mehrere Bücher veröffentlicht und gehört zu den Programm-machern der phil.Cologne. Er lebt in Köln.

**Leitung:** Jürgen Wiebicke  
**Termin:** Di, 18.3.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55



Jürgen Wiebicke  
 © Bettina Fürst-Fastre

Der Journalist Jürgen Wiebicke gibt uns griffige Regeln an die Hand, mit deren Hilfe jeder von uns jederzeit anfangen kann. Vor der eigenen Haustür. Im Alltag. Denn, und daran müssen wir uns immer wieder erin-

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist telefonisch unter 02043-992415 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 7 Tage vor dem Termin möglich!

**Gesucht & nicht gefunden?**  
**Bitte nennen Sie uns Ihre Programmwünsche.**



102

### Antje Passenheim: Trump ohne Halten?

Vortrag mit Diskussion

Nach seinem Erdrutschsieg bei der Wahl im November 2024, kann der – mit Pausentaste – wiedergewählte US-Präsident Donald Trump nun richtig „durchregieren“: mit Mehrheiten in Kongress und Oberstem Gericht – und einem Immunitätsurteil. Kann den Republikaner das in seiner Rage gegen die Demokraten beschwichtigen? Oder wird Trump seine zweite Amtszeit tatsächlich zum Rachefeldzug gegen seine politischen Gegner machen? Wie empfinden das die Menschen im Land?

Eins hat Trump auch bei dieser haushoch gewonnenen Wahl nicht errungen: die Liebe seiner Heimatstadt New York. In der Demokraten-Hochburg ist der Immobilienmogul groß geworden. Doch im Schatten seines Trump Towers wurde der ungeliebte Sohn der Stadt als erster Ex-Präsident der US-Ge-

sellschaft – neben zahlreichen weiteren juristischen Verwicklungen – zum Straftäter verurteilt.

Die größte US-Metropole wird Trump weiter die Stirn bieten: Wenn es um seine Prozesse geht genauso wie in der Migrations- oder Abtreibungspolitik. Trump und New York: Keine Love Story.

**Antje Passenheim** hat von Juli 2019 bis Juli 2024 das ARD-Hörfunkstudio in New York geleitet. Als Korrespondentin berichtete sie über die Vereinten Nationen und die Wallstreet bis zum Broadway. Ihre Zeit war besonders geprägt vom Umgang der UN



Antje Passenheim

mit den Kriegen in der Ukraine und im Gazastreifen, von Wahlkämpfen oder den Prozessen gegen Ex-Präsident Trump. Die USA sind Antje Passenheim gut vertraut: Mehr als sechs Jahre arbeitete sie als Reporterin in Washington DC. Für die ARD, die Deutsche Welle, die Deutsche Presse Agentur und die „taz“ berichtete sie aus vielen Teilen des Landes. Seit August 2024 ist Antje Passenheim landespolitische Korrespondentin des WDR in Düsseldorf.

**Leitung:** Antje Passenheim

**Termin:** Mo, 24.3.2025, 19.30 - 21.00 Uhr

**Ort:** Lesecafé der Stadtbücherei, Friedrich-Ebert-Str. 8

**Eintritt:** 7,00 € / Schüler:innen und Studierende 3,50 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.

103

### Prof. Dr. Klaus-Peter Hufer:

### Argumente gegen Stammtischparolen und Populismus aus der Mitte der Gesellschaft

Vortrag und Diskussion

„Asylanten sind Sozialschmarotzer“, „Wer Arbeit will, der findet auch welche“, „Ausländer sind kriminell“, „Wegen der vielen Flüchtlinge kann sich keine Frau mehr auf die Straße trauen“ oder „Das sind doch alles nur Wirtschaftsflüchtlinge“ – Stammtischparolen wie diese kommen meistens plötzlich und unerwartet, sie kommen aus der Mitte der Gesellschaft, sie sind populär und populistisch. Äußerungen dieser Art nehmen aber auch leider zu. Wer mit ihnen konfrontiert wird, fühlt sich überrumpelt, will reagieren, aber es fällt einem nichts Passendes ein. Was kann man sagen, was tun? Was steckt hinter diesen Parolen? Welches Weltbild, welches Politikverständnis wird damit transportiert? Welche Argumente, Fakten und Informationen können den populistischen Parolen und Sprüchen

entgegengesetzt werden? Doch werden sie im Zeitalter verbreiteter Fake News überhaupt akzeptiert? Um diese Fragen geht es in dem interaktiven Vortrag. Die Antworten werden mit Bezug auf die Psychologie von Vorurteilen und die Ursachen und Erscheinungsformen von Rassismus, Rechtspopulismus und Rechtsextremismus gegeben.

**Prof. Dr. Klaus-Peter Hufer**, an der Universität Duisburg-Essen tätiger Politologe und Erwachsenenbildner, hat ein Argumentationstraining gegen Stammtischparolen entwickelt. Es ist ein vielfach erprobtes, in Deutschland, Österreich, der Schweiz und Luxemburg bekanntes Training gegen Populismus, Diskriminierung und Pauschalverurteilung.



Klaus-Peter Hufer

**Leitung:** Klaus-Peter Hufer

**Termin:** Do, 3.4.2025, 19.00 - 21.00 Uhr

**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist entweder telefonisch unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 7 Tage vor dem Termin möglich!



**104**  
**Townhall-Gespräch mit einem**  
**Vertreter / einer Vertreterin**  
**des Auswärtigen Amts aus Berlin –**  
**Außenpolitik hautnah!**

Vortrag und Diskussion



Auswärtiges Amt  
 © photothek.net

Das neue Format „Townhall-Gespräch“ richtet sich an Kommunen sowie Einrichtungen der Erwachsenenbildung. In der Volkshochschule wird an diesem Abend ein Diplomat/ eine Diplomatin aus dem Auswärtigen Amt für ein direktes Gespräch mit den Bürger:innen zu Gast sein. Hier werden Grundsätze, Hintergründe und Einschätzungen der deutschen Außenpolitik zur gegenwärtig herausfordernden Weltlage unmittelbar dargelegt und können selbstverständlich auch kritisch mit dem Experten diskutiert werden.

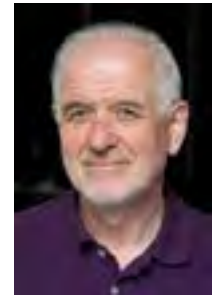
**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Di, 25.2.2025, 19.00 - 20.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist entweder telefonisch unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 7 Tage vor dem Termin möglich!

**105**  
**Dr. Volker Jakob: Gladbeck und der Kommunismus –**  
**Gedanken über eine politische Idee in Theorie und Praxis**  
 Vortrag und Diskussion

Es war im Revolutionsjahr 1848, als zwei Männer, der Rabbinersohn Karl Marx und der Fabrikantensohn Friedrich Engels, das Kommunistische Manifest veröffentlichten. Dieser Vortrag beschäftigt sich mit der Geschichte der kommunistischen Ideen sowie mit den Gründungen kommunistischer Parteien überall in Europa. Nach der Oktoberrevolution 1917 und der Gründung der Sowjetunion wurde Moskau zum Zentrum der kommunistischen Internationale. Die Ideale der Freiheit und Gerechtigkeit pervertierten zu einem Terrorsystem, das vermeintliche Abweichler von der einzig richtigen Parteilinie millionenfach brutal verfolgte und ermordete. 1990 brach die Sowjetunion zusammen. Auch in Deutschland kam es nach dem Desaster der Weltkriegsniederlage zu einer Revolution. Und gerade in Gladbeck kämpften die Arbeiter 1919 und 1920, angeführt von der soeben gegründeten KPD-Gruppe, um ihre Rechte. Es gab Tote und Verletzte. Die Nationalsozialisten hatten es hier vor und auch nach der Macht ergreifung schwer. Sozialdemokraten und Kommunisten wurden verfolgt und ermordet. Das hat tiefe Spuren in der kollektiven Erinnerung Gladbecks hinterlassen. Und darüber soll heute, mehr als 100 Jahre danach, offen und ehrlich gesprochen werden.

**Dr. Volker Jakob** ist Historiker und war lange Zeit Referatsleiter im Bild-, Film- und Tonarchiv des LWL-Medienzentrums für Westfalen in Münster. Er ist Autor verschiedener Veröffentlichungen zur Foto- und Filmgeschichte Westfalens.



Dr. Volker Jakob

Die VHS führt diese Veranstaltung zusammen mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde durch.

**Leitung:** Dr. Volker Jakob  
**Termin:** Di, 11.2.2025, 18.30 - 20.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Eintritt:** 7,00 € / Schüler:innen und Studierende 3,50 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.

**VHS-Forum Erziehung**

Bitte beachten Sie die folgende Veranstaltung im **Fachbereich 7** zur Erziehungspraxis:

**700**  
**Dr. Hajo Hackstein: Vernachlässigung und Misshandlung von Kindern**  
 Vortrag mit Diskussion

**Termin:** Do, 13.3.2025, 19.30 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Lesecafé der Stadtbücherei, Friedrich-Ebert-Str. 8



106

### Ralph Eberhard Brachthäuser: Ein kommunistischer Überfall? Die „Saalschlacht bei Kiekenberg“ am 2. März 1932

Vortrag und Diskussion

Die letzten Jahre der Weimarer Republik waren geprägt von der Gewalt zwischen den politischen Extremen – auch in Gladbeck. Trauriger Höhepunkt war die berüchtigte „Saalschlacht bei Kiekenberg“ in Zweckel, bei der Kommunisten, Nationalsozialisten und Sozialdemokraten aufeinander prallten. Zwei Tote und zahlreiche Verletzte und Schwerstverletzte blieben auf der Strecke. Die Ermittlungen, in die sich auch das Justizministerium in Berlin einschaltete, zogen sich über Monate hin. Sie wurden Anfang 1933 eingestellt auf Grund eines Amnestiegesetzes vom 9. Dezember 1932 – im Deutschen Reichstag gemeinsam beschlossen von KPD, NSDAP und SPD.

Schon im unmittelbaren Nachgang war die blutige Auseinandersetzung vom März 1932 politisch instrumentalisiert worden, und bis heute halten sich verfälschende Darstellungen. Denn von Beginn an wurden allgemein bekannte Fakten weggelassen und der „dichterischen Freiheit“ in der Beschreibung des Ereignisses breiter Raum gewährt. Nach dem Ende der NS-Diktatur verschwanden maßgebliche Akten des Reichsjustizministeriums und des Preußischen Innenministeriums in den Geheimarchiven der SED-Diktatur. Seit über drei Jahrzehnten sind sie der Forschung wieder zugänglich, fanden bislang aber keine weitere Beachtung. Mit ihrer Hilfe bietet sich nun ein genaueres und umfassenderes Bild der damaligen gewalttätigen Auseinandersetzungen in Gladbeck.

Der Vortrag blickt auf das Geschehen von vor über 90 Jahren und kann mit zahlreichen bislang unbekanntem Details aufwarten. Dabei setzte er sich auch kritisch mit Teilen der Gladbecker „Erinnerungskultur“ auseinander. Er regt den Abschied von Stereotypen sowie eine notwendige Neubewertung auf Grund wissenschaftlicher Erkenntnisse an.



Pfarrer Brachthäuser  
© Pfarrer Brachthäuser-Stiftung

**Ralph Eberhard Brachthäuser**, geb. 1962, Studium der Philosophie und katholischen Theologie mit Schwerpunkt Kirchengeschichte an der Ruhr-Universität Bochum und der Päpstlichen Universität Gregoriana in Rom, 1990 Priesterweihe, verschiedene Kaplansstellen, dabei auch Lehrtätigkeit an einem Gymnasium, 1998 bis 2010 letzter Pfarrer von Heilig Kreuz in Gladbeck-Butendorf. Gründer der Pfarrer Brachthäuser-Stiftung und Leiter des Stiftshauses Gladbeck. Zahlreiche Veröffentlichungen auch zur Gladbecker Geschichte, unter anderem *Mit Leidenschaft für unsere Stadt, Die Frauen und Männer des ersten Gladbecker Stadtrates (2019)*, *Roter Terror – Gladbeck in der Märzkrise 1920 (2020)*, *Chronik der Firma A. Küster (2021)* und *Der Ruhrkrieg in Gladbeck 1923–1925 (2 Bände 2024/25)*.

Die VHS führt diese Veranstaltung in Kooperation mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde durch.

**Leitung:** Ralph Eberhard Brachthäuser

**Termin:** Do, 10.4.2025, 19.00 - 20.30 Uhr

**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist entweder telefonisch unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 7 Tage vor dem Termin möglich!

107

### Dr. Ludger Tewes: Gladbeck im alliierten Luftkrieg von 1939 – 1945

Vortrag und Diskussion

Wir behandeln an diesem Abend 80 Jahre nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs den strategischen Luftkrieg gegen Deutschland. Bei diesem Rückblick sind besonders die Ereignisse in Gladbeck zu beurteilen und dazu im März 1945 die kombinierten Bodenoperationen der 9. US-Armee. Die Luftlage über Gladbeck hing entscheidend von der Genauigkeit besonders britischer Flächenbombardements ab. Wir werden diesen Gesichtspunkt für ausgesuchte Operationen untersuchen. Dabei wird deutlich, dass sich Luftangriffe gleichermaßen gegen Industrieziele wie gegen die Zivilbevölkerung richteten. Sie forderten den örtlichen Luftschutz heraus und die regional gestaffelten Gruppen der eingegrabenen Flakartillerie. Die Flakdivisionen wurden von der Luftwaffe als Teilstreitkraft der Wehrmacht organisiert. Wir fragen danach, was in einer mittelstädtischen Bergarbeiterstadt wie Gladbeck konkret zerstört werden sollte? Was wussten der Britische Secret Intelligence Service (SIS) und das amerikanische Office of Strategic Services (OSS) durch verdeckte Spionage oder geflogene Luftaufklärung über Gladbeck? Was war ihnen völlig gleichgültig und was blieb den Diensten unbekannt?

In Gladbeck wurden weder Waffen noch Treibstoffe, Munition oder Buna (Synthesekautschuk) produziert. Die Kohlentransporte der Reichsbahn befuhren in Gladbeck nur Nebenstrecken. Zerstörte Gleisanlagen reparierten Eisenbahnpioniere in Stunden oder Tagen. Für die Lippebrücken in Dorsen und über die Emscher gab es Alternativen. Untertagebetriebe von Zechen konnten kaum zerstört werden, aber die Förderanlagen waren leicht zu vernichten. Der ungewöhnlich hohe Grad der zu Kriegsende in Gladbeck zerstörten Infrastruktur ist mit der vergleichsweise geringen Bedeutung der Stadt für die Rüstungsproduktion

nicht in Einklang zu bringen. Wie ist diese Bilanz zu erklären? Schließlich steht die Frage im Raum, welche Lehren können wir heute aus den Geschehnissen ziehen, die mehr als 80 Jahre zurückliegen.

**Dr. Ludger Tewes** ist Privatdozent für Neuere Geschichte an der Universität Potsdam und Schüler des emeritierten Lehrstuhlinhabers für Militärgeschichte und Kulturgeschichte der Gewalt, Prof. Dr. Bernhard R. Kroener.



Dr. Ludger Tewes

Die VHS führt diese Veranstaltung in Kooperation mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde durch.

**Leitung:** Ludger Tewes  
**Termin:** Do, 8.5.2025, 19.00 - 20.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist entweder telefonisch unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 7 Tage vor dem Termin möglich!

**108**  
**Gülkiz Yazir:**  
**Die Ermittlungsgruppe „Cold Cases“**  
**– weil Mord nicht verjährt!**  
**Vortrag und Diskussion**

Die Aufklärung von Tötungsdelikten ist auch nach Jahrzehnten wichtig, weil Täter für diese mitunter schlimmsten Verbrechen zur Verantwortung gezogen werden können und Angehörige getöteter Menschen Gewissheit haben. Insbesondere durch die Entwicklung in der DNA-Labortechnik ist die Aufklärung lange zurückliegender Taten auch möglich. Gemeinsam mit der Ermittlungsgruppe „Cold Cases“, die seit November 2023 beim Polizeipräsidium Dortmund besteht, wurden über 40 „Cold Cases“ neu aufgerollt und auf neue Ermittlungshinweise hin überprüft. In einigen Fällen konnten Tatverdächtige festgenommen und angeklagt werden.



Gülkiz Yazir

Wie sich die Arbeit an einem Cold Case gestaltet, erfahren Sie bei diesem Vortrag mit der leitenden Staatsanwältin Gülkiz Yazir.

**Leitung:** Gülkiz Yazir  
**Termin:** Di, 25.3.2025, 19.00 - 20.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Eintritt:** 7,00 € / Schüler:innen und Studierende 3,50 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.

**110**  
**Neue Synagoge in Gelsenkirchen**  
**Führung**

Die neue Synagoge mit dem Gemeindehaus in Gelsenkirchen wurde 2007 eingeweiht. Sie steht an der gleichen Stelle, an der die Gelsenkirchener Juden 1885 ihre erste Synagoge errichteten. Diese wurde in der „Reichspogromnacht“ 1938 abgebrannt, die jüdische Gemeinde in der Schoa fast vernichtet. Heute leben wieder rund 500 Jüdinnen und Juden in Gelsenkirchen, viele von ihnen sind Zuwanderer seit den 1990er Jahren, die mit ihrer neuen Synagoge Zukunftsperspektiven entwickeln. Das jüdische Leben in Gelsenkirchen, Gladbeck und Umgebung steht beim Synagogenbesuch der VHS im Mittelpunkt. Neben einem informativen Rundgang werden Fragen zum Judentum heute beantwortet.

Die Anfahrt nach Gelsenkirchen erfolgt individuell, d. h. die Gruppe trifft sich vor Ort. Männer tragen während der Synagogenführung eine Kopfbedeckung. Bitte halten Sie vor dem Einlass Ihren Personalausweis bereit.

**Leitung:** Dirk Langer  
**Termin:** Mi, 5.2.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Synagoge, Georgstr. 2, 45879 Gelsenkirchen-Stadtmitte

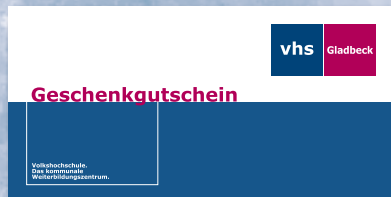
Entgeltfrei – Anmeldungen telefonisch unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 3 Tage vor dem Termin.

Es wird vor Ort um eine Spende für die Jüdische Gemeinde gebeten.



Synagoge Gelsenkirchen  
 © Dirk Langer

## Geschenkidee gesucht?



Weihnachten, Geburtstag, Valentinstag ... und noch kein Geschenk?

**Da haben wir etwas für Sie!** Verschenken Sie Aktivität, Gemeinschaft, Lust auf Neues mit den Gutscheinkarten der VHS. Zum Kauf wenden Sie sich bitte an unsere Geschäftsstelle.



1

## 111 Führung über den alten jüdischen Friedhof in Gelsenkirchen

Der alte jüdische Friedhof Gelsenkirchens von 1874 (Bejt hachaim, Haus des Lebens, so nennt man einen jüdischen Friedhof) gewährt einen Einblick in die jüdische Bestattungskultur.

Während der kostenlosen Führung werden die Abläufe bei einer Bestattung und Wissenswertes über jüdische Friedhöfe erklärt. Wie geht man mit Tod und Trauer um und was zum Beispiel bedeuten die hebräischen Buchstaben auf einem Grabstein? Welche Bedeutung haben die Hände oder die Krüge? Was ist mit den kleinen Steinchen auf manchen Grabsteinen? Der jüdische Friedhof ist ein gut erhaltener, stiller Ort mit ca. 400 Gräbern. Bis 1936 wurden hier Beerdigungen vorgenommen.

Die Anfahrt nach Gelsenkirchen erfolgt individuell, d. h. die Gruppe trifft sich vor Ort.

**Leitung:** Dirk Langer  
**Termin:** Mi, 4.6.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Jüdischer Friedhof, Wanner Str. / Ecke Oskarstr.

Entgeltfrei – Anmeldungen telefonisch unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadtladbeck.de bis 4 Tage vor dem Termin.

Es wird vor Ort um eine Spende für die jüdische Gemeinde gebeten.

## 112 Rathaus-Tour

Das Rathaus bildet den Mittelpunkt des städtischen Lebens in Gladbeck. Die Gruppe um VHS-Leiter Dirk Langer besichtigt im Alten Rathaus die Gladbeck Information, das Standesamt, die Druckerei und den Ratssaal. Auch ein Besuch bei Bürgermeisterin Bettina Weist in ihrem Dienstzimmer ist vorgesehen.

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

## 115 Antwerpen: Jüdisches Viertel und historische Altstadt

Tagesfahrt mit dem Bus

Antwerpen – Kleinod Brabants, Welthafen, historisches Kulturzentrum, Rubens-Stadt, Zentrum des Judentums – ist ein lohnendes Exkursionsziel.

Am Vormittag werden Sie bei einem geführten Rundgang das Juden- und Diamantenviertel kennenlernen.

Am Nachmittag besuchen Sie bei einer weiteren Führung die sehenswerte Altstadt mit Rubenshaus und den Markt mit seinen Gildehäusern.



© Dr. Dieter Briese

**Leitung:** Dr. Dieter Briese  
**Termin:** So, 30.03.2025, 7.00 - 20.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Entgelt:** 60,00 € (Busfahrt, 2 Führungen)



Ihr direkter Weg zur  
**VHS-Homepage**

**Leitung:** Eva Klein  
**Termin:** Mi, 30.4.2025, 14.00 - 16.15 Uhr  
**Treffpunkt:** Eingang zum Rathaus, Willy-Brandt-Platz

Entgeltfrei – Anmeldungen telefonisch unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadtladbeck.de bis 7 Tage vor dem Termin.

## 116 Kleve, der Niederrhein und Nimwegen

Wir lernen auf dieser Busfahrt die typische niederrheinische Landschaft mit Kopfweiden und Pappeln kennen, fahren durch romantische Fischerdörfer und erfahren viel über das Leben, Wirken und Arbeiten der Menschen am Niederrhein in friedlichen und weniger friedlichen Zeiten. Durch das Gebiet der Düffel und dem grenzüberschreitenden Naturschutzgebiet „de Gelderse Poot“ fahren wir, zum Teil über die Rheindeiche, in die Niederlande. Wir erfahren, wie intensiv die Beziehungen rechts und links der Grenze sind und waren. Arbeiten beiderseits der Grenze ist heute problemlos möglich.



Schwanenburg Kleve  
© Maarten Takens

Die Stadt Nimwegen lernen wir im Rahmen einer Führung kennen und können sie auch noch etwas auf eigene Faust erkunden. Aber auch die weniger friedlichen Zeiten werden beim Besuch des größten britischen Soldatenfriedhofs in der Nähe von Kleve deutlich gemacht. Der Abschluss ist dann auf der Schwanenburg in Kleve, bevor es wieder zurück nach Gladbeck geht.

Die VHS führt diese Veranstaltung in Kooperation mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde durch.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Führung

**Leitung:** Dr. Dieter Briese  
**Termin:** Sa, 26.4.2025, 7.45 - 19.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Entgelt:** 50,00 € (Busfahrt, Führung)

**117**  
**Bocholt und das LWL-Museum**  
**Textilwerk**

Tagesfahrt mit dem Bus

Die Stadt Bocholt an der Grenze zu den Niederlanden gehört politisch und kulturhistorisch eigentlich zum westlichen Münsterland, landschaftlich jedoch bereits zur Niederrheinischen Tiefebene. Die Stadtrechte erhielt Bocholt im Jahr 1222 durch den Bischof von Münster. Eine besonders große Bedeutung erlangte dort die Textilherstellung während der Industrialisierung. Bis 1914 waren in Bocholt mehr als einhundert Textilbetriebe ansässig.

Bei einer Führung am Vormittag durch die Innenstadt erfahren wir weitere wissenswerte Dinge über die Stadtgeschichte und betrachten die Sehenswürdigkeiten, wie z. B. das historische Rathaus. Nach der Mittagspause geht es weiter zu einem Besuch des LWL-Museums Textilwerk. Im Anschluss besteht noch Zeit zur freien Verfügung.



Historisches Rathaus  
 © Stadt Bocholt

Die VHS führt diese Fahrt in Kooperation mit der VHS Dorsten durch.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

**Leitung:** Rainer Stobbe  
**Termin:** Di, 29.4.2025, 8.30 - 18.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Entgelt:** 49,00 € (Busfahrt, Eintritt, 2 Führungen)

**WDR 2**

**Früh raus? Geht besser zusammen!**

**RADIO AN SEI DABEI**

**WIR SIND DER WESTEN**

**118**  
**Gouda – historische Käse-Stadt**  
**in den Niederlanden**

Tagesfahrt mit dem Bus

Gouda, die niederländische Stadt südlich von Amsterdam, ist bekannt für den gleichnamigen Käse und den Käsemarkt. Das historische Stadtbild mit dem prächtigen Rathaus ist seit dem Mittelalter fast unverändert. Nach dem Besuch des Käsemarktes lernen Sie bei einer Stadtführung die schönsten Gebäude wie die „Käsewaage“ und die „Sint-Janskerk“ kennen. Zum Abschluss ist ein Besuch in einer Käserei mit anschließender Verkostung vorgesehen.



© Touristinfo

Die VHS führt diese Fahrt in Kooperation mit der VHS Dorsten durch.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

**Leitung:** Rainer Stobbe  
**Termin:** Mo, 12.5.2025, 7.00 - 20.00 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Entgelt:** 50,00 € (Busfahrt, 2 Führungen)

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12

1

## 119 Weltkulturerbe Corvey und Hansestadt Höxter Tagesfahrt mit dem Bus

Kaiser Karl der Große kam im 8. Jahrhundert an die Weser, um die Stämme des Nordens im christlichen Glauben zu vereinen. Sein Sohn Kaiser Ludwig der Fromme stellte den Benediktinermönchen aus dem nordfranzösischen Corbie das Land zur Verfügung und stattete das Kloster mit Privilegien und weiterem Grundbesitz großzügig aus. Die Mönche verlegten ihren Konvent im Jahr 822 in die Weseraue.

Durch weit reichende Missionsarbeit, stetige Besitzvermehrung sowie die intensive Pflege von Wissenschaft und Kunst entwickelte sich Nova Corbeia – das Neue Corbie – in der Folgezeit zu einem geistigen, wirtschaftlichen und kulturellen Zentrum, das weit über die Region hinaus strahlte. Auch Kaiser und Könige machte oft Rast in der Klosteranlage an der Weser.

In Corvey befindet sich seit dem 9. Jh. das älteste und einzige fast vollständig erhaltene Karolingische Westwerk der Welt, ein weithin sichtbarer Grund für die Ernennung der ehemaligen Reichsabtei zum UNESCO-Welterbe.

Das heutige Schloss bzw. die ehemalige Abtei sind Baudenkmale und werden genutzt als Museum, Veranstaltungsort und Wohnung der herzoglichen Eigentümerfamilie von Ratibor und Corvey. Im Inneren des Schlosses sind neben dem prächtigen Kaisersaal die historischen Prunk- und Wohnräume aus dem 18. und 19. Jahrhundert zu besichtigen. Die Fürstliche Bibliothek bewahrt in 15 Sälen, ausgestattet mit prachtvollen Bücherschränken des Spätklassizismus und des Biedermeier, ca. 75.000 Bände auf. Sie zählt zu den bedeutendsten noch existierenden Privatbibliotheken.

Höxter, ein Ort an der einzigen Weserüberquerung des westfälischen Hellwegs, entwickelte sich schnell, begünstigt durch die



Unesco Weltkulturerbe Corvey  
© Stadt Höxter

Nachbarschaft zu Corvey zu einem bedeutenden Handelsplatz und trat dem Bund der Hanse bei. Vom späteren Reichtum zeugen heute noch viele Fachwerkhäuser und Gebäude der Weserrenaissance.

Nach einer Führung durch das Weltkulturerbe Corvey haben Sie nachmittags freie Zeit, um die Fachwerkunst in der Weserstadt zu erkunden.

Die VHS führt diese Veranstaltung in Kooperation mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde durch.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

**Leitung:** Joachim Schwiertz  
**Termin:** Mi, 21.5.2025, 7:30 - 20:15 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Entgelt:** 55,00 € (Busfahrt, Eintritt und Führung)

## 120 Bad Salzuflen und Porta Westfalica Tagesfahrt mit dem Bus

Am Vormittag besucht die Gruppe zunächst die Porta Westfalica – das Tor Westfalens mit dem Kaiser Wilhelm-Denkmal, zwischen Weser- und Wiehengebirge am Hang des Wittekindsberges. Von dort bietet sich ein wunderbarer Ausblick über die Schönheit der Landschaft. Am Nachmittag steht Bad Salzuflen auf dem Programm. Dort werden Sie bei einem Rundgang die Architektur und den Esprit des fürstlichen Heilbades kennenlernen, mit seinen repräsentativen Bauwerken, den schmucken Fachwerkhäusern der Weserrenaissance und den imposanten Gradierwerken. Das historische Rathaus, die Paulinenquelle auf dem Salzhof, der Katzenturm und das Haus Backs am Hafermarkt sind weitere spannende Stationen durch die historische Salzsiederstadt.

Die VHS führt diese Fahrt in Kooperation mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde durch.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

**Leitung:** Rainer Stobbe  
**Termin:** Do, 22.5.2025, 8:30 - 20:30 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Eintritt:** 49,00 € (Busfahrt, Führung)



© Bad Salzuflen Touristik



**121**  
**Giethoorn –**  
**das kleine Venedig der Niederlande**  
 Tagesfahrt mit dem Bus

Giethoorn ist das holländische Dorf ohne Straßen – sozusagen das Venedig der Niederlande. Genießen Sie die Aussicht auf die reetgedeckten Häuser, während Sie durch die malerische Landschaft von Giethoorns Kanälen mit dem Ausflugsboot fahren. Die zweistündige Bootsfahrt am Vormittag bietet einen besonderen Ausblick auf Giethoorns historische Dörfer „Lake Bovenwijde“ und „Weerribben“ und sie erhalten interessante Einblicke in die Geschichte der Stadt vom Schiffskapitän persönlich.



© Giethoornvillage.com

Um das Dorf von Land aus näher kennenzulernen, steht der Nachmittag zur freien Verfügung.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

**Leitung:** Rainer Stobbe  
**Termin:** Sa, 24.5.2025, 7.00 - 19.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Entgelt:** 60,00 € (Busfahrt, Bootsfahrt)

**122**  
**Besuch des Konrad-Adenauer-Haus**  
**in Rhöndorf und des Drachenfelsens**  
 Tagesfahrt mit dem Bus

Auf dieser Exkursion besucht die Gruppe der Volkshochschule das Wohnhaus des ersten Bundeskanzlers, Konrad Adenauer, in Rhöndorf. Adenauer bezog das Haus kurz vor Weihnachten 1937. Nachdem die Nationalsozialisten ihn aus seiner Heimatstadt vertrieben hatten, fand der ehemalige Kölner Oberbürgermeister hier ein neues Zuhause für sich und seine Familie. Ab 1949 war das Haus privater Rückzugsort des Bundeskanzlers, aber auch Schauplatz wegweisender politischer Ereignisse: Auf der „Rhöndorfer Konferenz“ stellten Politiker der CDU und CSU die Weichen für die erste Regierungskoalition der Bundesrepublik. 1962 empfing Adenauer hier den französischen Staatspräsidenten Charles de Gaulle.

Am Nachmittag geht es im benachbarten Königswinter mit der ältesten Zahnradbahn Deutschlands hinauf zum Drachenfels. Seit 1883 verbindet sie die Altstadt von Königswinter mit dem Siebengebirge und endet am Drachenfelsplateau, mit einem besonderen Ausblick über das Rheintal.

Bitte beachten Sie, dass von der Bushaltestelle bis zum Konrad-Adenauer-Haus rd. 10 Minuten Fußweg mit einer leichten Steigung zurückzulegen sind.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

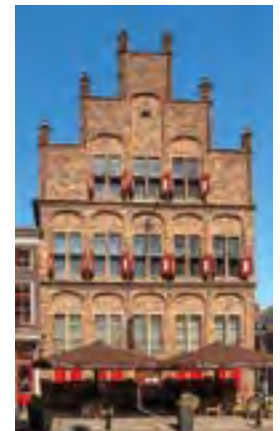
**Leitung:** Thomas Ullrich  
**Termin:** Mi, 4.6.2025, 8.00 - 20.00 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Entgelt:** 49,00 € (Busfahrt, Führung, Berg- und Talfahrt)

**123**  
**Besuch der Hansestadt Doesburg**  
 Tagesfahrt mit dem Bus

Nur wenige Städte in den Niederlanden sind so gut erhalten geblieben, wie die alte Hansestadt Doesburg. Im vierzehnten Jahrhundert erhielt die Stadt eine neue Stadtmauer zum Schutz gegen das IJssel-Hochwasser, die Doesburg noch immer umgibt. Das Straßenbild aus dieser Zeit ist nahezu unverändert geblieben. Bei einem Stadtrundgang durch die mittelalterlichen Gassen mit ihren schönen Gebäuden erfahren Sie, wie Kultur und Geschichte auch heute noch harmonieren. Außerdem war und ist Doesburg in den Niederlanden für seinen Senf bekannt.

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

Letzter Rücktrittstermin:  
 7 Tage vor der Fahrt.



Doesburg, De Waag  
 © Michiel Verbeek

**Leitung:** Rainer Stobbe  
**Termin:** Do, 26.6.2025, 8.30 - 20.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Entgelt:** 48,00 € (Busfahrt, Führung)



Ihr direkter Weg zur  
**VHS-Homepage**

**124**  
**Maastricht –**  
**eine der schönsten Städte Hollands**  
 Tagesfahrt mit dem Bus



Maastricht Theater Vrijthof  
 © Berthold Werner

Mit seiner historischen Innenstadt und vielen interessanten Bauwerken und Plätzen hat Maastricht dem Besucher viel zu bieten. Bei einer Führung am Vormittag sehen Sie die schönsten Orte im Zentrum, z. B. das restaurierte Stokstraat-Viertel, die alten Festungsanlagen, den Stadtpark und den Vrijthof mit den monumentalen Kirchen St. Jan und St. Servaas-Basilika.

Am Nachmittag ist genügend Zeit die Stadt eigenständig zu erkunden und Trödel- und Antiquitätenmarkt zu besuchen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

**Leitung:** Rainer Stobbe  
**Termin:** Fr, 27.6.2025, 7.30 - 20.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße - Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3  
**Entgelt:** 58,00 € (Busfahrt, Führung)

**Fernsicht:**  
**VHS-Reihe zur Länderkunde**

Die VHS zeigt regelmäßig interessante Länderporträts, Reiseberichte und Abenteuer-

reportagen. Diese hochwertigen Multivisionen auf Großleinwand und Lichtbildervorträge bieten Reiseinteressierten und Naturfreunden ein besonderes Hör- und Seherlebnis.

**150**  
**Stephan Schulz:**  
**Südtirol und die Dolomiten – im Zauberreich der leuchtenden Berge**  
 Multivision in 3D auf Großleinwand

In wohl keinem anderen Gebiet auf der Welt findet sich auf einem geographisch so kleinen Raum eine derartig vielfältige Erlebniswelt. Geprägt durch eine überaus gelungene Kombination zwischen herzhaft alpenländischer Kultur und italienischem Lebensflair verbindet sich für viele ein Zauber, dem man sich nur schwer entziehen kann. Mächtige Gebirgsstöcke, geheimnisvolle Bergseen und spektakuläre Lichtspiele an den bizarren Zacken der Dolomiten haben den 3D-Fotografen **Stephan Schulz** zu allen vier Jahreszeiten begeistert.

Er bestieg den Ortler, folgte einer riesigen Karawane von Schafen über den Alpenhauptkamm und nahm an der größten Pilgerfahrt im Alpenraum teil. In den senkrechten Wänden der Dolomiten lockten ihn mehrtägige verwegene Klettersteig-Abenteuer sowie Genußrouten an den Vajolettürmen oder den Drei Zinnen. Und mit Schneeschuhen erkundete er die unberührte Winternatur. Per Drohne, Flugzeug, Gleitschirm und Heißluftballon fotografierte er diese Traumberge auch aus der Luft. Außerdem begeisterten ihn immer die funkelnden Sternennächte in denen die Milchstraße über den Bergen erstrahlt. Er erlebte heidnische Winterbräuche und lernte auf seiner Reise einige skurrile Zeitgenossen kennen: Da ist Martha, die sich als die letzte Hexe vom Schlern

ausgibt oder Kurt, der das ganze Jahr draußen in seinem originellen Biotop als Aussteiger lebt.

Tauchen Sie ein in einen überwältigenden 3D-Bilderrausch – ein plastisches, visuelles Erlebnis, welches im Bereich der Live-Reportage einzigartig im deutschsprachigen Raum ist!

Der Eintrittspreis beinhaltet eine 3D-Brille!

**Leitung:** Stephan Schulz  
**Termin:** Fr, 7.2.2025, 19.30 - 21.45 Uhr  
**Ort:** Ratssaal im Rathaus, Willy-Brandt-Platz  
**Eintritt:** 11,00 € / Schüler:innen und Studierende 5,50 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.



Geislerspitzen  
 © Stephan Schulz

**151**  
**Hartmut Krinitz:**  
**Bretagne – Land im Meer**  
 Multivision auf Großleinwand

Tief im Westen Europas liegt ein Landstrich, der geprägt wird vom Meer: die Bretagne. Zahllose Leuchttürme sprenkeln die Küste, endlose Sandstrände wandeln sich im Rhythmus des höchsten Tidenhubes Europas, Inseln wie Ouessant und Belle-Ile trotz der Wucht der Winterstürme, Fischerdörfer ducken sich in tiefe Buchten und Städte wie Morlaix, Saint-Malo, Douarnez, Brest, Roscoff und Concarneau erzählen vom Leben des Menschen an und mit der See.

Im Landesinneren erstrecken sich die mythischen Wälder der Brocéliande und des Huelgoat und verstreut über das Land künden Megalithanlagen wie Carnac oder Gavrinis davon, dass wir Menschen schon immer Kontakt mit dem Göttlichen suchten.



© Hartmut Krinitz

Besondere Landstriche ziehen ungewöhnliche Charaktere an und die Bretagne bildet keine Ausnahme: So z.B. hat es Eric Baron mit seinem Bio-Cidre bis in die Weinkeller des Élysée-Palastes geschafft. Letztlich aber führen in der Bretagne alle Wege ans Meer und schließlich nach Finistère, ans Ende der Welt: dorthin, wo alles beginnt.

**Hartmut Krinitz** hat mehr als ein Jahr in der Bretagne verbracht und verbindet bei seiner Multivision hochklassige Fotografie, authentische Musik, Literaturauszüge, Originaltöne und fundierten Live-Kommentar zu einem eigenständigen Stil. Mit mehr als 1500 erfolgreich durchgeführten Veranstaltungen zählt er zu den gefragtesten Vortragsreferenten im deutschsprachigen Raum. Als Reisejournalist hat er sich auf Europa spezialisiert und arbeitet für renommierte Magazine, Buch- und Kalenderverlage.

**Leitung:** Hartmut Krinitz  
**Termin:** Fr, 21.2.2025, 19.30 - 21.45 Uhr  
**Ort:** Ratssaal im Rathaus,  
 Willy-Brandt-Platz  
**Eintritt:** 10,00 € / Schüler:innen und Studierende 5,00 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.

**152**  
**Robert Neu: Magisches Baltikum – Menschen, Mythen, Mittsommer**  
 Multivision auf Großleinwand

Warum verzaubert der Nordosten Europas jeden Besucher, der einmal sein Fuß nach Litauen, Lettland und Estland gesetzt hat? Sind es die endlosen Sonnenuntergänge der Ostsee, die unberührte Tier- und Pflanzenwelt mit den typischen Storchkolonien, die bei uns so selten geworden sind? Oder das ursprüngliche Brauchtum der Menschen mit ihren herkömmlichen bunten Trachten?

Zu Fuß, mit dem Boot oder ausgebautem Camper ist **Robert Neu** dieser Frage nachgegangen. Von der Kurischen Nehrung in Litauen über die menschenleeren Ostseestrände Lettlands bis ins fast skandinavische Estland geht seine Reise. Er ist monatelang unterwegs und findet traumhafte Landschaften sowie die pulsierenden Städte Riga, Tallinn und Vilnius. Bei einem traditionellen Mittsommerfest trifft er

Menschen, die die Riten und Bräuche des Baltikums am Leben erhalten. Besonders berührend sind die vielen Geschichten der Menschen am Wegesrand, genauso wie Begegnungen mit Elchen, Störchen und den letzten Braunbären Europas. In dieser Multivision werden die Zuschauer:innen auf eine faszinierende Reise mitgenommen – immer auf der Suche nach der besonderen Magie dieses einzigartigen Landstrichs.

**Leitung:** Robert Neu  
**Termin:** Fr, 28.3.2025, 19.30 - 21.45 Uhr  
**Ort:** Ratssaal im Rathaus,  
 Willy-Brandt-Platz  
**Eintritt:** 10,00 € / Schüler:innen und Studierende 5,00 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card



© Robert Neu

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.



**Nutzen Sie auch für den Kauf Ihrer Eintrittskarten die Ticket-Bestellung online!**



**1**

**153**  
**Niklas Bahn:**  
**Jetzt studiere ich erstmal – die Welt!**  
**7 Jahre Backpacking – 70 Länder**  
Beamer-Vortrag

„Jetzt studiere ich erstmal – die Welt“ ist nach dem Abi sein Startschuss, die Kontinente zu bereisen. Niklas lebt seinen Traum! Was damals noch niemand ahnte: Nach 7 Jahren Backpacking und 70 Ländern ist für ihn immer noch kein Ende in Sicht. Humorvoll nimmt er die Zuschauer:innen mit auf seine Reise um die Welt. Mit der Drohne fliegt das Publikum über die Naturschönheiten von Island. Eine Achterbahnfahrt der Gefühle beginnt, wenn der Reiseblogautor von seiner schmerzhaften Begegnung mit Australiens Tierwelt erzählt. Warum ist Indien ein Schlag ins Gesicht, aber trotzdem sein asiatisches Lieblingsland? Welche herzergreifende Geschichte bringt Niklas von



seinem Abenteuer in Afrika mit? In welchem Land bringt ihn seine Abenteuerlust in Lebensgefahr?

Der Vortrag mit ausgewählten Bausteinen seiner Reise fasziniert durch atemberau-

bende Bilder, witzige Anekdoten und Inspirationen für ein eigenes Abenteuer. Erfahre durch skurrile Geschichten die „Skills“, günstig zu Backpacken. Durch seine Art, außergewöhnliche Situationen zu meistern, gibt **Niklas Bahn** wichtige Erfahrungen an das Publikum weiter. Seine Show soll insbesondere junge Menschen zum Reisen animieren. Gönn dir eine Auszeit und reise mit dem Kopf um die Welt!

**Leitung:** Niklas Bahn  
**Termin:** Do, 13.2.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Eintritt:** 7,00 € / Schüler:innen und Studierende 3,50 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.

**2**

**3**

**4**

**5**

**6**

**154**  
**Clemens Schmale:**  
**Des Orients unbekannter Riese – Entdeckungen in Saudi Arabien**  
Beamer-Vortrag

Saudi Arabien ist ein ganz besonderes Land. Es ist nicht nur fast sechsmal so groß wie Deutschland, sondern auch eines der größten der gesamten arabischen Welt. Zudem ist es deren Herzstück, denn von hier aus, von den Beduinenstämmen der arabischen Halbinsel, hat sich deren Sprache über große Teile Afrikas und Asiens, zum Teil gar Europas verbreitet. Und zugleich wurde der Islam, der hier in Mekka und Medina seinen Ursprung hat, zur zweitgrößten Religion der Welt und die heiligen Stätten in Arabien zu den wichtigsten globalen Pilgerorten überhaupt.

Aber auch wegen seines Reichtums an Rohstoffen ist das Land als politisches und ökonomisches Schwergewicht zu betrachten, was sich insbesondere gegenüber dem schiitischen Iran, dem ewigen Erzrivalen, manifestiert. 2019 erst öffnete sich das wahhabitische Königreich der Saud dem

Tourismus gegenüber und plant nun eine breit angelegte Modernisierung im Rahmen der „Vision 2030“, die Kronprinz Mohammed bin Salman ausgerufen hat.

**Clemens Schmale**, der seit den 1990er Jahren alle Länder der arabischen Halbinsel sowie des Nahen und Mittleren Osten mehrfach besucht hat, stellt die saudische Hauptstadt Riyadh vor einschl. der alten Wüstenmetropole Diriyah. Er war in der riesigen Hafenstadt Jeddah am Roten Meer unterwegs, in der historisch bedeutenden Gebirgsstadt Ta'if sowie in der alten Nabatäeroase Hegra an der Weihrauchstraße bei Al Ula, in der man auch noch Spuren der legendären Hedschas-Bahn findet, die die Deutschen bauen halfen und Lawrence von Arabien zerstörte. Selbst die Grabesmoschee des Propheten in Medina hat der Sozialwissenschaftler besuchen können.



Saudi Arabien  
© Clemens Schmale

**Leitung:** Clemens Schmale  
**Termin:** Di, 8.4.2025, 19.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Eintritt:** 7,00 € / Schüler:innen und Studierende 3,50 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.

**160**  
**Die Toskana mit Florenz**  
**von der Versiliaküste aus**  
**mit dem Bus entdecken**  
 Studienreise

Frei nach dem Motto „der Weg gehört zum Ziel“ reist die VHS-Gruppe mit einem modernen Fernreisebus in 2 Etappen über Freiburg an die Versiliaküste. Von dem dortigen Standorthotel starten wir zu Tagestouren nach Florenz, Lericci, Pietrasanta, Siena, San Gimignano, Lucca und Carrara. Am siebten Tag geht's in 2 Tagesetappen zurück nach Waltrop bzw. Gladbeck.



Toskana  
 © VHS Waltrop

Die genauen Informationen über Reisedaten, das Programm und den Reisepreis erhalten Sie in der VHS Waltrop telefonisch unter 02309/96260 oder per E-Mail an vhs@vhs-waltrop.de.

Diese Studienreise ist eine Kooperation zwischen der VHS Gladbeck und der VHS Waltrop.

**Termin:** Mi, 14.5.-21.5.2025



Ihr direkter Weg zur  
**VHS-Homepage**

**Vorschau 2/2025**

**161**  
**Chemnitz, Kulturhauptstadt**  
**Europas 2025 – das Erzgebirge und**  
**das tschechische Bäderdreieck**  
**besuchen**  
 5-tägige Busreise

Diese 5-tägige Busexkursion in die Region rund um Chemnitz, eine der Kulturhauptstädte Europas 2025, ist gespickt mit der Erkundung herausragender kulturhistorischer Orte. Dazu gehören auf der Hinfahrt Erfurt und bei der Rückfahrt die Wartburg. Vor Ort, aus dem kleinstädtischen Hohenstein – Ernstthal erkundet die VHS-Reisegruppe dann Chemnitz, Freiberg, Marienberg und die berühmten Städte im böhmischen Bäderdreieck Marienbad und Karlsbad.

Die genauen Informationen über Reisedaten, das Programm und den Reisepreis erhalten Sie in der VHS Waltrop telefonisch unter 02309/96260 oder per E-Mail an vhs@vhs-waltrop.de.

Diese Studienreise ist eine Kooperation zwischen der VHS Gladbeck und der VHS Waltrop.

**Termin:** Do, 21.08.2025 – Mo, 25.08.2025

**Vorschau 2/2025**

**162**  
**Grado, Triest und Nova Gorica –**  
**Kulturhauptstadt Europas 2025**  
**per Bus erkunden**  
 8-tägige Busreise

Auch bei dieser Tour reist die Gruppe in 2 Tagen entschleunigt über zwei Tage mit dem Bus an und wieder zurück. Auf der Hinreise ist die Zwischenübernachtung in Rosenheim und auf der Rückreise in der Region Königssee. In der pittoresken Lagunenstadt Grado, am östlichen Golf von Venedig gelegen, bezieht die Gruppe Quartier und bereist in Tagesetappen die 2025er Kulturhauptstadt Europas. Diesen Titel führen die beiden Grenzstädte Görz (Italien) und Nova Gorica (Slowenien) gemeinsam. Des Weiteren stehen die Erkundung des Küstenortes Grade mit Umland und eine Besichtigung der faszinierenden Stadt Triest auf dem Programm.

Die genauen Informationen über Reisedaten, das Programm und den Reisepreis erhalten Sie in der VHS Waltrop telefonisch unter 02309/96260 oder per E-Mail an vhs@vhs-waltrop.de.

Diese Studienreise ist eine Kooperation zwischen der VHS Gladbeck und der VHS Waltrop.

**Termin:** Fr, 19.09.2025 – Fr, 26.09.2025





### Fachbereichsleitung

**Dirk Langer**

Leiter der VHS

Tel.: 99 24 49

E-Mail:

[dirk.langer@stadt-gladbeck.de](mailto:dirk.langer@stadt-gladbeck.de)

**Agnes Smeja-Lühr**

Stellv. Leiterin der VHS

Tel.: 99 24 18

E-Mail:

[agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de](mailto:agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de)

# Umwelt & Technik



**200**  
**Abteilung Stadtentwässerung:  
 Starkregenvorsorge  
 am eigenen Haus**

Gemeinsam mit der Umweltaeilung stellt die Abteilung Stadtentwässerung des Ingenieuramtes sinnvolle Vorsorgemaßnahmen an Wohngebäuden vor. Starkregenereignisse sind in den letzten Jahren wiederholt aufgetreten und haben zu erheblichen Schäden geführt.



Der Vortrag soll Bürger für die Gefahren sensibilisieren und mögliche Maßnahmen an privat genutzten Gebäuden erläutern.

**Leitung:** Peter Reich  
**Termin:** Di, 11.3.2025, 19.00 - 20.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgeltfrei – Anmeldungen telefonisch unter 02043-992415 oder per Mail: vhs@stadtgladbeck.de bis 3 Tage vor dem Termin.

**210**  
**Die Umgestaltung des Emschersystems**  
**Fahrradtour zu ausgewählten Punkten in Gladbeck und Bottrop**

In den letzten Jahrzehnten wurde das Entwässerungssystem in den Städten im Ruhrgebiet mit den offenen, stinkenden Abwasserkanälen grundlegend umgestaltet. Das Abwasser kam unter die Erde und die bislang offenen Schmutzwasserläufe wurden wieder in einen naturnahen Zustand versetzt. Im gesamten Emschergebiet kommt in absehbarer Zeit diese große Baumaßnahme zu einem Abschluss. Auch in Gladbeck gab es diese offenen „Vorfluter“. Sie sind in der lange existierenden Form zwischenzeitlich größtenteils verschwunden. Im Rahmen einer Fahrradtour werden einige der durchgeführten Bau-Maßnahmen an-

**203**  
**Sicher E-Bike-Fahren für Menschen Ü 60**

Immer mehr ältere Radfahrer steigen auf ein E-Bike oder Pedelec um, weil damit das Fahrradfahren bequemer und die Reichweite größer wird. Zudem ist man an der frischen Luft und leistet einen Umweltbeitrag, wenn man bewusst auf das Auto verzichtet. Bei den vielen Vorteilen sind aber auch einige Gefahren zu beachten. So ist man mit einem E-Bike meistens schneller unterwegs oder wie sieht es mit der Verkehrswahrnehmung bei zunehmendem Alter aus?

Die Verkehrssicherheitsberatung der Polizei bietet dieses Seminar speziell für die Zielgruppe der Senioren über 60 Jahre an. Neben der Theorie steht vor allem auch die Fahrpraxis im Vordergrund. So werden die Teilnehmenden in einem Parcours das Handling mit ihrem E-Bike oder Pedelec üben. Dabei wird u. a. das richtige Bremsen vermittelt und die Blickführung im Straßenverkehr geschärft.

Die Veranstaltung ist entgeltfrei. Eine Teilnahme ist nur mit einem verkehrssicheren E-Bike/Pedelec, Fahrradhelm und wetterfester Kleidung möglich. Zu Beginn des

gefahren und vor Ort kurz erläutert. Aber nicht nur Umgestaltungen und Bauten in Gladbeck werden besichtigt, sondern auch einige Beispiele in der Nachbarstadt Bottrop werden gezeigt.

**Wichtig:** Eine wetterfeste, unempfindliche Kleidung ist erforderlich! Unterwegs wird eine Verpflegungspause gemacht, daher denken Sie bitte an ausreichend Getränke und Proviant. Teilnahmevoraussetzung ist neben einem verkehrssicheren Fahrrad die Freude am Radfahren. Das Tempo ist eher gemächlich, von dem Angebot können sich deshalb auch Familien angesprochen fühlen.

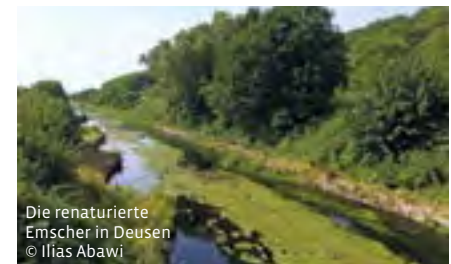
Seminars muss jeder Teilnehmer aus versicherungsrechtlichen Gründen mit einem Haftungsausschluss einverstanden sein.



Die VHS führt diese Veranstaltung zusammen mit den „Kottenradlern“ des Fördervereins Kotten Nie durch.

**Leitung:** Holger Siegburg & Gerhard Pyszny  
**Termin:** Do, 5.6.2025, 16.00 - 19.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgeltfrei – Anmeldungen telefonisch unter 02043-992415 oder per Mail: vhs@stadtgladbeck.de bis 3 Tage vor dem Termin.



Die renaturierte Emscher in Deusen  
 © Ilias Abawi

Die Fahrtstrecke geht mit Pausen über ca. 30 Kilometer. Ein Helm wird empfohlen.

Die VHS führt diese Veranstaltung in Kooperation mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde durch.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Radtour.

**Leitung:** Dr. Dieter Briese  
**Termin:** So, 6.7.2025, 13.30 – 18.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 6,00 €



213

## Das „Emscherhaus“ in Essen

### Besichtigung des Hauptverwaltungsgebäudes der Emschergenossenschaft

Seit über 100 Jahren hat die Emschergenossenschaft, die sich um die Abwasserentsorgung und -reinigung im Emschergebiet kümmert (sie reinigt auch die Abwässer aus der Stadt Gladbeck) ihren Sitz in Essen in der Kronprinzenstraße 24. 1908 überlies die Stadt Essen der Emschergenossenschaft ein Grundstück und es entstand an der Kronprinzenstraße zwischen 1908 und 1910 nach den Plänen von Professor Wilhelm Kreis das Hauptverwaltungsgebäude der Genossenschaft. Es galt damals als schönstes Verwaltungsgebäude im Industriebezirk und als Wahrzeichen der Stadt Essen. Immer wieder wurde das Haus umgestaltet und umgebaut.

Alle Bauten haben ein gemeinsames Thema: Wasser und Gesundheit. Innen und außen gibt es viele detaillierte Interpretationen des Motivs, geschaffen von Architekten und Künstlern.

Das Haus wird in einem ausführlichen Rundgang besichtigt, darüber hinaus gibt es natürlich auch Informationen über die Aufgaben der Emschergenossenschaft.

Die Anreise erfolgt individuell, d. h. die Gruppe trifft sich vor Ort.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Besichtigung.



Verwaltungsgebäude Emschergenossenschaft Essen

<b>Leitung:</b>	Dr. Dieter Briese
<b>Termin:</b>	Do, 30.1.2025, 15.00 - 17.00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Kronprinzenstraße 24 (vor dem Eingang), Essen
<b>Entgelt:</b>	6,00 € (Verwaltungskostenanteil der VHS) – die Führung der Emschergenossenschaft ist kostenlos

Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:  
[www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)



217 – 218

## Wildes aus Blüten, Blättern, Wurzeln, Beeren und Samen

### Wildpflanzen-Exkursion durch den Wittringer Wald

Jeden Tag etwas Wildes aus der Natur anstatt weit gereiste Lebensmittel aus dem Supermarkt! Dafür möchte Exkursionsleiterin **Silke Jung-Menrath** Sie begeistern. Voraussetzung ist, die heimischen Pflanzen sicher bestimmen zu können. Kommen Sie mit auf eine Exkursion mit vielen Geschichten, Tipps und Zubereitungsarten wie Rohköstliches und Gekochtes, Tees, Kosmetika, Ölauszüge und Tinkturen.

Die VHS führt diese Veranstaltungen in Kooperation mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde durch.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Veranstaltung.



© Silke Jung-Menrath

217

## Wildes aus Blüten, Blättern, Wurzeln, Beeren und Samen

### Wildpflanzen-Exkursion durch den Wittringer Wald

<b>Leitung:</b>	Silke Jung-Menrath
<b>Termin:</b>	Mi, 2.4.2025, 17.30 - 19.30 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Holzbrücke am Wasserschloss Wittringen, Burgstr. 64
<b>Entgelt:</b>	5,00 €

218

## Wildes aus Blüten, Blättern, Wurzeln, Beeren und Samen

### Wildpflanzen-Exkursion durch den Wittringer Wald

<b>Leitung:</b>	Silke Jung-Menrath
<b>Termin:</b>	Mi, 4.6.2025, 17.30 - 19.30 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Holzbrücke am Wasserschloss Wittringen, Burgstr. 64
<b>Entgelt:</b>	5,00 €



Ihr direkter Weg zur  
**VHS-Homepage**



220 – 222

## Lama-Park-Wanderung

Angeleitet und begleitet von engagierten Fachkräften erleben Sie eine (ent-) spannende Begegnung mit Lamas.

Wandern Sie gemeinsam mit diesen acht-samen, freundlichen und vorsichtigen Tieren aus Südamerika durch die Parklandschaft des Gesundheitsparks Nienhausen in Gelsenkirchen.

220

## Lama-Park-Wanderung

Gruppe 1

<b>Leitung:</b>	Beate Pracht und Andrea Eikelmann
<b>Termin:</b>	So, 30.3.2025, 11.00 - 13.00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Gesundheitspark Nienhausen, Feldmarkstr. 209, Gelsenkirchen (Prachtlamas neben dem Kinderburg-Café)
<b>Entgelt:</b>	30,00 € (keine Ermäßigung) / Kinder (von 6-13 Jahren) 26,00 €

226

## Radexkursion „Kunst am Kasten“

Die Radexkursion zu den vom Graffiti-künstler-Duo Christiane Roewer und Maurizio Bet bunt besprühten Strom- und Verteilerkästen startet am Samstagnachmittag an der VHS Gladbeck.

Werner Hülsermann von der Siedlergemeinschaft Rentfort und Müzeyyen Dreessen, die die Idee zur Verschönerung der grauen Kästen hatten, und manchmal auch die Paten selbst, die die Kosten dafür übernommen haben, geben Informationen zu den Motiven.

Die Rundfahrt beginnt am Stromkasten der VHS Gladbeck mit den Regenbogenfarben, die ebenso wie die VHS für Vielfalt, Begegnung und Offenheit steht.

Die Wanderung ist für Menschen ab 6 Jahren geeignet. Kinder können nur in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Wanderung.

221

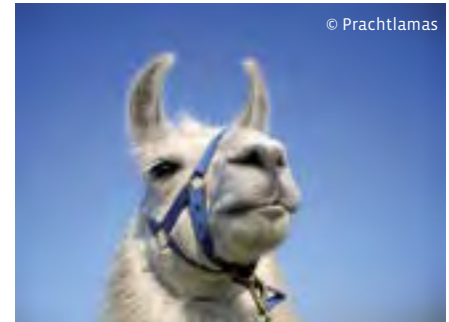
## Lama-Park-Wanderung

Gruppe 2

<b>Leitung:</b>	Beate Pracht und Andrea Eikelmann
<b>Termin:</b>	Sa, 26.4.2025, 11.00 - 13.00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Gesundheitspark Nienhausen, Feldmarkstr. 209, Gelsenkirchen (Prachtlamas neben dem Kinderburg-Café)
<b>Entgelt:</b>	30,00 € (keine Ermäßigung) / Kinder (von 6-13 Jahren) 26,00 €

### Weitere Stationen sind u. a.:

- Bonhoeffer-Kindergarten auf der Postallee. Dort zeigt der Stromkasten das Portrait von Dietrich Bonhoeffer.
- Bahnhof Gladbeck West: Auf dem Stromkasten bei der Fahrradstation sieht man Fahrräder in schöner Landschaft und einen Papagei.
- Musikschule Gladbeck: Der Stromkasten ist gestaltet mit Blas- und Streichinstrumenten auf Vorschlag von Musikschulleiter Rolf Hilgers.
- Zweckel, Straße Sonnenkamp: ein Stromkasten mit Sonnenblumen
- Zweckel, Ecke Bohnekamp-/Schlägelstraße: Stromkasten mit Motiv der alten Bergmannssiedlung Schlägel & Eisen
- Butendorf: Stromkasten mit den Förder-türmen der Zeche „Moltke I / II und dem Schriftzug „Glück auf“



222

## Lama-Park-Wanderung „After Work“

Gruppe 3

<b>Leitung:</b>	Beate Pracht und Andrea Eikelmann
<b>Termin:</b>	Fr, 13.6.2025, 17.00 - 19.00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Gesundheitspark Nienhausen, Feldmarkstr. 209, Gelsenkirchen (Prachtlamas neben dem Kinderburg-Café)
<b>Entgelt:</b>	30,00 € (keine Ermäßigung) / Kinder (von 6-13 Jahren) 26,00 €

- Kleingarten „Im Linnerott“: Stromkästen mit Rotkehlchen, Kirschen und Kürbissen

Bei einigen Stationen erzählt Werner Hülsermann Geschichten und Döneskes.

Die Radexkursion zu den künstlerisch gestalteten Stromkästen hat eine Länge von ungefähr 25 Kilometern. Unterwegs ist eine Kaffeepause eingeplant.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

<b>Leitung:</b>	Heinrich Praß
<b>Termin:</b>	Sa, 17.5.2025, 14.00 - 18.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Entgelt:</b>	6,60 €



227

## Mit dem Rad zum 50er Jahre Museum in Datteln

Auf dieser Radexkursion besuchen Sie das private Museum von Kevin Nikodem. Er hat in Datteln ein altes Zechenhaus vollständig im Stil der 50er Jahre zurücksaniert. Bei der kurzweiligen Führung durch dieses Museum der 50er Jahre erleben Sie eine Zeitreise in die Vergangenheit, in den Alltag der Wirtschaftswunder-Jahre. Alle „Ausstellungsstücke“ sind noch voll funktionsfähig, wie z. B. die Kaffeemaschine, der Geschirrspüler oder das Radio – mit Fernbedienung.

Zu Beginn der Führung erhalten Sie einige Informationen über die Geschichte der Stadt und den Bergbau in Datteln. Die Besichtigung schließt mit Kaffee und Kuchen im Stil der 50er Jahre bei passender Musik.

Mit dem Zug fahren Sie vom Bahnhof Gladbeck West nach Recklinghausen. Vom Hauptbahnhof radeln Sie zunächst leicht aufwärts und dann überwiegend flach lange Zeit an Feldern längs fast bis Suderwich. Sie halten dort an einem denkmalgeschützten Gräfenhof, bevor Sie auf der KLT den östlichen Stadtteil von Recklinghausen verlassen. Durch Meckinghoven mit der ehemaligen Kloster- und Pfarrkirche St. Dominikus führt die Radroute weiter zur Bergarbeitersiedlung der ehemaligen Zeche Emscher-Lippe und Sie kommen zum 50er Jahre Museum in Datteln.

Nach dem Kaffeetrinken führt der Rückweg durch die ehemalige Bergarbeitersiedlung

Beisenkamp bald wieder durch Felder, vorbei an der Seilscheibe und dem Förderturm der Zeche Ewald, nach Oer-Erkenschwick hinein. Nach insgesamt ungefähr 25 Kilometern treffen Sie dann am Hauptbahnhof Recklinghausen ein und fahren mit dem Zug zurück nach Gladbeck.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

<b>Leitung:</b>	Heinrich Praß
<b>Termin:</b>	Sa, 14.6.2025, 10.30 - 19.30 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Bahnhof Gladbeck West
<b>Entgelt:</b>	43,40 € (inkl. Bahnfahrt, Radtransport, Führung und Kaffeetrinken)

## Online-Vortragsreihe der Verbraucherzentrale NRW in Kooperation mit den Volkshochschulen



Mit unabhängigen Rat unterstützen die Energie-Fachleute der Verbraucherzentrale private Haushalte in allen Fragen rund um das Energiesparen und die Energieeffizienz von Wohngebäuden und Haustechnik. Ziel ist die Energieeinsparung in den eigenen

vier Wänden, um langfristige Kosten zu sparen, den Komfort zu steigern und Impulse für den Klimaschutz zu setzen. Die Online-Vorträge sind kostenlos und finden mit dem Videokonferenzsystem Zoom statt. Die Veranstaltungsreihe wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.



## 241 – 243 Sonnenstrom vom Dach Online-Vortrag



Strom vom eigenen Hausdach lohnt sich dann am meisten, wenn er vor Ort verbraucht und nicht ins öffentliche Netz eingespeist wird. Doch das ist gar nicht so einfach, weil die meiste Energie im Privathaushalt morgens und abends benötigt wird, wenn die Sonne kaum scheint.

Mit Batterien aber, die den Strom tagsüber speichern, wird die Energie auch nach Sonnenuntergang nutzbar.

Eine Anmeldung zu diesen entgeltfreien Online-Vorträgen ist in der VHS entweder telefonisch (02043/99-2415), per E-Mail (vhs@stadt-gladbeck.de) oder über die Homepage (www.vhsgladbeck.de) möglich.

Die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden kurz vor dem Termin per E-Mail zugesandt!

## 241 Sonnenstrom vom Dach Online-Vortrag

<b>Leitung:</b>	N.N.
<b>Termin:</b>	Do, 20.2.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Online

## 242 Sonnenstrom vom Dach Online-Vortrag

<b>Leitung:</b>	N.N.
<b>Termin:</b>	Do, 20.3.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Online

## 243 Sonnenstrom vom Dach Online-Vortrag

<b>Leitung:</b>	N.N.
<b>Termin:</b>	Do, 15.5.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Online

244 – 246

**Sonnenstrom vom Balkon**  
Online-Vortrag



Solarenergie erzeugen geht auch mit Solar-Modulen 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. So können auch Mieter:innen die Energie-wende voranbringen.

Eine Anmeldung zu diesen entgeltfreien Online-Vorträgen ist in der VHS entweder telefonisch (02043/99-2415), per E-Mail (vhs@stadt-gladbeck.de) oder über die Homepage (www.vhsgladbeck.de) möglich.

Die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden kurz vor dem Termin per E-Mail zugesandt!

**244 Sonnenstrom vom Balkon**  
Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Di, 11.3.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

**245 Sonnenstrom vom Balkon**  
Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Di, 8.4.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

**246 Sonnenstrom vom Balkon**  
Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Di, 13.5.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

247 – 249

**Spitze bei Hitze – das hitzerobuste Haus**  
Online-Vortrag



Mit der Veränderung des Klimas in Folge der Erderwärmung treten immer häufiger extreme Wetterphänomene auf. Temperaturen im Sommer über 35° C führen zu Überhitzung von Innenräumen. Welche Möglichkeiten der Vorsorge Gebäudeeigentümer:innen gegen diese und andere Klimafolgen treffen können wird im Online-Vortrag erklärt.

Eine Anmeldung zu diesen entgeltfreien Online-Vorträgen ist in der VHS entweder telefonisch (02043/99-2415), per E-Mail (vhs@stadt-gladbeck.de) oder über die Homepage (www.vhsgladbeck.de) möglich.

Die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden kurz vor dem Termin per E-Mail zugesandt!

**247 Spitze bei Hitze – das hitzerobuste Haus**  
Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Di, 18.2.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

**248 Spitze bei Hitze – das hitzerobuste Haus**  
Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Di, 18.3.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

**249 Spitze bei Hitze – das hitzerobuste Haus**  
Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Di, 20.5.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

250 – 252

**Neue Heizung – Wärmepumpe und ihre Alternativen**  
Online-Vortrag



Ein Heizungstausch gewinnt mit Blick auf den Klimawandel die neuen Richtlinien des Gebäudeenergiegesetzes und mögliche Förderungen zunehmend an Bedeutung. Der Vortrag erläutert technische Grundlagen von Wärmepumpentypen aber auch andere mögliche Heiztechniken und ihre Einsatzmöglichkeiten.

Eine Anmeldung zu diesen entgeltfreien Online-Vorträgen ist in der VHS entweder telefonisch (02043/99-2415), per E-Mail (vhs@stadt-gladbeck.de) oder über die Homepage (www.vhsgladbeck.de) möglich.

Die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden kurz vor dem Termin per E-Mail zugesandt!

**250 Neue Heizung – Wärmepumpen und ihre Alternativen**  
Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Mo, 3.2.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

**251 Neue Heizung – Wärmepumpe und ihre Alternativen**  
Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Mo, 7.4.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

**252 Neue Heizung – Wärmepumpe und ihre Alternativen**  
Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Mo, 5.5.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12

### 253 – 255 Energetisch sanieren – vom Keller bis zum Dach Online-Vortrag



Mit Blick auf die Energiepreise und die Klimakrise kommen viele Eigentümer:innen zu dem Schluss: Es ist Zeit für eine energetische Sanierung. Der Vortrag beschäftigt sich unter anderem mit der Frage wie sich sinnvollen Maßnahmen für die eigene Immobilie und die Zielsetzungen herausfiltern lassen.

Eine Anmeldung zu diesen entgeltfreien Online-Vorträgen ist in der VHS entweder telefonisch (02043/99-2415), per E-Mail (vhs@stadt-gladbeck.de) oder über die Homepage (www.vhsgladbeck.de) möglich.

Die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden kurz vor dem Termin per E-Mail zugesandt!

### 253 Energetisch sanieren – vom Keller bis zum Dach Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Mi, 5.3.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

### 254 Energetisch sanieren – vom Keller bis zum Dach Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Mi, 9.4.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

### 255 Energetisch sanieren – vom Keller bis zum Dach Online-Vortrag

**Leitung:** N.N.  
**Termin:** Mi, 14.5.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Online

**Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:**  
[www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)







**Fachbereichsleitung**

**Agnes Smeja-Lühr**  
Stellv. Leiterin der VHS  
Tel.: 99 24 18  
E-Mail: [agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de](mailto:agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de)

**EDV &  
neue Medien**

## Kursübersicht EDV &amp; neue Medien

**300 – 320  
Kurse für Kinder, Jugendliche  
und ältere Teilnehmer:innen**

- Programmieren mit Scratch
- 10 flinke Finger – Tastschreiben heute
- EDV-Grundlagen mit Muße am Vormittag
- Android-Smartphone am Vormittag

**Sie haben Fragen?**

Rufen Sie an, ich berate Sie gern: Agnes Smeja-Lühr, Tel.-Nr. 99 24 18, agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de

**321 – 329  
Grundlagenkurse für  
Ein- und Umsteiger:innen**

- PC-Grundkurs kompakt
- Google Fotos

**330 – 359  
Anwenderkurse:  
Word, Excel, Outlook,  
PowerPoint**

- Textverarbeitung mit Word
- Tabellenkalkulation mit Excel
- Kommunikation mit Outlook
- Präsentationen mit PowerPoint
- Fit für Büro und Alltag

**360 – 399  
Webseiten mit Joomla  
und WordPress, Bildungsurlaub  
Online- und KI-Tools für den  
Beruf, Online-Tools für den  
Alltag, Künstliche Intelligenz,  
ChatGPT, Copilot und DeepL,  
Business-Netzwerk LinkedIn,  
Navigation mit Komoot,  
iPhone, iPad & Co., MacBook  
& iMac**

- Moderne Webseiten mit Joomla!
- Die eigene Webseite mit WordPress
- Bildungsurlaub Online- und KI-Tools für den Beruf
- Online-Tools für den Alltag
- Künstliche Intelligenz, ChatGPT, Copilot und DeepL
- Business-Netzwerk LinkedIn
- Navigation mit Komoot
- iPhone, iPad & Co.
- MacBook & iMac

**Hinweis**

**Es ist vorteilhaft, wenn auch EDV-Einsteiger:innen schon einen Computer zu Hause haben. So können Sie das Erlernte am heimischen PC üben und gewinnen Sicherheit im Umgang mit dem Betriebssystem und den Programmen. Wenn Sie noch keinen Computer besitzen, geben Ihnen unsere Kursleitenden gerne Unterstützung bei der Kaufentscheidung. Sprechen Sie uns an!**

**Tipps zur Wahl Ihres EDV-Kurses**

1. Überlegen Sie sich vor der Wahl eines Kurses,
  - wozu Sie das EDV-Wissen benötigen,
  - ob Sie Vorkenntnisse haben, so gering sie auch sein mögen,
  - wie viel Zeit Sie investieren wollen und können.
2. Lesen Sie sich die Texte der Kurse genau durch. Bei Unklarheiten oder wenn Sie Fragen haben, lassen Sie sich beraten.
3. Beachten Sie bitte auch, dass Vormittags-, Nachmittags-, Abend- und Wochenendseminare angeboten werden.

**Persönliche Beratung**

Telefonisch informieren wir Sie unter  
**02043 / 99 24 15**

Per E-Mail erreichen Sie die Fachbereichsleiterin für EDV, Agnes Smeja-Lühr, unter  
**agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de**



300 – 301

## Blockkurse in den Osterferien

300

### 10 flinke Finger – Tastschreiben heute Blockkurs in den Osterferien für Schüler:innen der 5. und 6. Klasse

In diesem Kurs lernt Ihr spielerisch, abwechslungsreich und softwareunterstützt das 10-Finger-Tastschreiben an einer PC-Tastatur. Zusätzlich werden die wichtigsten Regeln der Textgestaltung vermittelt.

Für diesen Kurs ist das Entgelt bereits für Schüler:innen ermäßigt. Inhaber:innen der Gladbeck-Card erhalten einen weiter ermäßigten Preis – bitte bei der Anmeldung den Nachweis vorlegen.

**Leitung:** Irene Wischermann  
**Termine:** ab Mo, 14.4.2025, 9.30 - 12.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 4 Termine, 16 U.Std.  
**Entgelt:** 42,40 € (keine Ermäßigung)  
**Sachkosten:** 8,00 €



302

### 10 flinke Finger – Tastschreiben heute Blockkurs in den Sommerferien für Schüler:innen der 5. und 6. Klasse

In diesem Kurs lernt Ihr spielerisch, abwechslungsreich und softwareunterstützt das 10-Finger-Tastschreiben an einer PC-Tastatur. Zusätzlich werden die wichtigsten Regeln der Textgestaltung vermittelt.

Für diesen Kurs ist das Entgelt bereits für Schüler:innen ermäßigt. Inhaber:innen der Gladbeck-Card erhalten einen weiter er-

301

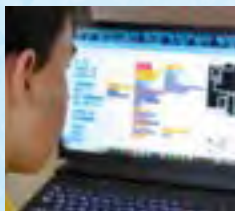
## Programmieren mit Scratch Blockkurs in den Osterferien

Angebot im Rahmen  
des Projekts „Kultur-  
rucksack“ für  
alle von 10 – 14 Jahren



Mit SCRATCH entwerft Ihr Landschaften, entwickelt Spiele, setzt Figuren in Bewegung, experimentiert mit Formen, Farben, Tönen, Geräuschen und lasst eurer Fantasie freien Lauf.

SCRATCH wurde entwickelt, um vor allem Kinder und Jugendliche mit den Grundlagen der Computerprogrammierung vertraut zu machen. Diese visuelle Programmiersprache ist eine spannende Erfahrung, da sich das Niveau beliebig steigern lässt. Alles erschließt sich völlig logisch und intuitiv. Erlebt es selbst!



**Leitung:** Dilek Salduz  
**Termine:** ab Di, 22.4. 2025, 10.00 - 13.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 4 Termine, 16 U.Std.  
entgeltfrei

314 – 316

## EDV mit Muße

In diesen Kursen lernen Sie ganz entspannt, ohne mit technischen Einzelheiten überfrachtet zu werden, Ihren PC kennen. Erfahren Sie, wie Sie mit der Maus umgehen, Fenstertechniken beherrschen, Ihren elektronischen Schreibtisch ganz nach Ihren persönlichen Wünschen gestalten und wie Sie Dateien und Ordner in den Griff bekommen – kurz: Machen Sie Ihren PC zu Ihrem unentbehrlichen Helfer.

Der Unterricht geht etwas langsamer als in den übrigen Kursen vonstatten und nimmt Rücksicht darauf, dass viele Menschen in der Regel vorsichtig mit neuer Technik umgehen.

314

### EDV mit Muße – Modul I

Teilnehmer:innen, die einen PC oder ein Notebook haben, lernen hier die Bedienung des Betriebssystems WINDOWS für den privaten Gebrauch kennen. Schwerpunkt dieses Kurses soll der sichere Umgang mit dem PC sein.

#### Kursinhalte:

- Umgang mit Maus und Tastatur
- Programme starten
- Daten speichern und verwalten
- Ordner anlegen
- Dateien suchen
- Zusatzprogramme installieren
- die Festplatte „säubern“

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Auf Wunsch kann ein Lehrbuch erworben werden. Die Teilnehmer:innen können zu diesem Kurs ihr eigenes Notebook mitbringen.

**Leitung:** Klaus Wohlfarth  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 9.00 - 12.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 3 Termine, 12 U.Std.  
**Entgelt:** 45,60 €  
**Sachkosten:** 6,00 €



## 316 EDV mit Muße – Modul II

Nachdem Sie im ersten Modul schon den sicheren Umgang mit dem PC üben konnten, bekommen Sie in Modul II einen ersten Einblick in die große Welt des Internets. Der Kursleiter stellt Ihnen Freeware vor, also Programme, die Sie sich kostenlos aus dem Internet holen können. Dabei werden Ihnen sichere Downloadseiten gezeigt. Einige dieser Programme können Sie in anderen Kursen umfassend kennenlernen.

### Weitere Seminarinhalte:

- Welcher Browser (Internet Explorer, Firefox, Google Chrome) ist für das Surfen sicher und praktisch?
- Wie kann ich schnell die Themen finden, die mich interessieren (Suchmaschinen, Lesezeichen, Bookmarks)?
- Wie kann ich meine E-Mails organisieren: online mit dem Browser (z. B. GMX oder Web.de) oder mit einem E-Mail-Programm wie Thunderbird oder Outlook?
- Weitere Möglichkeiten für das Arbeiten mit dem Schreibprogramm Word 2021

Bei Interesse wird die Kursleitung auch das Sichern auf externe Datenträger mit Strukturen mit Ihnen üben.

Voraussetzung für den Besuch dieses Kurses sind EDV-Grundkenntnisse. Die Teilnehmer:innen können zu diesem Kurs ihr eigenes Notebook mitbringen.

<b>Leitung:</b>	Klaus Wohlfarth
<b>Termine:</b>	ab Di, 18.2.2025, 9.00 - 12.15 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Dauer:</b>	3 Termine, 12 U.Std.
<b>Entgelt:</b>	45,60 €
<b>Sachkosten:</b>	6,00 €

## 318 Android auf Smartphone – Grundkurs Intensivseminar in der Kleingruppe

Entdecken Sie in diesem Kurs die grundlegende Bedienung Ihres Smartphones. Er ist perfekt geeignet für Anfänger:innen, die noch nicht viel Erfahrung mit ihren Geräten haben.

Erfahren Sie alles Wichtige für den Umgang mit Ihrem Smartphone:

- Tipps zur Anschaffung eines Smartphones
- Bedienung des Touchscreens
- Verwaltung der Kontakte
- Tätigen und Entgegennehmen von Anrufen
- Installation von Apps aus dem PlayStore
- Einstellungen des Smartphones
- Nutzung von WhatsApp und Alternativen

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

<b>Leitung:</b>	Thorsten Bachner
<b>Termin:</b>	Mi, 5.3.2025, 9.30 - 12.45 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Entgelt:</b>	23,40 € (keine Ermäßigung)



## 319 Android auf Smartphone – Aufbaukurs Intensivseminar in der Kleingruppe

Dieser Kurs richtet sich speziell an Senior:innen, die bereits erste Erfahrungen mit ihrem Smartphone gesammelt haben oder den Einstiegskurs der VHS besucht haben. Sie lernen, wie Sie Ihr Smartphone noch besser nutzen können, um den Alltag zu erleichtern.

Im Kurs besprechen wir wichtige Themen wie die Anpassung der Geräteeinstellungen, die Organisation des Startbildschirms und Apps, das Schreiben von E-Mails, die Verwaltung von Fotos, die Nutzung des PlayStores sowie die Verwaltung Ihres Google-Kontos.

Außerdem wird erklärt, wie Sie sicher Videotelefonie über WhatsApp durchführen, Daten auf Ihrem Smartphone organisieren und dabei Datenschutz sowie Sicherheit berücksichtigen.

Die Kursinhalte werden auf die Bedürfnisse und Vorkenntnisse der Teilnehmenden abgestimmt, so dass alle in ihrem eigenen Tempo lernen können.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

<b>Leitung:</b>	Thorsten Bachner
<b>Termin:</b>	Fr, 4.4.2025, 9.30 - 12.45 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Entgelt:</b>	23,40 € (keine Ermäßigung)

**Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:**  
[www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)



## 321 PC-Grundkurs kompakt Intensivseminar in der Kleingruppe

In diesem kompakten Grundkurs erfahren Sie das Wichtigste über das Betriebssystem Windows 11. Sie lernen, wie Sie effektiv mit der Benutzeroberfläche arbeiten und wie Sie Dateien und Ordner anlegen und sortieren können.

Nachdem Sie verschiedene nützliche Apps kennengelernt haben, erhalten Sie eine Einführung in das Schreibprogramm Word 2021. Des Weiteren beantwortet der Kursleiter Fragen zum Kauf von Computern, Druckern und Speichermedien. Abgerundet wird der Grundkurs durch eine umfassende Einführung in die sichere Internetnutzung.

Für den Besuch dieses Kurses sind einfache PC-Grundkenntnisse erforderlich.

<b>Leitung:</b>	Klaus Wohlfarth
<b>Termine:</b>	ab Mo, 3.3.2025, 18.00 - 21.15 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Dauer:</b>	4 Termine, 16 U.Std.
<b>Entgelt:</b>	68,80 € (keine Ermäßigung)
<b>Sachkosten:</b>	8,00 €

## DigitalZeit in der Stadtbücherei

Das digitale Angebot der Stadtbücherei Gladbeck ist vielfältig. Seit vielen Jahren bereits gibt es mit der **Onleihe** ein gut ausgebautes Angebot an e-Medien. Die Datenbanken von Brockhaus oder Duden sind vor allem für Schüler:innen eine verlässliche Informationsquelle. Mit den Apps „Tigerbooks“ und „eKidz“ können Kinder beim Lesen lernen unterstützt werden.

Die „**DigitalZeit**“ versteht sich als Reiseleiter durch diese digitale Welt und möchte die Angebote vorstellen und transparenter machen. Das regelmäßige und kostenlose

## 329 Google Fotos optimal nutzen – Archivieren, Bearbeiten und mit KI optimieren

Viele von uns fotografieren fast nur noch mit dem Smartphone. Ob iPhone oder Android-Geräte – die Qualität der Fotos ist mittlerweile herausragend. Diese Bilder wollen zum einen verwaltet und zum anderen auch noch editiert und retuschiert werden. Da kommt die App Google Fotos ins Spiel.

Mit dieser App können Fotos verwaltet und in Alben organisiert werden. Die Alben wiederum können gemeinsam mit Freunden und der Familie geteilt und gepflegt werden. Auch die Qualität der Fotos lässt sich noch optimieren. KI-Werkzeuge ermöglichen zum Beispiel auf einfache Art und Weise, unerwünschte Inhalte (Personen, Leitungen, Fahrzeuge, etc.) aus den Fotos zu entfernen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

<b>Leitung:</b>	Thorsten Bachner
<b>Termin:</b>	Mi, 26.2.2025, 9:30 - 12.45 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Entgelt:</b>	15,20 €
<b>Sachkosten:</b>	2,00 €

Beratungsangebot bietet kompetente Hilfe bei individuellen Fragen und Problemstellungen zur Nutzung der Onleihe und der Datenbanken, zu Endgeräten, Apps, Einstellungen, Systemvoraussetzungen etc.

Die „**DigitalZeit**“ findet jeden zweiten Dienstag in der Zeit von 16.00 - 18.00 Uhr im Forum der Stadtbücherei statt. Interessierte können sich per E-Mail an [digitalzeit@stadtbuechereigladbeck.de](mailto:digitalzeit@stadtbuechereigladbeck.de) oder telefonisch unter der Rufnummer 02043 / 99-2656 anmelden. Eigene Geräte können zum Termin mitgebracht werden. Die genauen Termine können Sie auf der Homepage oder im Veranstaltungskalender der Stadtbücherei nachschauen.

## 330 – 359 Anwenderkurse: Word, Excel, Outlook, PowerPoint

Diese EDV-Anwenderkurse führen systematisch in die Funktionen und die Bedienung der Programme ein. Die Teilnehmer:innen erhalten einen Überblick über Aufbau und Leistungsmerkmale der verschiedenen Anwenderprogramme.

## 330 Textverarbeitung mit Word 2021 Wochenendseminar

In diesem Kurs lernen Sie die Textverarbeitung Word „ausführlich“ kennen. Sie erhalten einen Überblick über die verschiedenen Programmfunktionen und lernen, durch Automatisierung die Möglichkeiten des Programms Word sinnvoll zu nutzen und dadurch Zeit zu sparen. Auf Wunsch kann ein Lehrbuch erworben werden.

Hier einige **Kursinhalte**:

- Texte eingeben, korrigieren und speichern
- Textteile markieren und bearbeiten
- Texte gestalten und ausdrucken
- Autotext und Autokorrektur
- Fensterbriefe gestalten
- Textfelder erstellen und bearbeiten
- Dokumentvorlagen
- Serienbriefe erstellen
- Tabellen und Formulare
- Grafiken einfügen und Flyer gestalten

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

<b>Leitung:</b>	Irene Wischermann
<b>Termin:</b>	Sa, 18.1.2025, 9.00 - 16.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Entgelt:</b>	30,40 €
<b>Sachkosten:</b>	4,00 €

### 340 Tabellenkalkulation – Excel 2021 Wochenendseminar

Sie erwerben Kenntnisse über Leistungsfähigkeit und Grundfunktionen eines typischen Tabellenkalkulationsprogramms. Sie können Kalkulationstabellen erstellen, formatieren, auswerten, drucken und ausgewählte Daten in Diagrammen anschaulich darstellen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

<b>Leitung:</b>	Benjamin Wagner
<b>Termine:</b>	Sa, 22.2.2025, 9.00 - 16.00 Uhr So, 23.2.2025, 9.00 - 16.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Dauer:</b>	2 Termine, 16 U.Std.
<b>Entgelt:</b>	61,60 €
<b>Sachkosten:</b>	8,00 €

### 341 Tabellenkalkulation II – Excel 2021 Wochenendseminar

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer:innen des Einsteigerseminars Nr. 340 und Personen, die anderweitig einmal Kenntnisse erworben haben.

#### Inhalte:

- Vertiefung von Grundwissen
- Verknüpfung von Arbeitsblättern und Dateien
- Datenbankfunktionen
- Was-wäre-wenn-Analyse
- Bedingte Formatierung
- Datenaustausch mit anderen Programmen

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

<b>Leitung:</b>	Benjamin Wagner
<b>Termine:</b>	Sa, 8.3.2025, 9.00 - 16.00 Uhr So, 9.3.2025, 9.00 - 16.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Dauer:</b>	2 Termine, 16 U.Std.
<b>Entgelt:</b>	61,60 €
<b>Sachkosten:</b>	8,00 €

### 348 Kommunikation und Organisation mit Outlook 2021 Intensivseminar in der Kleingruppe

Outlook ist ein Bestandteil von Microsoft Office und wird immer häufiger zur Termin-, Adress- und E-Mail-Verwaltung eingesetzt. Dieses Seminar vermittelt grundlegende Kenntnisse in der Bedienung und effizienten Nutzung von Outlook.

#### Themenschwerpunkte:

- Navigieren in Outlook
- Nachrichten (E-Mail) verfassen, empfangen und verwalten
- Terminplanung
- Kalenderfunktion
- Kontakte
- Aufgabenverwaltung
- Notizen
- Adressverwaltung
- Outlook einrichten und anpassen

Teilnahmevoraussetzung sind Kenntnisse des Betriebssystems Windows.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

<b>Leitung:</b>	Benjamin Wagner
<b>Termin:</b>	Sa, 29.3.2025, 9.00 - 14.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Entgelt:</b>	29,20 € (keine Ermäßigung)
<b>Sachkosten:</b>	3,00 €

### Besuchen Sie die VHS bei Facebook!

Die Fangemeinde wächst: Seit 2011 ist die VHS Gladbeck mit einer eigenen Seite auf Facebook vertreten und informiert regelmäßig über Neuigkeiten und Angebote. Werden auch Sie ein „Fan“ von uns und tauschen Sie sich mit uns aus. Wir freuen uns auf Ihren Besuch unter [www.facebook.com/vhsgladbeck!](http://www.facebook.com/vhsgladbeck!)

### 349 Professionelle Präsentationen mit PowerPoint Intensivseminar in der Kleingruppe

Das Microsoft-Programm PowerPoint bietet zahlreiche Möglichkeiten, Daten, Zahlen und Fakten visuell ansprechend und informativ in Präsentationen darzustellen. In diesem kompakten Wochenendseminar lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie mit PowerPoint aussagekräftige Präsentationen erstellen. Durch praxisorientierte Übungen erfahren Sie, wie Sie Texte, Grafiken und Tabellen einfügen und wirkungsvolle Folienübergänge und Animationen nutzen.

Der Kurs richtet sich sowohl an Einsteiger:innen als auch an Fortgeschrittene und ist nicht nur für Privatpersonen geeignet – auch Vereine, Unternehmen und Bildungseinrichtungen profitieren von den vermittelten Kenntnissen. Das Ziel des Seminars ist es, Basiswissen zu PowerPoint aufzufrischen und zu erweitern. Sie lernen in diesem Seminar den gezielten Umgang mit dem Folienmaster. Zusätzlich erhalten Sie grundlegende Informationen zur Gestaltung und Konzeptionierung einer Präsentationsmasterdatei – vom Corporate Design über universelle Gestaltungsregeln bis hin zur Strukturierung.

**Hinweis:** Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit, damit Sie Ihre fertige Präsentation am Ende des Seminars mitnehmen können.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

<b>Leitung:</b>	Stephan Soba-Cvetkovic
<b>Termin:</b>	Sa, 1.3.2025, 9.00 - 14.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
<b>Entgelt:</b>	26,40 € (keine Ermäßigung)
<b>Sachkosten:</b>	3,00 €



## 352 Fit für Büro und Alltag Word, Excel, PowerPoint

Für alle, die das Textverarbeitungsprogramm Word bereits nutzen, Grundkenntnisse in Excel haben und wissen möchten, wie man eine Präsentation mit PowerPoint erstellt, bietet dieser Kompaktkurs einen Überblick über die wichtigsten Programmfunktionen.

Hier lernen Sie, wie die einzelnen Programme im Büro sinnvoll genutzt und miteinander verknüpft werden können.

Themen sind u. a. das Einbinden von Excel-Tabellen in Word, die Nutzung von Serienbrief- und Datenbankfunktionen und die Erstellung ansprechender Präsentationen.

**Leitung:** Benjamin Wagner  
**Termine:** ab Mi, 19.3.2025, 17.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 4 Termine, 20 U.Std.  
**Entgelt:** 75,00 €  
**Sachkosten:** 10,00 €

## Surfen Sie zur VHS!

Unter [www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de) erreichen Sie uns im Internet auf unserer Homepage. Hier bieten wir Ihnen einen besonderen Service – die **Online-Anmeldung!** Dort können Sie einen Kurs auswählen und sich über das Internet anmelden. Sollten Sie bei der VHS Gladbeck nicht fündig werden, können Sie gleich bei den anderen Volkshochschulen des Kreises RE nachschauen. Der Vorteil dabei ist, dass die Daten aktualisiert sind und Sie darauf hingewiesen werden, sobald ein Kurs belegt ist.

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an: **Tel. 99 24 15.**

## 360 Moderne Webseiten mit „Joomla!“ Wochenendseminar

Joomla ist ein leistungsfähiges Content-Management-System (CMS), das es Ihnen ermöglicht, Webseiten zu erstellen und auf einfache Weise zu verwalten. Es sind keinerlei Programmierkenntnisse notwendig, um eine Webseite zu realisieren. Und das komplett kostenfrei.

In diesem Wochenendseminar wird im Rahmen eines Projekts Joomla installiert. Beiträge, Bilder und weitere Dateien werden eingepflegt, Menüstrukturen und Module kennengelernt.

Wir verschaffen uns einen Überblick über die Administration und Konfiguration des Systems. Das Einbinden von Komponenten und die Anpassung des Designs über Templates runden das Seminar ab.

Joomla ist ein ideales System, um Vereine, kleine und mittelständische Unternehmen und Einzelpersonen im Web zu präsentieren.

Wir arbeiten im Kurs mit der aktuellen Version Joomla 5.

Grundlegende Kenntnisse in der Bedienung eines Computers sind notwendig. Die Veranstaltung richtet sich sowohl an Mac- als auch PC-Nutzer:innen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Thorsten Bachner  
**Termine:** Sa, 5.4.2025, 9.00 - 16.00 Uhr & So, 6.4.2025, 9.00 - 16.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 2 Termine, 16 U.Std.  
**Entgelt:** 64,00 €  
**Sachkosten:** 8,00 € für PC-Nutzung

## 361 Die eigene Webseite mit WordPress – Planung, Gestaltung, Umsetzung Wochenendseminar

Erstellen Sie Ihre eigene Webseite mit WordPress, dem beliebtesten kostenfreien Content-Management-System der Welt. Rund 50% aller Webseiten im WWW nutzen dieses System.

Von der Registrierung von Domain und Webspaces über Planung und Gestaltung bis hin zur fertigen professionellen Webseite. Finden Sie heraus, wie Sie Ihre Webseite im Hinblick auf Struktur, Menüaufbau, Typografie und Farben gestalten. Wählen Sie aus Tausenden fertigen Themes das Design und bekommen Sie einen Überblick, wie Sie mit Plugins die Funktionalität Ihrer Webseite erweitern können.

Sie benötigen keine Programmierkenntnisse, nur Texte und Ihre eigenen Medien. Grundlegende Kenntnisse in der Bedienung eines Computers sind notwendig. Die Veranstaltung richtet sich sowohl an Apple- als auch PC-Nutzer:innen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Thorsten Bachner  
**Termine:** Sa, 22.3.2025, 10.00 - 16.30 Uhr & So, 23.3.2025, 10.00 - 16.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 2 Termine, 16 U.Std.  
**Entgelt:** 64,00 €  
**Sachkosten:** 8,00 € für PC-Nutzung

vhs

Gladbeck

370

**Online- und KI-Tools für den Beruf**  
Bildungsurlaub/Intensivkurs

Es gibt immer mehr digitale Tools, die man bequem online nutzen kann und die vor allem im Beruf weiterhelfen können. Ob Mindmaps, kreative Grafiken oder die schnelle Recherche und Übersetzung eines Textes – vieles lässt sich mit günstigen oder kostenlosen Tools im Internet erledigen.

Dazu kommt die Künstliche Intelligenz als Helfer – darüber spricht aktuell jeder. ChatGPT schreibt Texte und beantwortet Fragen, Microsoft Copilot assistiert bei klassischen Bürotätigkeiten, DeepL übersetzt Texte praktisch in Echtzeit in diverse Sprachen. Wie zuverlässig sind diese Tools, und – viel wichtiger – wie funktionieren sie eigentlich?

In diesem Bildungsurlaub lernen wir die relevantesten Online- und KI-Tools für den Beruf kennen. Die grundlegenden Funktionen werden gezeigt und einige Beispiele direkt erarbeitet. Dabei wird auch im beruflichen Kontext der Teilnehmenden gearbeitet – angedacht ist, dass die Teilnehmenden das Erlernte direkt mit möglichen Anwendungsszenarien im eigenen beruflichen Umfeld verknüpfen.



Michael Braun

**Seminarplan:**

**Tag 1: Grundlagen und Business-Netzwerke**

- Planung, Agenda
- Einführung in die KI-Nutzung
- Medienkompetenz & Mediendidaktik
- Netzwerke: Welche gibt es?
- Vorstellung: Erste Schritte und Profiloptimierung für LinkedIn

**Tag 2: Training Online-Tools**

- **Canva** – Online Instagram-Grafiken, Einladungen, Flyer und vieles mehr erstellen
- **MindMeister** – Online Mindmaps erstellen
- **Trello** – Online-Whiteboard-Lösung
- **Doodle / Calendly** – Terminplanung

**Tag 3: Training KI-Tools**

- **ChatGPT** – Online Texte erstellen und Themen recherchieren mit KI
- **DeepL** – Online Texte übersetzen und verbessern
- **Microsoft Copilot** – KI-Helfer für Office-Tätigkeiten
- **Weitere Tools:** Midjourney, ElevenLabs, Suno usw.
- Abschluss, Evaluation

Für die Teilnahme an diesem Seminar kann beim Arbeitgeber Freistellung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz beantragt werden (Bildungsurlaub).

**Leitung:** Michael Braun  
**Termine:** Di, 11.2., - Do, 13.2.2025, 9.15 - 15.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 3 Termine, 24 U.Std.  
**Entgelt:** 114,00 € (keine Ermäßigung)  
**Sachkosten:** 12,00 €

Letzter Anmeldetermin beim Arbeitgeber: 6 Wochen vor Beginn, letzter Rücktrittstermin bei der VHS: 2 Wochen vor Beginn.

375

**Canva, ChatGPT, MindMeister & Co. – Wir testen Online-Tools für den Alltag**

Intensivseminar in der Kleingruppe

Es gibt immer mehr digitale Tools, die man bequem online nutzen kann und die einem sowohl im privaten Alltag, als auch im Job weiterhelfen können. Ob Mindmaps, kreative Grafiken für Instagram & Co. oder die schnelle Recherche und Übersetzung eines Textes – vieles lässt sich mit günstigen oder kostenlosen Tools im Internet erledigen.

Wir testen 5 Tools, um zu schauen, was sie können und wie sie im eigenen Umfeld weiterhelfen können.

- **Canva** – Online Instagram-Grafiken, Einladungen, Flyer und vieles mehr erstellen
- **MO Trello** – Online-Whiteboard-Lösung
- **ChatGPT** – Online Texte erstellen und Themen recherchieren mit KI
- **DeepL** – Online texte übersetzen und verbessern
- **Microsoft Copilot** – KI-Helfer für Office-Tätigkeiten

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Michael Braun  
**Termine:** ab Mi, 14.5.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 2 Termine, 6 U.Std.  
**Entgelt:** 37,80 € (keine Ermäßigung)  
**Sachkosten:** 3,00 €



**376**  
**Microsoft Copilot, ChatGPT & DeepL – KI-Tools für Alltag & Beruf**

Über Künstliche Intelligenz als Helfer im Alltag spricht aktuell jeder. ChatGPT schreibt Texte und beantwortet Fragen, Microsoft Copilot assistiert bei klassischen Bürotätigkeiten, DeepL übersetzt Texte praktisch in Echtzeit in diverse Sprachen. Wie zuverlässig sind diese Tools, und – viel wichtiger – wie funktionieren sie eigentlich?

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden Microsoft Copilot, ChatGPT und DeepL kennen. Die grundlegenden Funktionen werden gezeigt und einige Beispiele direkt erarbeitet.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Michael Braun  
**Termin:** Mi, 7.5.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 13,50 €  
**Sachkosten:** 1,50 €



**377**  
**Das Business-Netzwerk LinkedIn nutzen und optimieren**  
 Intensivseminar in der Kleingruppe

LinkedIn ist eine der führenden Plattformen für berufliche Vernetzung und Karriereentwicklung. In diesem Kurs lernen Sie, LinkedIn als wertvolles Werkzeug für die berufliche Entwicklung und Vernetzung zu nutzen und Ihr Profil so zu optimieren, dass es sich von der Masse abhebt. Sie werden auch in der Lage sein, gezielt Beziehungen aufzubauen und relevante berufliche Chancen zu identifizieren. Erfahren Sie außerdem Tipps und Tricks zu Content-Strategie,

**378**  
**Einführung in die Navigations-App Komoot**  
 Intensivseminar in der Kleingruppe

Im Bereich der Automobilität sind Navigationsgeräte oder entsprechende Apps auf Mobiltelefonen selbstverständlich geworden. Bei Outdoor-Aktivitäten wie Radfahren oder Wandern sind Navigations-Apps auf dem Vormarsch und werden von einer stetig wachsenden Anzahl Aktiver genutzt.

An diesem Abend wird die App Komoot für kürzere und lange Touren ganz praktisch vorgestellt – am PC und auf dem Smartphone / Tablet.

Einfache Vorkenntnisse im Umgang mit dem eigenen Smartphone / Tablet sind erforderlich, ein eigenes mobiles Gerät sollte mitgebracht werden, die App sollte dort installiert sein.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Michael Braun  
**Termin:** Mi, 7.5.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 14,50 € (keine Ermäßigung)  
**Sachkosten:** 1,00 €

Gruppen und Communities bis hin zu Jobsuche und Karriereentwicklung.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Michael Braun  
**Termin:** Mi, 21.5.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 14,50 € (keine Ermäßigung)  
**Sachkosten:** 1,00 €

**379**  
**Navigations-App Komoot – Training für Fortgeschrittene**  
 Intensivseminar in der Kleingruppe

Wer mit dem Fahrrad oder in Wanderschuhen auf langen Strecken unterwegs sein möchte, kommt an einer passenden digitalen Unterstützung kaum vorbei. Bei Outdoor-Aktivitäten wie Radfahren oder Wandern sind Navigations-Apps auf dem Vormarsch und werden von einer stetig wachsenden Anzahl Aktiver genutzt. An diesem Abend wird das Wissen zur App Komoot für kürzere und lange Touren vertieft und trainiert – am PC und auf dem Smartphone / Tablet.

Vorkenntnisse im Umgang mit dem eigenen Smartphone / Tablet und der App sind erforderlich, ein eigenes mobiles Gerät sollte mitgebracht werden, die App sollte dort installiert sein. Die vorherige Teilnahme am Einführungskurs wird empfohlen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Michael Braun  
**Termin:** Mi, 14.5.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 14,50 € (keine Ermäßigung)  
**Sachkosten:** 1,00 €

380 – 388

**Einführung in die Apple-Welt**

380

**iPhone, iPad & Co.  
für Einsteiger:innen**

Intensivseminar in der Kleingruppe

In diesem Seminar lernen Einsteiger:innen alle wichtigen Funktionen ihres iPhones oder iPads von Grund auf kennen. Auf verständliche Weise erklärt Ihnen der Kursleiter das Apple-Betriebssystem iOS im allgemeinen und die Bedienung der Benutzeroberfläche. Sie erfahren, wozu Sie Ihre Apple-ID benötigen, wie Sie das Kontrollzentrum nutzen, wie SMS, MMS und iMessages verschickt werden und welche Standard-Apps es gibt.

Darüber hinaus werden die folgenden **Themen** behandelt:

- Nutzung von Siri und der Diktierfunktion
- Einrichten eines Mailkontos
- Verwaltung von Kontakten
- Verwalten, Kopieren und Speichern von Fotos
- Datensicherung
- Installation und Bezahlen von Apps

Dieses Seminar richtet sich an alle Nutzer:innen eines mobilen Endgerätes mit iOS-Betriebssystem (iPad, iPhone, iPod-Touch). Bitte bringen Sie zum Kurs auch das Ladekabel mit.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Arne Lühr  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 18.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 2 Termine, 8 U.Std.  
**Entgelt:** 37,80 € (keine Ermäßigung)



381

**iPhone- und iPad-Sprechstunde  
für Einsteiger:innen**

Intensivseminar in der Kleingruppe

Das iPhone ist nicht nur zum Telefonieren und Nachrichten schreiben da, sondern kann viel mehr. Es ist unser Notizbuch, unser Fotoapparat, unsere Musiksammlung und Informationsquelle jeglicher Art. Von der Navigation über das Abrufen von Wettermeldungen bis hin zur Nutzung als Spielkonsole ist hier so gut wie alles möglich.

In dieser Sprechstunde lernen Sie Ihr iPhone/iPad besser kennen und erhalten Lösungswege zu Ihren ganz individuellen Fragestellungen. Fragen sind ausdrücklich erwünscht. Es gibt hier keine Schwerpunkte, die Inhalte gestalten letztlich Sie.

Dieses Seminar richtet sich an alle Nutzer:innen eines mobilen Endgerätes mit iOS-Betriebssystem (iPhone, iPad). Bitte bringen Sie zum Kurs auch das Ladekabel mit.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Arne Lühr  
**Termine:** ab Di, 11.3.2025, 18.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 2 Termine, 8 U.Std.  
**Entgelt:** 37,80 € (keine Ermäßigung)

385

**MacBook & iMac – Apple-Grundlagen  
inkl. Tipps und Tricks**

Intensivseminar in der Kleingruppe

In diesem Seminar geht es um den Umgang mit dem Mac und einen genaueren Blick in die Funktionalitäten des Betriebssystems. Hierbei stehen folgende Themen im Vordergrund:

- Organisation und Bearbeiten von Dateien und Datei-Informationen
- Fotoverwaltung, Bearbeitung und Bereitstellung mit Fotos
- Sicheres Surfen mit Safari
- Tipps & Tricks

Dieser Einsteigerkurs setzt Vorkenntnisse zum grundlegenden Umgang mit dem Betriebssystem voraus (sowie den Umgang mit Maus und Tastatur) und behandelt die oben aufgeführten Programme des Apple Betriebssystems macOS Ventura. Bitte bringen Sie Ihr MacBook bzw. Ihren iMac mit.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Arne Lühr  
**Termin:** Sa, 15.3.2025, 9:30 - 14.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 27,70 € (keine Ermäßigung)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12





### Fachbereichsleitung

**Dirk Langer**

Leiter der VHS

Tel.: 99 24 49

E-Mail: [dirk.langer@stadt-gladbeck.de](mailto:dirk.langer@stadt-gladbeck.de)

**Wirtschaft,  
kfm. Praxis  
& Recht**

400

**Ü 60 – Versicherung, Verrentung, Vermögen**

Kurz vor der Rente oder schon im Ruhestand? Diese Lebenssituation erfordert altersbedingte Weichenstellungen. Nicht mehr alle Versicherungen sind nötig, manche sollten angepasst werden, andere als eventueller Bedarf geprüft werden. Und wie steht es um das Ruhestandseinkommen? Wie sollten Gelder u.a. sicher, verfügbar und steuerbegünstigt angelegt werden? Wie behält man den Überblick bzw. nutzt Angebote mit möglichst geringem Eigenaufwand, die aber sowohl sicher als auch lukrativ sind? Diese Fragen und viele weitere Aspekte werden im Kurs besprochen, der sich hauptsächlich an die Altersgruppe um die 60 Jahre und älter wendet.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Christian Grams  
**Termin:** Di, 27.5.2025, 18.30 - 21.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 17,20 €



Christian Grams

402

**Investmentfonds – Chancen, Risiken und Anlagemöglichkeiten**

Investmentfonds wird nachgesagt, dass sie lukrative Ertragschancen bieten, hohe Flexibilität und weitreichenden Anlegerschutz – stimmt das so? Und kann der Privatanleger auch derart investieren, dass ihn fallende Kurse erfreuen können? Was sind die Unterschiede zwischen offenen und geschlossenen Fonds, ETF's und Indexfonds, Fondspolice und Fondssparplan, AIF und ELTIF? Welche Investments bieten Kapitalabsicherungen und sind eine Alternative zu negativen Realzinsen bzw. hoher Inflation?

U. a. die Antworten darauf werden im Kurs besprochen. Darüber hinaus erhalten die Kursteilnehmer:innen insbesondere Informationen wie Geldanlage mit Investmentfonds funktioniert, welche (Un-) Sicherheiten existieren und wie man eine Fondsauswahl trifft.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Christian Grams  
**Termin:** Di, 18.3.2025, 18.30 - 21.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 17,20 €

403

**Erben und Vererben**

Seminar zu den Grundzügen des Erbrechts

Wer erbt was – gemäß der gesetzlichen Erbfolge? Was kann daran durch Testament oder Erbvertrag geändert werden? Was ist im Todesfall zu beachten? Wie setzen sich die Erben auseinander?



Alexander Unkel

Auf Fragen dieser Art wird das Seminar anhand von konkreten Beispielen eingehen. Dabei erläutert der Referent aus seiner Praxis als Rechtsanwalt und Notar individuelle Gestaltungsmöglichkeiten (insbes. des Testaments).

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Alexander Unkel  
**Termin:** Mo, 12.5.2025, 18.30 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 12,00 €

401

**Innovative Kapitalstrategien für Vermögensauf-/ausbau, finanzielle Sicherheit und Renditeoptimierung**

Ob Krisen, Inflationsgefahren, Unvorhergesehenes oder auch die unübersichtliche Vielfalt von Kapitalanlageangeboten erschweren vielen Verbrauchern ein gelungenes Vorgehen für Vermögensaufbau, Altersvorsorge oder Geldanlage im Ruhestand. Innovative Angebote aus dem Versicherungs-, Banken- und Kapitalanlagebereich bieten demgegenüber werthaltige Kapitalsicherheiten und Ertragserwartungen, die größer sind als Kosten, Steuern und Inflation. Man könnte sie „Geheimwege legitimer Geldvermehrung“ nennen,

denn sie sind einem Großteil der Sparer und Anleger nicht bekannt.

Im Seminar werden auch Kapitalanlagen besprochen, die sich von den üblichen Angeboten des Massenmarktes unterscheiden und lohnenswerte Alternativen bieten, um Gewinne zu steigern und aufzeigen wie man sich gegen den größten Feind der Kapitalanlage wehren kann. Sie lassen auch Krisen am Kapitalmarkt besser überstehen. Das Seminar liefert eine Reihe verblüffender Aspekte und AHA-Effekte, die die Teilnehmer

und Teilnehmerinnen versierter mit dem Thema Kapitalanlage umgehen – und auch praktische Anhaltspunkte bekommen lassen ihr Vermögen besser zu schützen sowie Kosten zu senken.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Christian Grams  
**Termin:** Sa, 15.2.2025, 13.30 - 17.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 21,50 €

## 404 „Spielregeln“ rund um die Eigentumswohnung

Bei den gestiegenen Immobilienpreisen wird eine Eigentumswohnung mehr und mehr eine Alternative zum Hauskauf. Vielleicht denken Sie über den Erwerb von Wohnungseigentum nach, oder besitzen schon eine Eigentumswohnung? Und es interessiert Sie, die Rechte und Pflichten nach dem Wohnungseigentumsgesetz besser kennenzulernen. Es ergeben sich häufig Fragen, wie z. B.:

- Dürfen Eigentümer die eigene Wohnungseingangstür, die Fenster der Wohnung, Innenwände oder anderes selbstständig gestalten?
- Welche Regeln gelten, wenn behindertengerechte Umbauten notwendig werden, was gilt bei Ladesäulen für den PKW?
- Müssen Eigentümer der Erdgeschoss-Wohnung auch für die notwendige Dachreparatur aufkommen?
- Wieso darf in der Eigentümerversammlung nur über zuvor bekanntgegebene Beschlüsse abgestimmt werden, was ist eigentlich ein Beschluss und welche Folgen hat er?
- Wie kann ich beim Erwerb herausfinden, welche Beschlüsse schon getroffen wurden?

- Welche Aufgaben, Befugnisse und Spielregeln hat ein Verwalter zu beachten?

Das Seminar vermittelt die für die Beantwortung dieser Fragen erforderlichen Grundbegriffe, gibt also einen Überblick über das Wohnungseigentumsgesetz (WEG). Es wird um die Grundzüge von Sonder Eigentum, Gemeinschaftseigentum und Sondernutzungsrechte gehen. Es werden die Aufgaben des Beirats und des Verwalters skizziert. Es wird darüber hinaus ein Einblick in die Grundsätze der Jahreshauptversammlung gegeben.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Marita Lenz  
**Termin:** Di, 20.5.2025, 18.00 - 20.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 12,00 €



Marita Lenz

## 405 Übersicht über Hilfen durch das Sozialrecht am Beispiel von Pflegeversicherung und Schwerbehindertenrecht

Gesundheitliche Notsituationen können jeden treffen, nicht nur ältere Mitbürger. Auch junge Menschen können aufgrund von Krankheiten und Unfällen in Notsituationen geraten, in denen sie medizinische und wirtschaftliche Hilfe benötigen. Die Veranstaltung der VHS möchte interessierten Mitbürgern einen Einstieg und Überblick über mögliche Hilfen aus dem Schwerbehindertenrecht und dem Recht der Pflegeversicherung geben.

### Inhalte:

- Einführung in das Sozialrecht
- Sozialrechtliches Verwaltungsverfahren und sozialgerichtliches Verfahren
- Schwerbehinderung
- Pflegeversicherung

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Termin.

**Leitung:** Dirk Kieslers  
**Termin:** Mo, 17.3.2025, 18.30 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 12,00 €

## 406 Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Ehegattennotvertretungsrecht

Was ist, wenn ich – etwa bedingt durch einen Unfall, einen Schlaganfall oder eine Demenzerkrankung – plötzlich nicht mehr für mich selbst entscheiden kann? Wer kümmert sich um die Bankgeschäfte, wer kündigt die Wohnung, wer macht den Ver-



trag mit dem Pflegeheim? Weder Freunde noch Angehörige haben ohne spezielle Vollmacht das Recht, stellvertretend zu handeln oder zu entscheiden.

Worauf kommt es hierbei genau an und wen kann ich als Betreuungsperson einsetzen, um eventuell einer gerichtlich bestellten Betreuung aus dem Weg zu gehen? Diese Fragen sind Gegenstand des Seminars von Rechtsanwalt Dirk Kieslers, der Fachanwalt für Sozial- und Familienrecht ist, mit den folgenden Schwerpunkten:

- Betreuung
- Betreuungsverfügung
- Vorsorgevollmacht
- Patientenverfügung
- Ehegattennotvertretungsrecht
- Ausfertigung, Konkretes und Beispiele

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Termin.

**Leitung:** Dirk Kieslers  
**Termin:** Mo, 31.3.2025, 18.30 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 12,00 €

409

## Trainingsbergwerk Recklinghausen – Auf den Spuren der Kumpel

### Aktivführung

Mit Einstellung der deutschen Steinkohleförderung endeten im Dezember 2018 rd. 200 Jahre aktiven Steinkohlebergbaus in Deutschland und damit ein Kapitel Industriegeschichte. Ausgestattet mit Schutzkleidung und Sicherheitshelm erhalten Sie im Trainingsbergwerk nicht nur einen Einblick, wie es im deutschen Steinkohlenbergbau ausgesehen hat, sondern Sie betätigen auch selbst einige Maschinen – selbstverständlich unter fachkundiger Anleitung.

Hier wird die Untertagewelt wirklichkeitsnah dargestellt. Alles, was an Technik in einem normalen Bergwerk in großer Tiefe und über weite Flächen verstreut war, kann hier konzentriert an einem Ort besichtigt werden.

Die Anfahrt nach Recklinghausen-Hochlarmark erfolgt individuell, d.h. die Gruppe trifft sich vor Ort.

Es muss festes Schuhwerk getragen werden und nicht die beste Kleidung. Eine Schutzausrüstung wird vor Ort gestellt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Betriebsbesuch.

<b>Leitung:</b>	Rainer Stobbe
<b>Termin:</b>	Do, 27.2.2025, 13.45 - 17.00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Trainingsbergwerk, Wanner Str. 30
<b>Entgelt:</b>	35,00 € (Eintritt, Führung und Imbiss)



Trainingsbergwerk  
© Rainer Stobbe



# Infotag

Samstag

**15.02.2025**

10–13 Uhr



**Johannes-Kessels-Akademie**  
Katholisches Berufskolleg Gladbeck

Staatlich anerkannte Ersatzschule der Sekundarstufe II  
im Berufsfeld Sozial- und Gesundheitswesen

Allensteiner Straße 22 · 45964 Gladbeck  
02043 26033 · info@jka-bk.de · www.jka-gladbeck.de

Staatlich anerkannte\*r  
**Erzieher\*in**

Staatlich geprüfte\*r  
**Kinderpfleger\*in**

Staatlich geprüfte\*r  
**Sozialassistent\*in**

**Abitur**  
& Staatlich anerkannte\*r Erzieher\*in



*Kennenlernen · Informieren · Anmelden!*





Stauder-Brauerei

### 410 Die Stauder-Brauerei in Essen Betriebsbesichtigung

Seit über 150 Jahren braut die Familie Stauder in Essen ihr Bier. Eine Tradition die von Theodor Stauder und seinem Sohn Jacob im Jahr 1867 begründet wurde. Inzwischen wird das Unternehmen in der sechsten Generation von den Vettern Axel Stauder und Dr. Thomas Stauder geleitet.

Lernen Sie die Heimat von Stauder kennen und erleben Sie, wie das Bier in der Mitte des Ruhrgebiets gebraut wird. Werfen Sie einen Blick ins traditionelle Sudhaus mit seinen Kupferkesseln. Sie bekommen Einblicke in die wichtigsten Prozesse beim Brauen, insbesondere das Maischen, Kochen, die Gärung und Lagerung. Zuletzt wird die Flaschenabfüllanlage besichtigt, bevor im Anschluss beim gemütlichen Beisammensein die Verköstigung der verschiedenen Biere, inklusive Imbiss, ansteht.

Die Anfahrt nach Essen erfolgt individuell, d. h. die Gruppe trifft sich vor Ort.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

**Leitung:** Rainer Stobbe  
**Termin:** Di, 11.3.2025, 14.00 - 16.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Stauderstraße 88, 45326 Essen  
**Entgelt:** 29,00 € (einschl. Bewirtung und Imbiss)

### Wirtschaft vor Ort und in der Region Besuche in Unternehmen des Ruhrgebiets

In dieser Veranstaltungsreihe haben Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit, heimische Unternehmen besser kennen zu

lernen. Die Betriebe wiederum nutzen die Gelegenheit, sich ihrem Umfeld zu präsentieren. Neben der Besichtigung ist ein Gespräch über die wirtschaftliche Lage und die Perspektiven des Unternehmens vorgesehen.

### 411 Deutsche Rockwool GmbH & Co. KG Betriebsbesuch

Seit 1954 produziert Rockwool Steinwolle im Gladbecker Werk, dem ersten Betrieb außerhalb von Skandinavien. Heute gehört das Werk zur Rockwool-International Gruppe, der weltweit führenden Anbieterin von Dämm Lösungen aus Steinwolle. Dieses Material wird eingesetzt für eine Vielzahl von Anwendungen zur Energieeinsparung, zum Brandschutz oder zur Schalldämmung. Bei der Betriebsbesichtigung werden die Produktionsabläufe erklärt. Außerdem wird es ein Gespräch mit Herrn Jörg Abisch vom Betriebsrat geben. Dabei soll es auch um die Frage gehen, wie sich die Mitbestimmung bei Rockwool in Zeiten des Strukturwandels bewährt.

Letzter Rücktrittstermin: 5 Tage vor dem Betriebsbesuch.

**Leitung:** Rainer Stobbe  
**Termin:** Do, 27.3.2025, 14.00 - 16.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Rockwool-Informationscenter  
Bottroper Straße 241  
**Entgelt:** 6,00 € (Verwaltungskostenanteil der VHS) – die Führung bei Rockwool ist kostenlos



© Deutsche Rockwool GmbH & Co. KG

## 412 Werksbesichtigung des Mercedes-Benz Werk in Düsseldorf Betriebsbesuch

Das Automobilwerk in Düsseldorf wurde 1962 gegründet und dort sind rund 5.600 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beschäftigt, die die Produktion u. a. des Mercedes-Benz Sprinter und eSprinter mit etwa 111.000 Einheiten im Jahr, verantworten. Düsseldorf hat eine Führungsrolle innerhalb des globalen Produktionsnetzwerks von Mercedes-Benz Vans. Hier laufen alle geschlossenen Varianten des Mercedes-Benz Sprinter und eSprinter vom Band, also Kastenwagen und Kombi. Das Werk nimmt eine Fläche von 669.000 m<sup>2</sup> ein mit einer Produktionsfläche von 325.000 m<sup>2</sup>.

Die Flexibilität und Vielfalt im Rohbau des Transporters ist beeindruckend mit unterschiedlichen Längen, Höhen, Türanordnungen, Gewichtsklassen sowie Links- und Rechtslenkern. Zu den eindrucksvollsten

Fertigungsstationen gehört das Scheibenklebezentrum, das weltweit größte seiner Art. Hier setzen Roboter mit höchster Präzision die Scheiben des Fahrzeugs ein.

Die Anfahrt nach Düsseldorf erfolgt mit dem privaten Fahrzeug.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

<b>Leitung:</b>	Dirk Langer
<b>Termin:</b>	Do, 15.5.2025, 12.30 - 14.30 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Tor 1, Rather Straße 51, 40476 Düsseldorf
<b>Entgelt:</b>	6,00 € (Verwaltungskostenanteil der VHS) – der Werksbesuch bei Mercedes-Benz ist kostenlos



© Mercedes-Benz AG

i

**Sind Sie an Kursen zur „Finanzwirtschaft“, „Kosten- und Leistungsrechnung“ und „Lohn- und Gehaltsbuchführung“ interessiert? Dann wenden Sie sich bitte an die VHS Dorsten, Tel. 02362/664160, [www.vhsundkultur-dorsten.de](http://www.vhsundkultur-dorsten.de).**

## SCHLOSSEREI MÜLLER

- Bauschlosserei
- Reparaturen
- Stahlbau
- Blecharbeiten
- Kunstschmiede
- Netzwerktechnik
- Kabelverlegung

Europastraße 46c · 45968 Gladbeck

**☎ 0 20 43/9 34 98 89**

schlossereigladbeck@yahoo.de · [www.schlosserei-gladbeck.de](http://www.schlosserei-gladbeck.de)

uni  
per

Immer. Einfach. Heimisch.

„Dank der Fernwärme von Uniper freuen wir uns auf unser neues warmes Zuhause.“

Prüfen Sie noch heute ob wir Sie auch mit unseren zuverlässigen Wärmeprodukten versorgen können!

Uniper Wärme GmbH  
Bergmannsglückstr. 40  
45896 Gelsenkirchen  
T +49 209 601 - 50 71  
[info-waerme@uniper.energy](mailto:info-waerme@uniper.energy)





**Fachbereichsleitung**

**Silvia Gómez**

Tel.: 99 24 55

E-Mail: [silvia.gomez@stadt-gladbeck.de](mailto:silvia.gomez@stadt-gladbeck.de)

**Deutsch als  
Fremdsprache/  
Zweitsprache**



## Deutsch als Zweitsprache

**Die Grenzen meiner Sprache sind  
die Grenzen meiner Welt.**  
(Wittgenstein)

## Übersicht über das Kursangebot Deutsch

1. Einstufungen
2. Integrationskurse mit Alphabetisierung
3. Allgemeine Integrationskurse ohne Alphabetisierung
4. Orientierungskurse
5. Deutschkurse für Geflüchtete
6. Deutsch-Tests für Zuwanderer (DTZ A2/B1)
7. Orientierungskurstests „Leben in Deutschland“ (LiD)
8. Basissprachkurse B2 – berufsbezogene Deutschkurse
9. Einbürgerungstests

## Sprachenberatung

In unseren Deutschkursen lernen ausländische Teilnehmer:innen unterschiedlicher Nationalitäten. Wir möchten, dass Sie den richtigen Kurs besuchen. Der Kurs darf für Sie nicht zu schwierig, aber auch nicht zu einfach sein. Die Teilnahme an den Integrationskursen setzt einen Einstufungstest und ein Beratungsgespräch voraus. Wir beraten Sie gern!

## Terminierte Beratungen für Integrationskurse

**Neuanmeldungen:** Wenn Sie noch keinen Deutschkurs besucht haben, vereinbaren Sie einen **Beratungstermin** unter der Tel. 99 27 14.

Wenn Sie Teilnehmer:in eines Deutschkurses sind und Sie **Fragen zu Ihrem Integrationskurs** haben, vereinbaren Sie einen **Beratungstermin** mit der Fachbereichsleiterin Frau Gómez unter der Tel. 99 24 55.

## Integrationskurse für Migrant:innen

Nach dem Zuwanderungsgesetz haben Neuzuwanderer Anspruch auf die Teilnahme an den sogenannten Integrationskursen, die neben Deutschunterricht auch einen „Orientierungskurs“ zum politischen und gesellschaftlichen Leben in Deutschland beinhalten.

Für den Integrationskurs brauchen Sie eine Teilnahmeberechtigung, die von der Ausländerbehörde, dem Jobcenter oder vom BAMF ausgestellt wird.

Die Bücher sind in allen Buchhandlungen erhältlich und werden von den Teilnehmenden selbst beschafft.

Die Teilnahme an den Integrationskursen setzt einen Einstufungstest und ein Beratungsgespräch voraus. Lassen Sie sich hierfür Termine geben, Tel. 99 27 14.



## Entgeltmäßigkeit

Module der Integrationskurse, Basissprachkurse B2 und Prüfungen können nicht ermäßigt werden. Deutschkurse für Geflüchtete sind entgeltfrei. Es besteht die Möglichkeit, eine Kostenbefreiung zu beantragen. Sprechen Sie uns an!

## Deutschkurse für Geflüchtete

Seit Mai 2015 bietet die VHS als neues Kursformat kostenlose Deutschkurse für Geflüchtete mit guter Bleibeperspektive an. Hier erwerben Asylbewerber:innen, deren Verfahren noch andauert, einfache Deutschkenntnisse zur Kommunikation in typischen Alltagssituationen in ihrem unmittelbaren Lebensumfeld sowie eine erste Orientierung in ihrer neuen Heimat Gladbeck. Es werden soziale Alltagskompetenzen und in Ansätzen eine demokratische Werthaltung vermittelt.

Angeboten werden bei Bedarf „Deutschkurse für Anfänger:innen“ und „Deutschkurse für fortgeschrittene Anfänger:innen“ mit jeweils ca. 100 Unterrichtsstunden bei einer Dauer von ca. 10 Wochen.

Das Konzept dieser Deutschkurse orientiert sich am Aufbau der Integrationskurse, um beide Kursformate zu verzahnen. Damit wird den Teilnehmer:innen, sobald sie eine Zulassung zum Integrationskurs erhalten, ein Seiteneinstieg in die Integrationskurse ermöglicht.

Nähere Informationen bei Silvia Gómez, Tel. 99 24 55.





1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12

## Neue Heimat Gladbeck



Im Rahmen aller Deutschkurse besuchen Teilnehmer:innen, die ihre neue Heimat Gladbeck besser kennen lernen wollen, z. B. die Stadtbibliothek, das Museum der Stadt Gladbeck im Wasserschloss Wittringen oder die Städtische Galerie.

## Berufsbezogene Deutschkurse Basissprachkurse B2

Auf Anfrage

Nach dem Abschluss des Integrationskurses haben Sie ein Zertifikat B1 mit gutem Ergebnis erworben und möchten sich nun sprachlich auf den Einstieg ins Berufsleben vorbereiten? Im Basissprachkurs B2 erwerben Sie Wortschatz, Redemittel und grammatische Strukturen für typische berufliche Situationen. Der Kurs schließt mit dem Telc-DTB „Deutsch-Test für den Beruf (B2)“ ab.

**Für diesen Kurs brauchen Sie eine Teilnahmeberechtigung, die die Arbeitsagentur, das Jobcenter oder das BAMF ausstellen.**

Die Fachbereichsleiterin Silvia Gómez berät Sie gern. Vereinbaren Sie einen persönlichen Termin!

## Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ A2/B1)

Eine vorherige Anmeldung im Haus der VHS ist erforderlich. An-/Abmeldeschluss 6 Wochen vor dem Prüfungstermin.

Telefonische Platzreservierungen werden nicht vorgenommen. Anmeldung nur nach Absprache mit der Fachbereichsleitung.

**Termin:** auf Anfrage, 7.30 - 18.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 150,00 € (keine Ermäßigung)



Stadtrundgang – am Eingang zum Rathaus.  
© Dietrich Pollmann, Foto aus Semester 2/2019

## Einbürgerungstests

Seit dem 1. September 2008 müssen Personen, die die deutsche Staatsangehörigkeit erwerben wollen, einen bundeseinheitlichen Einbürgerungstest ablegen. Eine persönliche Anmeldung im Haus der VHS ist erforderlich.

## Einbürgerungstests 2024

An-/Abmeldeschluss 6 Wochen vor dem Prüfungstermin.

**Termine:** Do, 27.3.2025, 18.00 – 19.00 Uhr,  
Do, 27.3.2025, 19.00 – 20.00 Uhr,  
Do, 27.3.2025, 20.00 – 21.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 25,00 € (keine Ermäßigung)

**Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:  
[www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)**





### Fachbereichsleitung

**Silvia Gómez**

Tel.: 99 24 55

E-Mail: [silvia.gomez@stadt-gladbeck.de](mailto:silvia.gomez@stadt-gladbeck.de)

**Fremd-  
sprachen**



Die Kursbezeichnungen orientieren sich an den Vorgaben des Europarates, dem Europäischen Bezugsrahmen für Sprachen. Die Länder haben sich auf eine Beschreibung von sechs Kenntnisstufen geeinigt, die in Zukunft allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage dient. Für unsere Kurse sind vor allem die Stufen A 1 bis B 2 relevant. Die vorgenommenen Einstufungen der Kurse beziehen sich auf die Stufe, die bei Kursende erreicht sein soll.

Sie sollten am Ende der jeweiligen Stufe folgendes gelernt haben:

	Elementare Sprachverwendung		Selbstständige Sprachverwendung	
	Stufe A1	Stufe A2	Stufe B1	Stufe B2
Hören	Ich kann alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn deutlich und langsam gesprochen wird.	Ich kann einfache Informationen zu Themen wie Beziehung, Familie, persönliche Interessen, Arbeit, Wohnen und Umgebung verstehen. Lautsprecherdurchsagen (Flughafen, Bahnhof) verstehe ich, wenn kurz und klar gesprochen wird.	Ich kann das Wesentliche verstehen, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind und klare Standardsprache verwendet wird. Bei Radio- und Fernsehsendungen verstehe ich das Wesentliche, wenn mich die Themen interessieren und langsam und deutlich gesprochen wird.	Ich kann in Alltag und Beruf längeren Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.
Lesen	Ich kann vertraute Namen, Wörter und einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern, Plakaten, Speisekarten oder in Prospekten.	Ich kann in kurzen Texten (Anzeigen, Prospekte, Faxe, E-Mails, Fahrpläne usw.) das Wichtigste verstehen.	Ich kann längere Texte verstehen, in denen überwiegend solche Sprache vorkommt, die in Alltag und Beruf häufig verwendet wird.	Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte wie z.B. Kurzgeschichten oder Krimis.
An Gesprächen teilnehmen	Ich bin darauf angewiesen, dass meine Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Sprache noch nicht lange lerne.	Ich kann mich in Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten, direkten Austausch von Informationen geht. Ich verstehe aber noch nicht genug, um selbst ein Gespräch länger in Gang zu halten.	Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man auf Reisen begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren.	Ich kann mich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne besondere Anstrengung für die Gesprächspartner oder für mich möglich ist.
Zusammenhängend sprechen	Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um anderen z.B. mitzuteilen, was ich möchte und was mich interessiert.	Ich kann in einigen Sätzen und mit einfachen Worten z.B. meine Familie, andere Leute, meine Ausbildung, meine Interessen, meine berufliche Tätigkeit beschreiben.	Ich kann Erfahrungen und Ereignisse, Wünsche und Ziele zusammenhängend beschreiben. Ich kann meine Meinungen und Pläne erklären und begründen.	Ich kann mich zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.
Schreiben	Ich kann eine kurze Postkarte, z.B. mit Begrüßungen, schreiben. Ich kann auf Formularen, z.B. bei Reisen, Namen, Adresse, Nationalität usw. eintragen.	Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.	Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe verfassen.	Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.

„Eine andere Sprache ist eine andere Sicht auf das Leben.“

(Federico Fellini,  
italienischer Filmemacher)

## Welche Sprachen können Sie bei uns lernen?

Deutsch als Zweitsprache (vgl. Fachbereich 5), Englisch, Spanisch, Französisch, Italienisch, Niederländisch, Arabisch und Polnisch als Herkunftssprache.

## Was lernen Sie?

- Verständigung im Alltag, im Beruf, auf Reisen
- Hören und Sprechen
- Lesen und 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

## Differenzierte Kursformen

- Standardkurse mit einmal wöchentlichem Unterricht, vormittags oder abends
- Intensiv- und Kompaktkurse
- landeskundliche und kulturelle Einzelveranstaltungen

## Unser Service

- individuelle Beratung, persönlich und telefonisch, unverbindlich und kostenlos
- Kursempfehlungen entsprechend Ihren persönlichen Vorkenntnissen, Ihrem gewünschten Lerntempo und Ihren Lernzielen
- Möglichkeit des Kurswechsels und des nachträglichen Kurseinstiegs
- maßgeschneiderte Angebote auf Bestellung



## Sprachtests im Internet

Für verschiedene Sprachen gibt es im Internet Einstufungstests. Wenn Sie im Vorfeld einen solchen Test durchführen, können Sie uns Ihr Ergebnis bei der Anmeldung bzw. in der Sprachenberatung mitteilen. Entsprechende Tests finden Sie z. B. unter den folgenden Links:

[www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)  
[sprachtest.cornelsen.de](http://sprachtest.cornelsen.de)  
[www.klett.de/einstufungstest](http://www.klett.de/einstufungstest)  
[www.hueber.de](http://www.hueber.de)

## Sprachenverbund Emscher-Lippe-Region

Die Volkshochschulen der Emscher-Lippe-Region halten eine Fülle von Angeboten in mehr als 20 Fremdsprachen bereit. In einer ausführlichen Broschüre, die Sie bei uns erhalten können, finden Sie darüber hinaus berufsbezogene Kurse, Wochenendseminare, Bildungsurlaube und eine große Palette kultureller Veranstaltungen.

## VHS als Prüfungszentrum

Die Europäischen Sprachenzertifikate TELC können nur an akkreditierten Prüfungszentren erworben werden. Die VHS Gladbeck gehört mit anderen Volkshochschulen zum „Prüfungszentrum Kooperation Emscher-Lippe-Region“, das in allen angebotenen Sprachen bei Bedarf Prüfungen organisieren kann. Nähere Informationen bei Silvia Gómez, Tel. 99 24 55.



## Übersicht über das Kursangebot Englisch

Englisch startet mit Teilnehmenden mit Vorkenntnissen, gestufte Kurse beginnen mit einem Wiedereinstiegskurs, der Vorkenntnisse voraussetzt. Beide führen mit Lehrbüchern bis zur Kenntnisstufe B1. Auffrischkurse setzen Vorkenntnisse voraus und dauern zwei bis drei Semester. Ab Kenntnisstufe A2/B1 können Sie wählen zwischen allgemeinsprachlichen Aufbau-

angeboten, Englisch für den Beruf oder Konversationskursen, die den Schwerpunkt auf Sprechen und Hören legen.

1. Gestufte Kurse im VHS-Kurssystem
2. Aufbauangebot
3. Englisch-Intensivwoche/Bildungsurlaub
4. Konversationskurse



Palace of Westminster, London

© Gómez

### Stufe A2

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

#### 600 F Englisch Wiedereinstiegskurs A2.2 Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: **Headway English A2, ab Lektion 9**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Kenntnisse der englischen Sprache auf dem A2 Niveau wiederholen und vertiefen möchten. Die Konversation soll im Vordergrund stehen. Auf der Grundlage des vorgegebenen Lehrwerks werden Wiederholung und Auffrischung von Grammatik, Anwendung von „Everyday English“ sowie Hörverständnisübungen mit Hilfe von Audio und Video Material berücksichtigt. Kleine Texte sollen zu angeregten Gesprächen ermuntern.

**Leitung:** Ute Kolorz  
**Termine:** ab Mo, 17.2.2025, 8.30 - 10.00 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 12 Termine, 24 U.Std.  
**Entgelt:** 115,20 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

#### 602 F Englisch mit Muße A2.2 Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

**Leitung:** Annette Böing  
**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, 10.15 - 11.45 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Lehrmaterialien werden in Absprache mit den Teilnehmenden von der Kursleiterin erstellt. Kopierkosten werden bei der Kursleiterin direkt bezahlt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

#### 603 F Englisch mit Muße A2.2 Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

**Leitung:** Annette Böing  
**Termine:** ab Do, 23.1.2025, 10.15 - 11.45 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Lehrmaterialien werden in Absprache mit den Teilnehmenden von der Kursleiterin erstellt. Kopierkosten werden bei der Kursleiterin direkt bezahlt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

#### 605 F Englisch mit Muße A2.2 Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

**Leitung:** Annette Böing  
**Termine:** ab Mi, 22.1.2025, 8.30 - 10.00 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 €

Lehrmaterialien werden in Absprache mit den Teilnehmenden von der Kursleiterin erstellt. Kopierkosten werden bei der Kursleiterin direkt bezahlt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

#### 607 F Englisch mit Muße A2.2 Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

**Leitung:** Annette Böing  
**Termine:** ab Mi, 22.1.2025, 10.15 - 11.45 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Lehrmaterialien werden in Absprache mit den Teilnehmenden von der Kursleiterin erstellt. Kopierkosten werden bei der Kursleiterin direkt bezahlt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

## Stufe B1

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

601 F

### Englisch Stufe B1.1

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: Easy English B1.1 ab Lektion 1

Zusatzmaterialien zum Lehrwerk „Easy Reader“ werden eingesetzt

**Leitung:** Helmut Christen

**Termine:** ab Mi, 22.1.2025, 15.00 - 16.30 Uhr

**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7

**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.

**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

## Englische Konversation

634 F

### Active English B1

Diese Kurse ermöglichen es Interessent:innen, die das Kurssystem der VHS durchlaufen oder Englisch in der Schule gelernt haben, ihre Englischkenntnisse ohne ein festes Lehrwerk in Diskussionen, anhand von kurzen Lektüren, Zeitungstexten, Ton- und Videomaterial etc. aufzufrischen, zu vertiefen und auszubauen.

**Leitung:** Annette Böing

**Termine:** ab Do, 23.1.2025, 12.00 - 13.30 Uhr

**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7

**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.

**Entgelt:** 105,00 €

Lehrmaterialien werden in Absprache mit den Teilnehmenden von der Kursleiterin erstellt. Kopierkosten werden bei der Kursleiterin direkt bezahlt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



628

### Brush up your English B1+/B2

Intensivwoche/Bildungsurlaub

This intensive course gives you the chance to wake up, refresh and improve the English you have learnt so far. In a lot of exercises, we will use the language for oral and written communication in both personal and business contexts, for example when it comes to small talk, telephoning and emailing, as well as travelling and receiving visitors. Grammar will also be reviewed in order to speak English correctly.

Requirements for signing up: You should have the knowledge of about 6 years of English at school or any equivalent experience. If you are not sure to meet the requirements, please contact Silvia Gomez at 0 20 43 - 99 24 55 for further information.

Für die Teilnahme an diesem Seminar kann beim Arbeitgeber Freistellung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz beantragt werden (Bildungsurlaub).

**Leitung:** Frank Rehfeldt

**Termine:** ab Mo, 10.2. - Fr, 14.2 2025,

8.30 - 16.00 Uhr

**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Seminarraum 3, Bülsler Str. 38

**Dauer:** 5 Termine, 40 U.Std.

**Entgelt:** 220,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Anmeldetermin beim Arbeitgeber: 6 Wochen vor Beginn, letzter Rücktrittstermin bei der VHS: 2 Wochen vor Beginn.

## Vorschau 2/2025

628

### Brush up your English B1+/B2

Intensivwoche/Bildungsurlaub

This intensive course gives you the chance to wake up, refresh and improve the English you have learnt so far. In a lot of exercises, we will use the language for oral and written communication in both personal and business contexts, for example when it comes to small talk, telephoning and emailing, as well as travelling and receiving visitors. Grammar will also be reviewed in order to speak English correctly.

Requirements for signing up: You should have the knowledge of about 6 years of English at school or any equivalent experience. If you are not sure to meet the requirements, please contact Silvia Gomez at 0 20 43 - 99 24 55 for further information.

Für die Teilnahme an diesem Seminar kann beim Arbeitgeber Freistellung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz beantragt werden (Bildungsurlaub).

**Leitung:** Frank Rehfeldt

**Termine:** ab Mo, 18.8. - Fr, 22.8.2025, 8.30 - 16.00 Uhr

**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Seminarraum 3, Bülsler Str. 38

**Dauer:** 5 Termine, 40 U.Std.

**Entgelt:** 220,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Anmeldetermin beim Arbeitgeber: 6 Wochen vor Beginn, letzter Rücktrittstermin bei der VHS: 2 Wochen vor Beginn.



Ihr direkter Weg zur  
**VHS-Homepage**

636

### Englisch für Schüler:innen

Intensivkurs in den Osterferien – Grammatik-Training und Vorbereitung auf die Abschlussprüfung

Englisch ist doch eigentlich einfach, aber leider nicht ganz. In manchen Grammatikfragen seid Ihr häufig unsicher und würdet gerne eure Kenntnisse festigen?

Schwerpunktmäßig werden in diesem Intensivkurs grammatische Strukturen der Klassen 5 bis 8 aufgefrischt und vertieft, so dass Ihr mehr Sicherheit im schriftlichen und mündlichen Ausdruck bekommt. Zum Lernprogramm gehören insbesondere die Bildung und der Gebrauch der Zeiten, die richtige Satzstellung sowie häufig gemachte Fehler. Aber auch einige speaking and listening activities sowie Wortschatzübungen und Spiele sind Bestandteil der Woche.

Der Kurs wendet sich an Schüler:innen der Klassen 8 bis 10, die ihre Noten verbessern oder sich auf die Abschlussprüfung (ZAP) vorbereiten wollen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Beginn.

**Leitung:** Ramona Holländer  
**Termine:** Di, 22.4. - Fr, 25.4.2025, 9.00 - 12.15 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülsers Str. 38  
**Dauer:** 4 Termine, 16 U.Std.  
**Entgelt:** 88,00 € (keine Ermäßigung) (einschl. Kopien)

### Übersicht über das Kursangebot Spanisch

Die VHS bietet Spanischlernenden folgende Kurstypen an:

1. Intensivseminare Spanisch für Anfänger:innen
2. gestufte Kurse im Zertifikatssystem
3. Konversation

Allgemeine Informationen zum Sprachenlernen sowie über die Zuordnung der Kurse zu den Stufen A 1 bis B 2 finden Sie am Anfang von Fachbereich 6. Wir beraten Sie gerne auf der Suche nach dem richtigen Kurs! Sprachenberatung im Haus der VHS oder nach telefonischer Vereinbarung (Tel. 99 24 15).



© Gómez



El Rocío, Huelva (Andalusien)  
© Gómez

### Spanisch von Anfang an – welcher Kurs für wen?

Wenn Sie noch keine Spanischkenntnisse haben und einen Abendkurs in normalem Lerntempo bevorzugen, sollten Sie Kurs Nr. 642 besuchen. Da es nicht immer einfach ist, den Kurs zu finden, in dem man sich am wohlsten fühlt, bieten wir Ihnen mit unserer Sprachenberatung an, Sie in den für Ihre individuellen Bedürfnisse geeigneten Kurs zu platzieren.



© Gómez

Stufe **A1**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

640 B

### Spanisch für Anfänger:innen A1 Bildungsurlaub

Dieser Intensivsprachkurs wendet sich an Interessierte, die einen kompakten Einstieg in die spanische Sprache wünschen und in kurzer Zeit bei ganztägigem Unterricht erste Grundlagen der spanischen Sprache erwerben möchten. Dieses Angebot ist für Spanisch-Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse vorgesehen.

Arbeitnehmer haben die Möglichkeit, bei ihrem Arbeitgeber Freistellung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (Bildungsurlaub) zu beantragen.

**Leitung:** Dorothe Winkler  
**Termine:** Mo, 13.1. - 16.1.2025  
 von 8.30 - 12.15 und 13.00 - 15.15 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Seminarraum 3, Bülsers Str. 38  
**Dauer:** 4 Termine, 32 U.Std.  
**Entgelt:** 176,00 €

Letzter Anmeldetermin beim Arbeitgeber: 6 Wochen vor Beginn, letzter Rücktrittstermin bei der VHS: 2 Wochen vor Beginn.

## 642 Spanisch für Anfänger:innen A1.1

Lehrbuch: **Perspectivas ab Lektion 1**

**Leitung:** Ruth Schneider-Granda  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 19.15 - 20.45 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 105,00 €

## 640 Spanisch für Anfänger:innen A1.1

Lehrbuch: **Con gusto nuevo A1 ab Lektion 3**

**Leitung:** Dorothe Winkler  
**Termine:** ab Di, 28.1.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 17 Termine, 34 U.Std.  
**Entgelt:** 119,00 €

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

## 641 F Spanisch A1.2

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: **Perspectivas Ya A1 ab Lektion 7**

**Leitung:** Ruth Schneider-Granda  
**Termine:** ab Do, 23.1.2025, 19.00 - 20.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



## 651 F Spanisch A1.2

Lehrbuch: **Perspectivas Ya A1 ab Lektion 13**

**Leitung:** Dorothe Winkler  
**Termine:** ab Mo, 27.1.2025, 10.15 - 11.45 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 17 Termine, 34 U.Std.  
**Entgelt:** 119,00 €

Torero-Ronda,  
Andalucía  
© Gómez



Stufe **A2**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

## 645 F Spanisch A2.1

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: **Con gusto nuevo A2 ab Lektion 3**

**Leitung:** Dorothe Winkler  
**Termine:** ab Mi, 29.1.2025, 19.45 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 17 Termine, 34 U.Std.  
**Entgelt:** 156,40 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

## 656 F Spanisch A2.2

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: **Con gusto nuevo A2 ca. ab Lektion 11**

En este curso aprendemos español con mucha alegría y un poco de vino. ¡Nuevos participantes están siempre bienvenidos!

**Leitung:** Dorothe Winkler  
**Termine:** ab Di, 28.1.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 17 Termine, 34 U.Std.  
**Entgelt:** 163,20 € (keine Ermäßigung)

Lehrmaterialien werden in Absprache mit den Teilnehmenden von der Kursleiterin erstellt. Kopierkosten werden bei der Kursleiterin direkt bezahlt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

Stufe **B1**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

## 653 F Spanisch B1.1

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: **Con gusto nuevo B1 ab Lektion 6**

**Leitung:** Dorothe Winkler  
**Termine:** ab Mo, 27.1.2025, 8.30 - 10.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 17 Termine, 34 U.Std.  
**Entgelt:** 163,20 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



658 F

**Conversar en español B1**

**Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)**

**Lehrbuch: Con gusto nuevo B1 ca. ab Lektion 10**

Se trata de un curso de comunicación del nivel B1/B2. Hablaremos de temas cotidianos, culturales y sociales. A base de artículos de la prensa o de extractos de la literatura española intentamos discutir mucho repitiendo también sucesivamente la gramática como el subjuntivo o la sucesión de los tiempos. ¡Bienvenidos al curso!

**Leitung:** Dorothe Winkler  
**Termine:** ab Mi, 29.1.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 17 Termine, 34 U.Std.  
**Entgelt:** 156,40 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

657 F

**Spanisch B1 Lektüre**

**Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)**

**Lektüre und ausgewählte Grammatikkapitel**

**Leitung:** Dorothe Winkler  
**Termine:** ab Mi, 29.1.2025, 10.15 - 11.45 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 17 Termine, 34 U.Std.  
**Entgelt:** 163,20 € (keine Ermäßigung)

Lehrmaterialien werden in Absprache mit den Teilnehmenden von der Kursleiterin erstellt. Kopierkosten werden bei der Kursleiterin direkt bezahlt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

**Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich: [www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)**

**Übersicht über das Kursangebot Französisch**

Allgemeine Informationen zum Sprachenlernen sowie über die Zuordnung der Kurse zu den Stufen A1 bis B2 finden Sie am Anfang von Fachbereich 6. Wir beraten Sie gerne auf der Suche nach dem richtigen Kurs! Sprachenberatung im Haus der VHS oder nach telefonischer Vereinbarung (Tel. 99 24 15).

**Stufe A1**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

673 F

**Französisch A1.1**

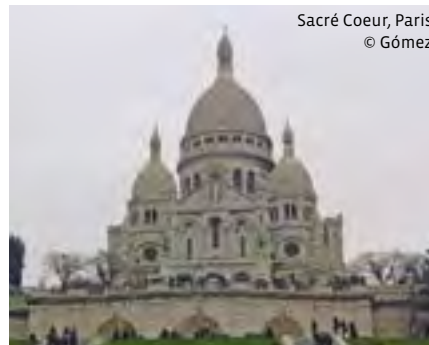
**Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)**

**Lehr- und Arbeitsbuch: On y va, A1.1 ab Lektion 5/6**

**Leitung:** Veronique Legleye  
**Termine:** ab Do, 23.1.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Interessierte, die über sehr geringe Vorkenntnisse in Französisch verfügen, werden in diesen Kurs gerne aufgenommen!

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



Sacré Coeur, Paris © Gómez

**Stufe A2**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

675 F

**Französisch A2.1**

**Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)**

**Lehr- und Arbeitsbuch: On y va, A2 ab Lektion 1. Aktualisierte Ausgabe**

**Leitung:** Annette Hilkenmeier  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Interessierte, die über geringe Vorkenntnisse in Französisch verfügen, werden in diesen Kurs gerne aufgenommen!

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

678 F

**Französisch A2.2**

**Lehrbuch: „On y va“**

**ISBN: 978-3-19-103351-4 Aktualisierte Ausgabe Hueber Verlag**

Bienvenue! Sie haben das Niveau A1 erreicht (3 Jahre VHS oder vergleichbare Kenntnisse): Fangen Sie mit uns die nächste Stufe A2 mit dem neuen Lehrwerk *On y va!* A2 an.

Der Schwerpunkt des Kurses liegt auf dem Sprechen in Alltagssituationen. Wir festigen auch die Kenntnisse der wesentlichen Grammatikregeln, entdecken Vokabeln und neue Redewendungen. À bientôt!

**Leitung:** Blandine Marie Blömker  
**Termine:** ab Mi, 5.2.2025, 10.30 - 12.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 105,00 €

679 F

**Französisch A2+/B1**

**Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)**

## Cours de conversation facile

Bienvenue! Venez discuter de sujets concernant la vie quotidienne et l'actualité. Précisez vos connaissances sur la culture française: régions, gastronomie, chansons et habitudes. N'hésitez pas à rencontrer notre petit groupe de francophiles. À bientôt!

**Leitung:** Blandine Marie Blömker

**Termine:** ab Mi, 5.2.2025, 16.15 - 17.45 Uhr

**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.

**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

## Besuchen Sie die VHS bei Facebook!

Die Fangemeinde wächst: Seit 2011 ist die VHS Gladbeck mit einer eigenen Seite auf Facebook vertreten und informiert regelmäßig über Neuigkeiten und Angebote. Werden auch Sie ein „Fan“ von uns und tauschen Sie sich mit uns aus.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch unter [www.facebook.com/vhsgladbeck/](https://www.facebook.com/vhsgladbeck/)!

**vhs**

**Gladbeck**

Stufe **B1**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

674 F

**Französisch Auffrischkurs B1.2**

**Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)**

**Lehr- und Arbeitsbuch: CHAPEAU! B1 ab Lektion 9 (weitere Materialien zur Wiederholung der Stufe B1 werden im Kurs bereitgestellt.)**

Aufbauend auf den Kenntnissen der Kompetenzstufe A2 wird das Sprachniveau der Stufe B1 mit einem neuen Lehrwerk wiederholt, gefestigt bzw. wieder erreicht und gelegentlich durch aktuelle Artikel der Zeitung REVUE DE LA PRESSE ergänzt.

**Leitung:** Annette Hilkenmeier

**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 18.00 - 19.30 Uhr

**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7

**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.

**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Interessierte, die über Vorkenntnisse in Französisch verfügen, werden in diesen Kurs gerne aufgenommen!

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



Rathaus, Marcq-en-Baroeul © Gómez

## Freundeskreis Marcq-en-Baroeul

Im Rahmen der Städtepartnerschaft zwischen der Stadt Marq-en-Baroeul in Frankreich und Gladbeck gründeten Freunde der französischen Sprache in Gladbeck 1978 den „Freundeskreis Marq-en-Barœul“, das Pendant auf französischer Seite sind die „Amis de Gladbeck“. Zur Pflege der partnerschaftlichen Beziehungen beider Städte findet seitdem ein regelmäßiger Austausch mit Treffen und gemeinsamen Aktivitäten statt.

Ein Highlight ist das jährliche Pfingsttreffen der „Linguisten“, zu dem jedes Jahr die Marcqer und Gladbecker Freunde der deutschen und französischen Sprache zusammenkommen, um Freundschaften zu pflegen, Informationen, Ansichten und Einblicke auszutauschen und ihre Sprachkenntnisse zu vertiefen. In diesem Jahr laden die französischen „Amis de Gladbeck“ zum Pfingsttreffen nach Marcq-en-Barœul ein und werden ihren deutschen Gästen wieder ein interessantes Programm bieten.

Der von der VHS unterstützte Freundeskreis ist ein eingetragener Verein (e.V.), sein Vorsitzender ist Dietrich Oermann. Bei Interesse erreichen Sie ihn unter Handy-Nr. 0160 90126527 oder Tel. 94990-22.

### Regelmäßiger Treffpunkt:

Gaststätte „Marktstübchen“, jeden 1. Dienstag im Monat, 19.00 Uhr

Stufe **A1**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

**680**  
**Intensivwoche Italienisch A1.1**  
**für Anfänger:innen**  
**Bildungsurlaub**

**Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1 ab Lektion 1**

Dieser einwöchige Intensivsprachkurs wendet sich an Interessierte, die einen kompakten Einstieg in die italienische Sprache wünschen und in kurzer Zeit bei ganztägigem Unterricht erste Grundlagen der italienischen Sprache erwerben möchten.

Dieses Angebot ist für Italienisch-Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse vorgesehen.

**Leitung:** Raffaella Giuliani  
**Termine:** Mo, 24.3. - Fr, 28.3.2025  
 von 9.30 - 14.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 5 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 165,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Anmeldetermin beim Arbeitgeber: 6 Wochen vor Beginn, letzter Rücktrittstermin bei der VHS: 2 Wochen vor Beginn.

**Vorschau 2/2025**  
**680**  
**Intensivwoche Italienisch A1.1**  
**für Anfänger:innen**  
**Bildungsurlaub**  
**Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1 ab Lektion 1**

Dieser einwöchige Intensivsprachkurs wendet sich an Interessierte, die einen kompakten Einstieg in die italienische Sprache wünschen und in kurzer Zeit bei ganztägigem Unterricht erste Grundlagen der italienischen Sprache erwerben möchten.

**681 F**  
**Italienisch A1.1**

**Lehrbuch: Dieci A1, ab Lektion 3**

**Leitung:** Edith Gumbinger  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 105,00 €

**682 F**  
**Italienisch A1.2**  
**Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)**

**Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1 ab Lektion 8/9**

**Leitung:** Edith Gumbinger  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 9.00 - 10.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 1. Etage, Seminarraum 2, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



© Gómez

Dieses Angebot ist für Italienisch-Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse vorgesehen.

**Leitung:** Raffaella Giuliani  
**Termine:** Mo, 22.9. - Fr, 26.9.2025  
 von 9.30 - 14.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 5 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 165,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Anmeldetermin beim Arbeitgeber: 6 Wochen vor Beginn, letzter Rücktrittstermin bei der VHS: 2 Wochen vor Beginn.

Stufe **A2**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs

**684 F**  
**Italienisch A2.2**  
**Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)**  
**Lehrbuch: Al Dente A2, ca. ab Lektion 7**

**Leitung:** Edith Gumbinger  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



© Gómez

Stufe **A1**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs

**685**  
**Arabisch A1.1**  
**mit geringen Vorkenntnissen**  
**Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)**  
**Lehrbuch: Salam A1 ab Lektion 2**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.

**Leitung:** Hussam Al Hareezi  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 17.30 - 19.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 €

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



## Stufe A1

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs

### 692 Niederländisch für Anfänger:innen A1.1 Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

**Leitung:** Carsten Röwekamp  
**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, 9.30 - 11.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 144,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



Amsterdam © Gómez



© Gómez



© Gómez



Amsterdam © Gómez

### 691 F Niederländisch für Anfänger:innen A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse Lehrbuch und Übungsbuch: Goed idee! A1 Klett Verlag, ISBN 978-3-12-528606-1

**Leitung:** Marco Bernatzki  
**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 14 Termine, 28 U.Std.  
**Entgelt:** 98,00 €

### 690 F Niederländisch A1.2 Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende) Kursbuch und Übungsbuch: Welkom! neu A1 - A2, Lektion 6

**Leitung:** Petra Keding  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 10.45 - 12.15 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 14 Termine, 28 U.Std.  
**Entgelt:** 134,40 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

## Stufe A2

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs.

### 694 F Niederländisch für Anfänger:innen A2.2 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende) Lehrbuch und Übungsbuch: Welkom Neu! A1-A2 Klett Verlag, ab Lektion 15

Die Teilnehmer:innen können bereits erste Gespräche führen, Texte und Dialoge werden verstanden, wenn das Thema bekannt ist und die Wortwahl einfach ist bzw. langsam gesprochen wird.

**Leitung:** Marco Bernatzki  
**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, 18.20 - 19.50 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 14 Termine, 28 U.Std.  
**Entgelt:** 134,40 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.



**698 A – 698 B**

**Polnisch für Schüler**

**Polnisch als Herkunftssprache für Schüler:innen mit polnischen Wurzeln**

Der Herkunftssprachliche Unterricht (HSU) ist ein entgeltfreies Angebot in der Primarstufe und Sekundarstufe I für Schüler:innen mit internationaler Familiengeschichte, die in Deutsch und in Polnisch aufwachsen. Das Hauptziel des Unterrichts ist es, die mitgebrachten Sprachfähigkeiten zu festigen. Der Unterricht richtet sich daher an Schüler:innen mit polnischen Wurzeln im Alter von 6. bis 16 Jahren.

Die Anmeldung erfolgt über die Fachbereichsleitung Frau Gómez. Der herkunftssprachliche Unterricht kann auch von Schüler:innen in Anspruch genommen werden, die nicht in Gladbeck wohnen. Mit der Anmeldung des Kindes, ist die Teilnahme am herkunftssprachlichen Unterricht verbindlich und verpflichtet zum regelmäßigen Besuch des Unterrichts für die Dauer eines ganzen Schuljahres.



Die Teilnahme am herkunftssprachlichen Unterricht ist kostenlos.

Diese Maßnahme wird gefördert durch Mittel des Auswärtigen Amtes in Kooperation mit dem Kompetenz- und Koordinationszentrum Polnisch.



**695 V**

**Kuba – die Königin der Antillen**  
Vortrag in polnischer Sprache

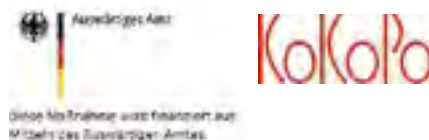
Kuba ist weit mehr als nur die malerische, weiß-türkise Küste der Karibik. Es sind die zaubernden Städte, die von einer reichen Geschichte und vergangener kolonialer Pracht erzählen, sowie die bunten Oldtimer, die gemächlich über die holprigen Straßen fahren. Die Menschen auf dieser Insel strahlen Lebensfreude und Gastfreundschaft aus und inspirieren jeden, der ihnen begegnet.

Diese Maßnahme wird gefördert durch Mittel des Auswärtigen Amtes in Kooperation mit dem Kompetenz- und Koordinationszentrum Polnisch.

**Kuba – królowa Antyli**  
Wykład w języku polskim

Kuba to nie tylko rajskie plaże z przezroczysto – turkusowa woda, nieskazitelnie biały piach i wszędzie obecna muzyka. Kuba to miasta pełne historii, minionej kolonialnej świetności, to kolorowe OLD TIMER sunace po wyboistych drogach, a gościnni mieszkańcy wyspy inspirować radością życia.

To przedsięwzięcie jest finansowane z funduszy Ministerstwa Spraw Zagranicznych we współpracy z Centrum Kompetencji i Koordynacji Języka Polskiego.



**698 A**

**Polnisch für Schüler**

**Polnisch als Herkunftssprache für Schüler:innen mit polnischen Wurzeln (1. bis 3. Klasse)**

**Leitung:** Joanna Elies  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 15.30 - 16.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 1. Etage, Seminarraum 2, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 18 Termine, 36 U.Std.

**698 B**

**Polnisch für Schüler**

**Polnisch als Herkunftssprache für Schüler:innen mit polnischen Wurzeln (4. bis 6. Klasse)**

**Leitung:** Joanna Elies  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 16.30 - 17.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 1. Etage, Seminarraum 2, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 18 Termine, 36 U.Std.



**Leitung:** Joanna Elies  
**Termin:** Do, 20.3.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist entweder telefonisch unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 7 Tage vor dem Termin möglich!

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12

699 V

## Mehrsprachigkeit und Polnisch als Herkunftssprache

Vortrag in polnischer Sprache

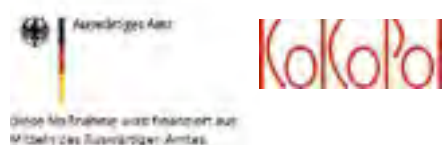
„Die Grenzen meiner Sprache bedeuten die Grenzen meiner Welt“ – vor hundert Jahren schrieb der österreichische Philosoph Ludwig Wittgenstein. Kaum gibt es eine treffendere Werbung für Zwei- und Mehrsprachigkeit.

Was bedeutet die Fähigkeit, mehr als eine Sprache zu beherrschen? Warum ist es wichtig, die Herkunftssprache bereits in der frühen Entwicklungsphase eines Kindes zu fördern? Wie können wir Kinder in der Entwicklung von Mehr- oder Zweisprachigkeit unterstützen?

Die Förderung von Mehrsprachigkeit gilt als eines der politischen Kernziele der Europäischen Union. In der zusammenwachsenden Welt stellt die Öffnung gegenüber anderen Kulturen – unter Wahrung herkunftssprachlicher Identitäten – eine Schlüsselkompetenz dar.

In einer zusammenwachsenden Welt stellt Mehrsprachigkeit im beruflichen und privaten Kontext eine entscheidende Schlüsselkompetenz dar. Das Erlernen von Sprachen trägt zur Entwicklung interkultureller Sichtweisen bei und bewirkt eine größere Offenheit für andere Kulturen. Zugleich unterstützt der Ausbau herkunftssprachlicher Kompetenz den Identitätsfindungsprozess von Menschen mit Zuwanderungsgeschichte.

Diese Maßnahme wird gefördert durch Mittel des Auswärtigen Amtes in Kooperation mit dem Kompetenz- und Koordinationszentrum Polnisch.



## Wielojęzyczność i język polski jako język ojczysty

Wykład w języku polskim

„Granice mojej mowy oznaczają granice mojego świata“ – napisał sto lat temu austriacki filozof Ludwig Wittgenstein. Trudno o trafniejsze hasło promujące dwujęzyczność i wielojęzyczność.

Co oznacza umiejętność posługiwania się więcej niż jednym językiem? Dlaczego ważne jest wspieranie języka ojczystego już na wczesnym etapie rozwoju dziecka? Jak możemy wspierać dzieci w rozwoju dwujęzyczności lub wielojęzyczności?

Wspieranie wielojęzyczności uznawane jest za jeden z podstawowych celów politycznych Unii Europejskiej. W zglobalizowanym świecie otwartość na inne kultury – przy jednoczesnym zachowaniu tożsamości językowej – stanowi kluczową kompetencję.

W zintegrowanym świecie wielojęzyczność w kontekście zawodowym i prywatnym jest decydującą kluczową umiejętnością. Nauka języków przyczynia się do kształtowania międzykulturowych perspektyw i wpływa na większą otwartość na inne kultury. Jednocześnie rozwijanie umiejętności językowych wspiera proces odkrywania tożsamości osób z historią migracyjną.

To przedsięwzięcie jest finansowane z funduszy Ministerstwa Spraw Zagranicznych we współpracy z Centrum Kompetencji i Koordynacji Języka Polskiego.

**Leitung:** Joanna Elies  
**Termin:** Do, 20.2.2025, 18.00 - 19.30 Uhr

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist entweder telefonisch unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 7 Tage vor dem Termin möglich!



696

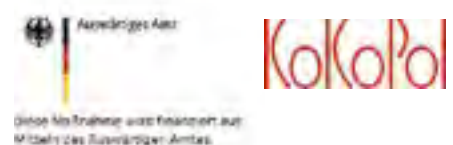
## Hurra, Hurra! Oma und Opa sind da!

Oberschlesisches Landesmuseum in Ratingen

In Polen werden der „Dzien Babci“ (Oma-Tag) und der „Dzien Dziadka“ (Opa-Tag) groß gefeiert. Das Oberschlesische Landesmuseum lädt Jung und Alt ein, um gemeinsam Spiele herzustellen und damit die familiären Bande zu feiern. Besonders Kinder können dabei spielerisch wachsen: sie lernen, mit Frustration und Freude umzugehen, Regeln zu beachten und fair mit anderen zu spielen. Am wichtigsten jedoch sind die schönen Spielstunden, die gemeinsam mit den Großeltern verbracht werden. Ob Tic Tac Toe, Schiffe versenken oder Memory – für jeden Geschmack ist etwas dabei.

**Leitung:** Joanna Elies  
**Termin:** Sa, 18.1.2025, 10.00 - 18.00 Uhr

Diese Maßnahme wird gefördert durch Mittel des Auswärtigen Amtes in Kooperation mit dem Kompetenz- und Koordinationszentrum Polnisch.



697

**Marzanna –  
die Verabschiedung des Winters**  
Oberschlesisches Landesmuseum  
in Ratingen

Am 21. März wird traditionell der Frühling begrüßt und der Winter vertrieben. Die Marzanna, eine Puppe, die den Winter symbolisiert, wird in Kindergärten und Schulen aus Stroh und Naturmaterialien gefertigt und anschließend in einem gemeinsamen Zeremoniell ertränkt. Was grausam klingt, ist eine alte Tradition, die den nahenden Frühling symbolisiert. Im Workshop stellen die Teilnehmenden ihre eigene Marzanna-Puppe her und erfahren dabei mehr über die Tradition.

**Leitung:** Joanna Elies  
**Termin:** Sa, 22.3.2025, 12.00 - 18.30 Uhr

Diese Maßnahme wird gefördert durch Mittel des Auswärtigen Amtes in Kooperation mit dem Kompetenz- und Koordinationszentrum Polnisch.



© Gómez



© Gómez

**Freundeskreis Gladbeck – Alanya**

Freund:innen der türkischen Partnerstadt Alanya gibt es mindestens seit 1993, seit der Gründung der Städtepartnerschaft zwischen Gladbeck und Alanya. Diese Menschen haben durch vielfältiges Engagement die Beziehungen beider Städte vertieft.

So wurde 2013 der Freundeskreis Gladbeck – Alanya gegründet. Seine Ziele sind, durch sozialen und kulturellen Austausch und durch Unterstützung des Alanya-Stands beim Gladbecker Appeltatenfest, die Beziehungen beider Städte weiter zu entwickeln.

Interessierte wenden sich gern an die **Ansprechpartner:in:**

**Müzeyyen Dressen,**  
Mobil: 01577/2412512,  
Mail: dressenaile@gelsennet.de  
**Süleyman Şirin,** Mobil: 0157/86859339,  
Mail: suleymansirin152@gamil.com

**Treffpunkt:** Willy-Brandt-Platz 9  
(über dem Reisestudio Gladbeck),  
jeden 1. Montag im Monat, 16.00 - 18.00 Uhr  
(außer Feiertage und Ferien).





**Fachbereichsleitung**

**Dirk Langer**

Leiter der VHS

Tel.: 99 24 49

E-Mail: [dirk.langer@stadt-gladbeck.de](mailto:dirk.langer@stadt-gladbeck.de)



**Familie,  
Persönlich-  
keitsbildung,  
Rhetorik**



## VHS-Forum Erziehung

i

**Erziehen ist eine „Mammutaufgabe“!**

Eltern, Erzieher:innen, Lehrer:innen und andere Interessierte sind zu den Veranstaltungen des „VHS-Forums Erziehung“ eingeladen. Sie erhalten dort Anregungen und Raum zur Diskussion. Namhafte Expert:innen, häufig durch Buchveröffentlichungen bekannt, beziehen zu aktuellen Erziehungsthemen Stellung.

Diese Veranstaltungsreihe ist als Beitrag der VHS zum „Gladbecker Bündnis für Familie – Erziehung, Bildung, Zukunft“ gedacht.



Das „Gladbecker Bündnis für Familie“ unter der Führung der Bürgermeisterin ist ein Zusammenschluss unterschiedlicher gesellschaftlicher Gruppen mit dem Ziel, die Situation der Gladbecker Mädchen und Jungen sowie ihrer Familien zu verbessern. Die Volkshochschule beteiligt sich an dem Bündnis.

**Eltern-Kind-Kurse in Gladbeck**  
 organisiert durch die KEFB Bottrop/  
 Gladbeck

!

Die Kurse, die in der Regel vormittags stattfinden, richten sich an Eltern mit Kindern von 0 – 3 Jahren. Die Gruppen finden statt in Rentfort (St. Martin), Ellinghorst (St. Elisabeth), Gladbeck-Ost (St. Johannes), Zweckel (Herz Jesu), Schultendorf (Christus König) und Brauck (St. Marien).

Weitere Informationen und Anmeldung bei der Kath. Erwachsenen- und Familienbildung Bottrop/Gladbeck, Tel. 02041/706230, Internet: [www.kefb-bistum-essen.de](http://www.kefb-bistum-essen.de).

700

**Dr. Hajo Hackstein: Vernachlässigung und Misshandlung von Kindern**

Vortrag mit Diskussion

Die seelische und körperliche Misshandlung von Kindern stellt in unserer Gesellschaft noch immer ein ernstes und nicht bewältigtes Problem dar. Zahlen, die jährlich zum Beispiel durch die großen Kinderschutzorganisationen, das Bundeskriminalamt oder die Bundesregierung dazu veröffentlicht werden, sind beängstigend und enthalten meist eine enorme Dunkelziffer. Obwohl Kindesmisshandlung (auch Klapse) in unserem Land unter Strafe stehen und Sachverständige, Praktiker und Kinderschutzorganisationen immer wieder auf diese so zerstörende und entwürdigende Form von Erziehungsmaßnahmen hinweisen, scheint ein durchgreifender Erfolg nicht in Sicht zu sein. Gewalt, Vernachlässigung, Brutalität bis hin zu Tötungen kommen viel häufiger und in wesentlich mehr Familien vor, als oft angenommen wird, und die zurückliegende Corona-Pandemie mit ihren Einschränkungen und Ausgehverboten brachte in so manche Familie nicht nur das Virus, sondern auch sexuelle Gewalt mit sich. Dr. Hackstein vermittelt in seinem Vortrag anschaulich Informationen, Beispiele und Kompetenzen zu diesem Thema. Er spricht über Häufigkeit, Formen und Ursachen von Misshandlungen, nennt Täter und Gewaltkreisläufe und gibt Hinweise auf typische Verletzungsmuster und Verwahrlosungen, um früh geeignete Schutz- und Hilfsmaßnahmen ergreifen zu können. Der Vortrag richtet sich an alle, die mit Kindern zu tun haben, sei es beruflich, ehrenamtlich oder im privaten Bereich in Kindergärten, Schulen, Familien, Beratungsstellen oder Hilfsorganisationen.

**Dr. Hajo Hackstein** unterrichtete über vier Jahrzehnte an der Johannes-Kessels-Akademie in Gladbeck. Er ist hier und in der weiteren Umgebung vor allem vielen Erzieherinnen und Erziehern bekannt. Seine Studien-, wie auch später seine Unterrichtsfächer lagen im Bereich der Psychologie, Soziologie und



Dr. Hajo Hackstein

Pädagogik, worin er auch promovierte. Seit seinem Ausscheiden aus dem aktiven Schuldienst referiert Dr. Hackstein zu aktuellen Erziehungsfragen als Dozent an der Volkshochschule Gladbeck, beim Kinderschutzbund in Alpen sowie auf Anfrage in Kindergärten und Jugendschutzeinrichtungen.

Die Veranstaltung wird von der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung Bottrop/Gladbeck unterstützt.



**Leitung:** Dr. Hajo Hackstein  
**Termin:** Do, 13.3.2025, 19.30 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Lesecafé der Stadtbücherei, Friedrich-Ebert-Str. 8  
**Eintritt:** 6,00 € / Schüler:innen und Studierende 3,00 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

701

## Züleyha Elemen: Mein Kind wächst mehrsprachig auf

Vortrag mit Diskussion

Viele Kinder wachsen in einer mehrsprachigen Umgebung auf. Eltern stellen sich in dieser Situation oft die Frage, wie eine normale Sprachentwicklung bei Mehrsprachigkeit aussieht und wie sie Ihre Kinder am besten unterstützen können. An diesem Abend geht es um die Themen:

- Wie verläuft die Sprachentwicklung von zweisprachigen Kindern?
- Wie lernt mein Kind gleichzeitig mehrere Sprachen?
- Wie kann ich mein Kind dabei unterstützen?

Sie haben die Gelegenheit, in einer Austausch- und Gesprächsrunde ihre bzw. eure Erfahrungen / Meinungen über die Mehrsprachigkeit auszutauschen und nützliche Tipps, die sich leicht in den Familienalltag integrieren lassen, zu erhalten.

705

## Erleben Sie das Potential Ihrer Stimme – Stimmbildung mit der Lichtenberger® Methode Seminar

Möchten Sie eine klangvolle Sprech- oder Singstimme entwickeln? Verspüren Sie nach längerem Sprechen oder Singen Missempfindungen in Ihrer Kehle wie Druck, Trockenheit, einen „Kloß im Hals“ oder gar Schmerzen?

Im Seminar gehen wir den Voraussetzungen einer gesunden Stimmgebung nach. Denn die Stimme ist das wichtigste Instrument in der täglichen Kommunikation, privat wie beruflich.

Sie erleben, wie mithilfe einer schwingungsreichen, klangvollen Stimme das Sprechen und Singen müheloser werden kann und sich dabei die körperliche Kraftanstrengung reduziert. Die Arbeitsweise basiert auf den Grundlagen der Lichtenberger® Methode

Toplumumuzda pek çok çocuk iki dilli bir ortamda büyümektedir. Ebeveynler bu durumda çocuklarının normal dil gelişiminin nasıl olacağını ve onları bu konuda nasıl destekleyeceklerini merak eder:

- Çocuklar aynı anda birden fazla Dil öğrenebilir mi?
- Cocugumun dil gelişimini nasıl destekleyebilirim?
- Cocugum iki Dil öğrenirken nelere dikkat etmeliyim?

Bu Söylesi`de iki dilli çocuk yetistirme hakkındaki görüs ve tecrübelerinizi diger Ebeveynler ile paylasabilir ve gündelik yasantinizda kolaylikla entegre edebileceginiz bilgileri bulabilirsiniz.

für angewandte Stimmphysiologie. Anhand von Übungen mit gesungenen Vokaltönen, sensorischem Hören, Klangstimulationen mit speziellen Instrumenten werden physiologische Selbstregulationsprozesse angeregt. Sie entwickeln mehr Resonanz, Tragfähigkeit und Lebendigkeit in Ihrer Stimme.

Die neu gewonnenen Erfahrungen werden direkt auf die Sprechstimme angewendet und anhand von Gedichten, Texten und einem einfachen Lied erprobt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Entscheidend ist die Neugierde für die eigene Stimme und die Bereitschaft für prozessoffenes Lernen. Bringen Sie bitte stilles Wasser, bequeme Kleidung und warme Socken mit.

**Leitung:** Züleyha Elemen

**Termin:** Di, 29.4.2025, 18.30 - 20.30 Uhr

**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist telefonisch unter 02043-992415 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 3 Tage vor dem Termin möglich!



Ihr direkter Weg zur  
**VHS-Homepage**



Kathrin  
Gudatus

Die Dozentin ist zertifizierte Stimmpädagogin nach der Lichtenberger® Methode für angewandte Stimmphysiologie nach Gisela Rohmert.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Kathrin Gudatus

**Termin:** Sa, 15.2.2025, 10.00 - 17.00 Uhr

**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

**Entgelt:** 50,00 €

Für Kursleitende der VHS Gladbeck ist dieses Seminar entgeltfrei.

706

**Grundlagen der Schlagfertigkeit**

Die Behandlung von Einwänden und Gegenargumenten wird in diesem Tagesseminar trainiert. Dadurch gelingt es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern in künftig problematischen Verhandlungen sicherer, überzeugender und selbstbewusster zu agieren. Zudem erweitern die Teilnehmenden den aktiven Wortschatz, damit auch in den Stresssituationen einer schwierigen Auseinandersetzung die erforderlichen Worte präsent sind. Das Seminar vermittelt nicht nur die Techniken der Schlagfertigkeit, sondern vertieft diese auch in praktischen Übungen, so dass ein effizienter Transfer in den beruflichen Alltag gelingen kann. Die Abwehr unfairer aggressiver Angriffe bildet einen weiteren Schwerpunkt dieses Seminars. Die Teilnehmenden reflektieren Situationen aus ihrer eigenen Praxis, in denen sie verbalen Angriffen ausgesetzt waren.

**Seminarinhalte:**

- mit verbalen Angriffen sicher argumentativ umgehen
- Manipulation erkennen und abwehren
- mit Störern erfolgreich umgehen
- aktiv Zuhören, um Gegenargumente zu entkräften
- in Gesprächen auf unfaire Strategien geeignet reagieren
- Schlagfertigkeitstechniken gezielt einsetzen
- den aktiven Wortschatz erweitern
- Tipps für einen effizienten und nachhaltigen Praxistransfer

Letzter Rücktrittstermin: 10 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Trainer:in des Dahms Privatinstituts  
**Termin:** Sa, 22.3.2025, 10.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 60,70 € (keine Ermäßigung) (inkl. eines Lehrbuchs zum Preis von 14,00 €)

Für Kursleitende der VHS Gladbeck ist dieses Seminar entgeltfrei.

707

**Otto Pötter: Ein Tag für mich – ein Wert- statt Werktag****Ein Tagesseminar für mehr Lebensqualität**

Sich inmitten der vielen Werkstage auch mal einen Werttag zu gönnen, tut gut. So ein Tag kann neu beleben. Denn wer hin und wieder innehält, hält das Innere. Ideal dafür sind die sinnzentrierten Impulse der Logotherapie nach Viktor E. Frankl. Sie richten den Blick auf wesentliche Leitgedanken, die vor innerem Verschleiß schützen. Entsprechende Themen dieses besonderen Seminartages wären: Stärkende Sinnanker – Ausgewogenheit der Kopf- und Herzenergie – Die Balance zwischen Nähe (Ja) und Distanz (Nein) – Verbesserung der inneren Sprache – Woran halte ich mich, um mich gut zu halten?

**Herr Pötter** ist Buchautor und ein bundesweit tätiger Dozent für logotherapeutische (sinnzentrierte) Persönlichkeitsentwicklung ([www.otto-poetter.de](http://www.otto-poetter.de)).



Otto Pötter

Schreibzeug ist ebenso mitzubringen wie warme Socken für meditative Ruhe („Die Seele baumeln lassen“) am Mittag und am Abend.

**Leitung:** Otto Pötter  
**Termin:** So, 23.3.2025, 10.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 50,00 €

Für Merkblätter sind noch 5 Euro an den Referenten zu entrichten.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar

708

**Resilienz – Die Trotzdemkraft der Seele**

Henriette Junghans

Resilienz bezeichnet die seelische Widerstandsfähigkeit, eine Kernkompetenz in einer sich schnell wandelnden und unvorhersehbaren Welt. Sie befähigt uns Menschen, Herausforderungen, Krisen und Ängste besser zu bewältigen und gesund zu bleiben.

Sie sind eingeladen, das Thema Resilienz für sich zu entdecken. Dabei lernen Sie Strategien, Techniken und Methoden kennen, die sich in schwierigen und belastenden Situationen sowohl im Beruf, im privaten Leben und im Umgang mit der Umwelt einsetzen lassen. Anhand von einfachen, aber wirkungsvollen Übungen lernen Sie, Ihr Denken und Handeln aktiv zu gestalten, Ihre Energie produktiv einzusetzen und Herausforderungen souverän zu bewältigen. Gerade in den gegenwärtig schwierigen Krisen eine Gelegenheit, seine eigene Resilienz herauszufinden und mit Mut und Leichtigkeit über eigene Grenzen zu gehen.

**Seminarinhalte:**

- Was ist Resilienz?
- Die Säulen der Resilienz für mehr innere Stärke nutzen
- Gesunde Grenzen setzen und sich vor Überforderung schützen
- Persönliche Möglichkeiten herausfinden im Umgang mit Stress, Belastungen und Krisen
- Regenerationsmöglichkeiten finden oder neu beleben

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Henriette Junghans  
**Termin:** Sa, 5.4.2025, 9.30 - 16.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 30,40 €

Für Kursleitende der VHS Gladbeck ist dieses Seminar entgeltfrei.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

## 709 „Jetzt spreche ich!“ – Grundlagen der Rhetorik für Beruf und Alltag Wochenendseminar

Im Berufsleben, aber auch in vielen Alltagssituationen ist man häufig gefordert, sich und seinen eigenen Standpunkt darzustellen. Lampenfieber, Nervosität und falsche Vorbereitung stehen dabei oft im Weg, und die Freude am Reden geht verloren. Wie Sie kleine Vorträge richtig halten und selbstbewusst Ihre Gesprächsbeiträge präsentieren, trainieren Sie in diesem Wochenendseminar. Es wird gezeigt, wie man seinen persönlichen Redestil findet und überzeugend argumentiert.



Leonhard Föcher

Sie lernen, mit Lampenfieber und Störungen umzugehen sowie Vorträge und Diskussionsbeiträge zu gestalten. Rollenspiele, Übungen zu Stimmeinsatz und Formulierung vermitteln dabei Redetechnik, Selbstbewusstsein und Sprechdenken.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor Kursbeginn.

**Leitung:** Leonhard Föcher  
**Termine:** Sa, 17.5.2025, 10.00 - 16.30 Uhr  
So, 18.5.2025, 10.00 - 16.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 2 Termine, 14 U.Std.  
**Entgelt:** 60,00 € (einschl. Kopien)

Für Kursleitende der VHS Gladbeck ist dieses Seminar entgeltfrei.

## 710 Körpersprache – Dein Körper spricht, auch wenn du nichts sagen willst Kompaktseminar

Haben Sie sich schon gefragt, warum Sie Ziele gelegentlich nicht erreichen, oder warum Menschen Sie im beruflichen Kontext und im Privatleben falsch verstehen?

Menschen können nicht: nicht kommunizieren! Unser Körper spricht aus, was wir denken. Wenn dies nicht im Einklang mit dem gesprochenen Wort steht, kann es zu gravierenden Missverständnissen in unserer Kommunikation kommen. Die eigenen Ziele klar zu formulieren ist ein Baustein des persönlichen Erfolgs – aber passt auch Ihre Körpersprache dazu? Erfolgreiche Kommunikation bedeutet nicht nur, den verbalen Ausdruck zu beherrschen. Dazu gilt es, die eigene Körpersprache zielgerichtet und gekonnt einzusetzen und sie beim Gegenüber effektiv entschlüsseln zu können.

In diesem Seminar lernen Sie die nonverbale Basiskommunikation kennen. Sie begeben sich auf eine überraschende Entdeckungsreise zu sich selbst sowie zu verschiedenen Denkmustern und nonverbalen Kommunikationstypen, deren Erkenntnisse Sie im Beruf und im privaten Alltag erfolgreich nutzen können.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Karin Pätze  
**Termin:** So, 18.5.2025, 9.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 50,00 €

Für Kursleitende der VHS Gladbeck ist dieses Seminar entgeltfrei.



Karin Pätze

## 715 Einführung in das neurolinguistische Programmieren (NLP) Bildungsurlaub

Das neurolinguistische Programmieren (NLP) ist eine Kommunikationsform, in der Fähigkeiten sprachlich (linguistisch) vermittelt werden, die dann gedankliche (neurolinguistische) Abläufe beeinflussen können. Auf diese Weise ist es möglich, eigene Reaktionen, Einstellungen, Handlungen und Verhaltensweisen durch gezielte Schulung der Wahrnehmung und der Sprache zu begreifen und gegebenenfalls zu ändern. NLP ist auch ein erfolgreiches Stressmanagement mit mentalen Strategien. Es findet Anwendung in Wirtschaft, Medizin, Psychotherapie, Pädagogik, im Sport oder im alltäglichen Umgang mit unseren Mitmenschen.

Der Bildungsurlaub endet mit einem schriftlichen Testing und einem anerkannten Abschluss nach den Kriterien der International Association of NLP Institutes mit dem Zertifikat „NLP-Kommunikation, IN“.

### Inhalte sind u. a.:

- Philosophie und Menschenbild des NLP
- Wahrnehmung schärfen
- Perspektivenwechsel
- gehirngerecht formulieren
- Submodalitäten
- Ressourcen aktivieren, ausbauen, verstärken, ankern
- neue Denkmuster entwickeln
- Selbstverantwortung

Letzter Rücktrittstermin: 14 Tage vor Kursbeginn.

**Leitung:** Karin Pätze  
**Termine:** Mo, 2.6.2025, 10.00 - 17.00 Uhr  
Di, 3.6.2025, 10.00 - 17.00 Uhr  
Mi, 4.6.2025, 10.00 - 17.00 Uhr  
Do, 5.6.2025, 10.00 - 17.00 Uhr  
Fr, 6.6.2025, 10.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 5 Termine, 40 U.Std.  
**Entgelt:** 300,00 € (einschl. Kopien)



**720**  
**Superhirn –**  
**Vokabeln lernen**  
**im Sekundentakt**  
**(für Schüler:innen)**  
 Onlinevortrag



Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zehnfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert.



Helmut Lange

Der Bestsellerautor und Diplom-Pädagoge **Helmut Lange** hat zum Thema „Vokabel lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen – schon während des Webinars. Helmut Lange ist leidenschaftlicher Pädagoge und seit 30 Jahren als Coach und Trainer tätig.

Eine Anmeldung zu diesem Online-Vortrag ist in der VHS entweder telefonisch (02043/99-2415), per E-Mail (vhs@stadt-gladbeck.de) oder über die Homepage (www.vhsgladbeck.de) möglich.

Die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden kurz vor dem Termin per E-Mail zugesandt!

**Leitung:** Helmut Lange  
**Termin:** Di, 18.3.2025, 16.00 - 18.00 Uhr  
**Ort:** VHS Zoom, VHS Zoom1  
**Entgelt:** 22,00 € (keine Ermäßigung)

**721**  
**5 Wege**  
**zu einem perfekten**  
**Gedächtnis**  
 Onlinevortrag



Das Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Wenn Sie als Lernender an Fort- und Weiterbildung teilnehmen, greifen Sie meist auf alt-hergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein, wenn Sie nur ein paar Merktechniken anwenden. Wenn Sie also in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schnell und sicher behalten möchten, dann lassen Sie sich von einem kreativen und einflussreichen Gedächtnistrainer inspirieren. Denn Ihr Gehirn kann viel mehr als Sie denken. Sie bekommen faszinierende Gedächtnistechniken von dem professionellen Andragogen Helmut Lange vermittelt. Schon während des Seminars kann Ihre Merkfähigkeit um 300 % gesteigert werden. Danach werden Sie nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen! Just for fun!

**Helmut Lange** ist leidenschaftlicher Pädagoge und seit 30 Jahren als Coach und Trainer tätig.

Eine Anmeldung zu diesem Online-Vortrag ist in der VHS entweder telefonisch unter 02043/99-2415, per E-Mail (vhs@stadt-gladbeck.de) oder über die Homepage (www.vhsgladbeck.de) möglich.

Die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden kurz vor dem Termin per E-Mail zugesandt!

**Leitung:** Helmut Lange  
**Termin:** Sa, 29.3.2025, 9.00 - 16.30 Uhr  
**Ort:** VHS Zoom, VHS Zoom1  
**Entgelt:** 55,00 €

Für Kursleitende der VHS Gladbeck ist dieser Kurs entgeltfrei.

**722**  
**Selbstmotivation –**  
**mit Leichtigkeit**  
**zum Ziel**  
 Onlinevortrag



Ob Abnehmen, mit dem Rauchen aufhören oder regelmäßiger Sport, ob berufliche oder private Veränderung – dieser Vortrag möchte Ihnen Impulse vermitteln, das umzusetzen, was Sie sich vorgenommen haben. Sie werden sich Ihrer Ziele bewusster und erfahren, was Sie antreibt und wie Sie Ihr Ziel effektiver erreichen können. Sie werden disziplinierter und können so problemlos am Ball bleiben. Sie erfahren, welche unbewussten Denkprozesse Ihr Verhalten bestimmen und wie Sie diese nachhaltig verändern können. Dadurch haben Sie langfristig mehr Spaß am Alltag und können mit Leichtigkeit neue Ziele angehen.

**Leitung:** Niklas Düllings  
**Termin:** Do, 3.4.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** VHS Zoom, VHS Zoom1  
**Entgelt:** 10,00 €

Für Kursleitende der VHS Gladbeck ist dieses Seminar entgeltfrei.



Niklas Düllings

**Online-Anmeldungen sind**  
**über die VHS-Homepage möglich:**  
[www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)





## Fachbereichsleitung

**Dirk Langer**  
Leiter der VHS  
Tel.: 99 24 49  
E-Mail: [dirk.langer@stadt-gladbeck.de](mailto:dirk.langer@stadt-gladbeck.de)

# Kulturelle Bildung

800

## 25 Jahre Bidla Buh – Das Jubiläumsprogramm!

Musik-Comedy zur VHS-Frühjahrssemestereröffnung 2025

Sie sehen aus, als wären sie zu einem Staatsbankett geladen: Frack, Manschettenknöpfe, Einstecktuch, gestriegeltes Haar. Aber aufgepasst! Hier ist vieles anders, als es scheint, denn die drei Herren, die so gentlemanlike daherkommen, haben es faustdick hinter den Ohren. Ausgestattet mit dem allerfeinsten Outfit, bieten sie Musik-Comedy der besonders schrägen Art. Sie blasen auf Gartenschläuchen und Bierflaschen, parodieren Stars der deutschen und internationalen Musikszene und vermählen Almjodler mit spanischen Kastagnetten- und Flamencoklängen. Alles steht hier auf dem Kopf und wird ordentlich durchgeschüttelt, Reime und Melodien fliegen bunt durcheinander und nehmen bisweilen kuriose Formen an. Ein wahres Füllhorn verrückt-verdrehter Ideen schützen die drei Hamburger über ihr Publikum aus, und das kriegt sich vor lauter Begeisterung gar nicht mehr ein.

Seit 25 Jahren begeistert Bidla Buh sein Publikum mit anspruchsvollster Musik-Comedy im Frack des neuen Jahrtausends. Ausgezeichnet mit zahlreichen Preisen wie dem

801

## Peter Leitzen: Philosophisches Abend-Café Kann es uns gelingen gleichzeitig zu sein wie jeder andere und wie kein anderer?

Eine Antwortsuche in Identitätskonzepten der Philosophie und Sozialpsychologie

Spätestens mit der Aufklärung hat sich das Ideal des Urteils-, Handlungs-, Kooperationsfähigen und selbstbestimmten Individuums etabliert. Es scheint, dass wir alle in unserem Leben ein sehr anspruchsvolles Projekt erfüllen sollen: Gleichzeitig so zu sein wie jeder andere und wie kein anderer. Der Weg zur Identität, das thematisieren Identitätskonzepte, ist konfliktreich und durch Krisen gekennzeichnet. Im Vortrag werden einige Theorien über Identität vorgestellt. Eine Diskussion kann sich daran anschließen.

Rheingau Musik Preis fasziniert das Hamburger Trio mit einer einzigartigen Mischung aus musikalischer Virtuosität, großartiger Stilvielfalt und bestem hanseatischen Humor. Wenn sich nach tönendem Wettstreit von Sage und Schreibe acht Trompeten die Stars der deutschen Popmusik zum Stelldichein am Miniatur-Klavier treffen und bei der finalen Kaktus-Funk-Party Soul-Legende James Brown höchstpersönlich den Brüderzwist auf der Bühne beendet, dann ist das Musik-Comedy vom Allerfeinsten.

**Leitung:** Hans Torge Bollert  
**Termin:** Mi, 15.1.2025, 19.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Mathias-Jakobs-Stadthalle, Friedrichstr. 53  
**Eintritt:** 22,00 € (inkl. eines Freigetränks) / Abendkasse 24,00 € / Schüler:innen und Studierende 12,00 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.



Peter Leitzen

**Leitung:** Peter Leitzen  
**Termin:** Di, 4.2.2025, 18.30 - 20.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist telefonisch unter 02043-992415 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 7 Tage vor dem Termin möglich.

803

## Jörg Wilms: Theatergruppe TTT (twenty to thirty)

Du bist zwischen 20 und 30 Jahre alt und hast Lust, einmal im Monat abends deinen Beruf / dein Studium und deine Alltagsorgen zu vergessen, um in die Theaterwelt einzutauchen? Hast vielleicht sogar schon mal auf einer Bühne gestanden? Dann bist hier genau richtig (auch ohne Theatererfahrung).



Dich erwarten Theaterübungen jeglicher Art, Warm Up's, jede Menge Spaß und vielleicht irgendwann eine Aufführung...

Dieser Kurs ist eine Kooperation zwischen der Jugendkunstschule und der Volkshochschule.

**Leitung:** Jörg Wilms  
**Termine:** ab Mo, 24.2.2025, 19.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Ratsgymnasium, Aula, Mittelstraße 50 - 52  
**Dauer:** 6 Termine, 18 U.Std.  
**Entgelt:** 34,00 €



**Nutzen Sie auch für den Kauf Ihrer Eintrittskarten die Ticket-Bestellung online!**

## 804 Dr. L. Joseph Heid: Ein „Halleluja“ auf Leonard Cohen – Vortrag über sein Leben und Wirken Vortrag

Der am 21. September 1934 in Montreal geborene kanadische Songpoet Leonard Cohen starb am 7. November 2016 in Los Angeles. Seit den Sechzigerjahren stand er gleichberechtigt neben den beiden anderen großen jüdischen Songwritern des Jahrhunderts – Bob Dylan und Paul Simon. Musikalisch wird er selten im gleichen Atemzug genannt, als Persönlichkeit aber überstrahlte er beide. Leonard Cohen war zweifellos einer der ganz Großen der poetischen Popmusik.

Als Musiker schuf Leonard Cohen melancholisch gefärbte, poetische Lieder, die von zahlreichen Künstlern übernommen wurden. In seinen Liedern thematisiert Cohen unter anderem Liebe, Religion, Glück, Tod und Vergänglichkeit. Mit seinen Stücken wie Hallelujah – einer der meist gecoverten Songs überhaupt – schrieb er Musikgeschichte. Inhaltlich blieb er seinen gewichtigen Themen treu, sang mit Grabesstimme über Lust und Liebe.

## 806 Die Lichtburg – historisches Kino in der Essener Innenstadt Führung

Die unter Denkmalschutz stehende „Kinoikone“ verfügt über den mit 1.250 Sitzplätzen größten Kinosaal Deutschlands – dazu eine Leinwand von rund 150 qm, beste Bild- und Tontechnik sowie eine große Theaterbühne. Aus diesem Grund ist die Lichtburg immer wieder Schauplatz zahlreicher Premieren, insbesondere von Filmen deutscher Filmemacher. Seit vielen Jahren beeindruckt das Haus mit stilvoller Architektur und unvergleichlicher Atmosphäre.

Bei einer Führung werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen der Lichtburg, Sie ler-

nen die moderne Vorführtechnik kennen und erhalten einen Überblick über ihre spannende Geschichte.

Priv.-Doz. Dr. L. Joseph Heid, Historiker, Literaturwissenschaftler, Publizist, Venia legendi für Neuere Geschichte. Zahlreiche Publikation zur deutsch-jüdischen Beziehungs- u. Literaturgeschichte; schreibt für u.a.: Süddeutsche Zeitung; DIE ZEIT; Die Welt; Der Freitag; Jüdische Allgemeine; Tachles (Zürich). Seit 2018 Konzerte (Moderation) über jüdische Singer-Songwriter im Rahmen des Kulturprogramms des Zentralrats der Juden in Deutschland.



Dr. Ludger Heid

**Leitung:** Dr. L. Joseph Heid  
**Termin:** Do, 13.3.2025, 19.00 - 20.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Eintritt:** 7,00 € / Schüler:innen und Studierende 3,50 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich oder online über die Homepage der VHS (Tickets online) buchbar.

**Leitung:** Dr. Dieter Briese  
**Termin:** Fr, 10.1.2025, 11.00 - 13.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Lichtburg, Kettwiger Str. 36, Essen-Mitte  
**Entgelt:** 14,00 € (Führung)

## 807 Bemerkenswerte Orgeln in unserem Heimatkreis Recklinghausen Tagesfahrt mit dem Bus

In unserer Heimatstadt Gladbeck beginnt diese Fahrt zu bemerkenswerten Orgeln in unserem Heimatkreis Recklinghausen. Die Orgel in der Christuskirche in Stadtmitte geht in ältesten Teilen zurück auf 1911, ist dann im Jahre 1958 als neobarockes Instrument durch die Firma Steinmann aus Vlotho neu aufgebaut worden und wird bis auf den heutigen Tag durch den Orgelbauer Burkhard Klimke aus Kirchhellen gemeinsam mit dem Kantor der Christuskirche, Michael Oddei, gereinigt, angepasst und individuell erweitert.

Die nächste Station bringt uns in der St. Lambertuskirche, Castrop-Rauxel, in Kontakt mit einer Orgel des Orgelbauers Ludwig Eisenbarth aus dem Jahre 2005. Dieses Instrument orientiert sich klanglich an der französischen Symphonik und ist mit ihren 40 Registern um etliche Stimmen kleiner als das Vorzeigeeinstrument des Passauer Orgelbauers, nämlich der Orgel des Passauer Doms, der größten Domorgel weltweit mit 233 Registern.

**Gesucht & nicht gefunden?**  
**Bitte nennen Sie uns Ihre Programmwünsche.**



© Dr. Briese





Christuskirche Recklinghausen  
© Martin Döring

Paul Ott errichtete die Orgel der Christuskirche in Recklinghausen im Jahre 1961. Sie hatte solche Bedeutung, dass Wolfgang Stockmeier dieses Instrument als Referenzinstrument für die Ausgabe sämtlicher Orgelwerke Pachelbels wählte.

Der Bogen spannt sich bis heute. Organistin an dieser Orgel ist die Tochter Wolfgang Stockmeiers, Frau KMD Elke Cernysev, die uns auch das Instrument erläutern wird.

Den Abschluss bildet die Orgel der Kirche Heilige Familie in Recklinghausen-Speckhorn aus der Dorstener Werkstatt Franz Breil aus dem Jahre 1928. Dieses Instrument, dessen Pfeifen sich nahezu komplett in einem durch sukzessiv zu öffnende Klappen verschlossenem Kasten befinden, ist in seiner Klangsprache der Romantik verpflichtet.

Vor Ort werden uns die Instrumente durch die jeweiligen „Hausorganisten“ erläutert und musikalisch vorgestellt. Die Leitung der Fahrt hat wieder der ehemalige Lambertikantor und Bischöfliche Orgelsachverständige Konrad Suttmeier.

Eine Gelegenheit zum gemeinsamen Mittagimbiss ist in der „Hausbrauerei Bönthe“ in Recklinghausen vorgesehen (Speisen und Getränke sind vor Ort zu bezahlen).

Diese Exkursion ist eine Kooperation der VHS mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

<b>Leitung:</b>	Konrad Suttmeier
<b>Termin:</b>	Do, 10.4.2025, 8.30 - 17.00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Christuskirche, Humboldtstr. 11, Gladbeck
<b>Entgelt:</b>	48,00 € (Busfahrt, 4 Führungen)

808

## Marc Chagall

### Tagesfahrt mit dem Bus zur Kunstsammlung NRW nach Düsseldorf

Marc Chagall (1887 – 1985) ist einer der faszinierendsten Künstler der Moderne. Die Ausstellung im K 20 der Kunstsammlung Nordrhein-Westfalen, die in Kooperation mit der Albertina in Wien entsteht, befasst sich in einer monografischen Ausstellung mit dem Werk des russisch-französischen Malers. Aufgewachsen in der Kleinstadt Witebsk (im heutigen Belarus) als ältestes Kind einer jüdisch-orthodoxen Familie, reflektierte Chagall zeitlebens seine Herkunft. Seine Bilder erzählen vom Alltag und Gebräuchen, aber auch von Ausgrenzung und Pogromen. Sie handeln vom Trauma der Verfolgung, aber auch vom Traum eines besseren Lebens.

Seine phantastisch-poetischen Bildwelten sind von leuchtend intensiver Farbigkeit, seine Motive bis heute rätselhaft. Die Ausstellung im 40. Todesjahr des russisch-fran-

zösischen Malers umfasst rund 100 Werke aus allen Schaffensphasen. Ein Schwerpunkt liegt auf den frühen Arbeiten, die zwischen 1910 und 1923 entstanden sind.

Neben dem Ausstellungsbesuch bleibt genügend Zeit für einen Besuch der Düsseldorfer Innenstadt mit dem nahegelegenen Rhein-Ufer.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

<b>Leitung:</b>	Olaf Manke
<b>Termin:</b>	Di, 20.5.2025, 9.00 - 19.00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3
<b>Sachkosten:</b>	58,00 € (Busfahrt, Eintritt, Führung)



Marc Chagall, Liebespaar mit rotem Hahn  
© VG-Bild-Kunst Bonn 2024

### Ausblick 2/2025

810

#### Ausblick: Orgel und Wein

Unter dem Motto „Orgel und Wein“ findet von Samstag, den 30. August bis Dienstag, den 2. September, eine Reise nach Mainz und Umgebung unter gemeinsamer Leitung von Martin Volmer und Konrad Suttmeier statt.

Dabei wird der Besuch der Weinbauschule Geisenheim, von Kloster Eberbach sowie Schloss Johannisberg für das Thema Wein stehen.

Die neue Orgel im Mainzer Dom wird erkundet ebenso wie eine der ältesten Orgeln in St. Valentinus, Kiedrich.

Eine hautnahe Verbindung beider Themen wird deutlich beim Improvisationsorgelkonzert über Rhein- und Weinlieder von Alexander Grün.

Rechtsträger dieser Reise ist das Reisebüro Hoge-Reisen GmbH und Co. KG, Wüllener Str 32, 48683 Ahaus, das dann auch die Anmeldungen entgegennimmt unter Tel.: 02561/95460.

**Leitung:** Konrad Suttmeier  
**Termin:** 30.08. – 02.09.2025  
**Treffpunkt:** Festplatz Bergmannstraße – Zufahrt gegenüber von Haus Nr. 3



Orgel Mainz, Stephansdom  
© Martin Döring

860

#### Frau Höpker bittet zum Gesang!

##### Das Mitsingkonzert – Best-Of-Programm

Frau Höpker ist ein singendes Phänomen! Seit 2008 Jahren begeistert die Ein-Frau-Show ihr Publikum mit einem musikalischen Gesangerlebnis das mehr ist als „nur“ gemeinsames Singen. Live am Klavier, ohne Netz und doppelten Boden bringt die charmante Künstlerin in kürzester Zeit einen großen Chor zusammen und singt sich mit ihm durch ein schier unerschöpfliches Repertoire. Ob Evergreens, Volkslieder, Schlager, beinahe vergessene Songs oder eines ihrer beliebten Medleys: Frau Höpkers Programm stimmt einfach. Mit ihrer unnachahmlichen Mischung aus Können, Kreativität, Charisma und Intuition trifft sie Abend für Abend mitten ins Herz und beflügelt die Seele!

Zum 10. Mal macht Frau Höpker in diesem Jahr bereits Station in Gladbeck: Also stimmen Sie mit ein und singen Sie mit!

**Leitung:** Katrin Höpker  
**Termin:** Fr, 21.3.2025, 19.30 - 22.30 Uhr  
**Ort:** Mathias-Jakobs-Stadthalle, Friedrichstr. 53  
**Eintritt:** 20,00 € / Abendkasse 21,00 € / Schüler:innen und Studierende 10,00 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten sind im Haus der VHS erhältlich und können online über die Homepage der Mathias-Jakobs-Stadthalle gebucht werden. Bitte beachten Sie die dabei anfallenden Zusatzgebühren!

**Hinweis:** Es handelt sich überwiegend um eine „Stehveranstaltung“, die Zahl der Sitzplätze ist begrenzt. Diese sind vorzugsweise Senioren und Menschen mit Handicap vorbehalten. (Reservierungen sind nicht mög-



© Frau Höpker

lich. Bitte zum Einlassbeginn vor Ort sein). Die meisten Gäste verbringen den Abend an Stehtischen und singen kräftig mit. In den Pausen stehen im Foyer der Stadthalle Sitzplätze zum Ausruhen bereit.

**InterMezzo****Kleinkunst + Literatur + Musik**

Gute Unterhaltung bietet die Veranstaltungsreihe „InterMezzo“ – eine abwechslungsreiche Mischung aus Kleinkunst, Literatur und Musik. Die Veranstaltungen werden von der Stadtbücherei in Kooperation mit dem Kulturrat, der VHS und der Mathias-Jakobs-Stadthalle durchgeführt.

**Folgende Veranstaltungen sind in den nächsten Monaten vorgesehen:**



Benjamin Eisenberg



Matthias Reuter

**DreierPasch  
mit Benjamin Eisenberg,  
Matthias Reuter und  
Markus Barth**

**Do, 13.02.2025, 19.30 Uhr**

**Johannes Flöck –  
„Schöner Schonen“**  
Do, 27.03.2025, 19.30 Uhr

**Barbara Ruscher –  
„Mutter ist die Bestie“**  
Do, 15.05.2025, 19.30 Uhr



Johannes Flöck



Markus Barth

Barbara  
Ruscher

**i**  
Die  
Veranstaltungen  
finden im Lesecafé der  
Stadtbücherei statt.

Dort sind auch Karten  
im Vorverkauf zu  
erhalten.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12





**Fachbereichsleitung**

**Agnes Smeja-Lühr**  
Stellv. Leiterin der VHS  
Tel.: 99 24 18  
E-Mail: [agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de](mailto:agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de)

**Musisches  
und kreatives  
Gestalten**



900 F

### Alegria Cantar – der VHS-Chor

Der 1997 gegründete VHS-Chor besteht aus ca. 25 Frauen und Männern unterschiedlichen Alters. Das Repertoire umfasst Lieder rund um den Globus: Lieder in verschiedenen Sprachen (deutsch, englisch, französisch, spanisch, lateinisch), aus unterschiedlichen Epochen, unter anderem aus dem Pop- und Musicalbereich, Folksongs/ Volkslieder, Spirituals. Gelegentlich werden Auftritte und Konzerte organisiert, auch gemeinsam mit anderen Chören.

Interessierte Sängerinnen und Sänger sind herzlich eingeladen, kultur- und kontinentübergreifende Lieder zu singen und in Auftritten zu präsentieren. Schnuppern ist beim Proben erwünscht. Notenkenntnisse sind hilfreich, aber nicht erforderlich.

**Leitung:** Walter Erdmann  
**Termine:** ab Mo, 13.1.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 22 Termine, 66 U.Std.  
**Entgelt:** 145,20 €



Alegria Cantar 2023

901

### Die magische Kraft der Trommeln

In diesem Workshop erzeugt die Gruppe zunächst durch das Zusammenspiel von Laufen, Klatschen und dem Sprechen einfacher Trommelsilben einen Rhythmus. Dabei empfindet sich jeder Einzelne als Teil einer großen, gleichmäßigen und rhythmischen Bewegung.



Ulli Siebenborn

So entdecken alle, dass der Rhythmus in uns steckt. Dann wenden Sie sich den Trommeln zu. Sie lernen einen Rhythmus aus Afrika kennen, der aus verschiedenen, einfach zu erlernenden Trommelstimmen besteht, die erst im Zusammenspiel ihre ganze Kraft entfalten. Folgende Trommeln stehen zur Verfügung: afrikanische Djembes, Bougarabous und Basstrommeln.

**Uli Siebenborn** ist Musiker, Trommellehrer und Diplom-Pädagoge. Seit mehr als 15 Jahren unterrichtet er Trommelrhythmen verschiedener Weltkulturen.

**Schwerpunkte:** afro-kubanische und afro-brasilianische Rhythmen, arabische und asiatische Rahmentrommeln, Trommelrhythmen aus Afrika.

**Letzter Rücktrittstermin:** 5 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Ulli Siebenborn  
**Termin:** Sa, 8.2.2025, 14.00 - 16.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 13,60 € (keine Ermäßigung)

Die Sachkosten in Höhe von 5,00 € (Leihgebühr für eine Trommel) zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.

902 – 905 F

### Folkgitarre für Anfänger:innen

902

#### Folkgitarre für Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse

Der Kurs wendet sich an alle, die das Gitarrespielen von Anfang an erlernen möchten. Es wird auf Wissenswertes rund um das Instrument eingegangen. Dabei werden keine Notenkenntnisse benötigt. Notwendig ist der Spaß am Gitarrespiel und etwas Zeit zum Üben. Sie lernen mit Liedern, die typisch für einen Abend am Lagerfeuer sind – meist bekannte Folk- und Rock-Classic-Hits.

**Leitung:** Klaus Lange  
**Termine:** ab Do, 30.1.2025, 19.35 - 20.35 Uhr  
**Ort:** Berufskolleg Gladbeck, kaufmännische Abteilung, Herderstr. 3  
**Dauer:** 9 Termine, 12 U.Std.  
**Entgelt:** 36,00 €

Die Sachkosten in Höhe von ca. 3,00 € für Kopien zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.

903 F

#### Folkgitarre für Anfänger:innen mit geringen Vorkenntnissen

Der Kurs wendet sich an alle, die das Gitarrespielen erlernen möchten. Es wird auf Wissenswertes rund um das Instrument eingegangen. Dabei werden keine Notenkenntnisse benötigt. Notwendig ist der Spaß am Gitarrespiel und etwas Zeit zum Üben. Sie lernen mit Liedern, die typisch für einen Abend am Lagerfeuer sind – meist bekannte Folk- und Rock-Classic-Hits.

**Leitung:** Daniel-Gaetano Grillo  
**Termine:** ab Mi, 15.1.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 13 Termine, 26 U.Std.  
**Entgelt:** 78,00 €

Die Sachkosten in Höhe von ca. 3,00 € für Kopien zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.

## 904 F Folkgitarre für Anfänger:innen mit guten Vorkenntnissen

Der Kurs wendet sich an alle, die im letzten Jahr am Anfänger:innenkurs teilgenommen haben oder ihre Gitarre entstauben möchten. Dabei sind keine Notenkenntnisse erforderlich. Notwendig ist der Spaß am Gitarrenspiel und etwas Zeit zum Üben. Sie lernen mit neuen und alten Liedern, die typisch für einen Abend am Lagerfeuer sind – meist bekannte Folk- und Rock-Classic-Hits.

**Leitung:** Daniel-Gaetano Grillo  
**Termine:** ab Di, 14.1.2025, 18.15 - 19.45 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 13 Termine, 26 U.Std.  
**Entgelt:** 78,00 €

Die Sachkosten in Höhe von ca. 3,00 € für Kopien zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.

## 905 F Folkgitarre für Fortgeschrittene

Dieser Kurs wendet sich an alle, die ihre Gitarre entstauben möchten – Refresher. Dabei werden keine Notenkenntnisse benötigt. Notwendig ist der Spaß am Gitarrenspiel und etwas Zeit zum Üben. Ausgewählte Musikstücke wie Pop-Songs, Kinderlieder, Oldies, Songs der Folk- und deutschen Liedermacherszene und aktuelle Stücke werden nachgespielt sowie Kenntnisse im Barré-Spiel vertieft. Sie lernen mit neuen und alten Liedern, die typisch für einen Abend am Lagerfeuer sind.

**Leitung:** Klaus Lange  
**Termine:** ab Do, 30.1.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Berufskolleg Gladbeck, kaufmännische Abteilung, Herderstr. 3  
**Dauer:** 16 Termine, 32 U.Std.  
**Entgelt:** 96,00 €

Die Sachkosten in Höhe von ca. 3,00 € für Kopien zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.

## 909 – 911 Ukulele

### 909 Anfängerkurs Ukulele

In diesem Kurs wird das Ziel verfolgt, die Grundlagen des Spiels mit der Ukulele zu lernen. Besonders die Begleitung von einfachen Liedern (Pop, Oldies) wird vermittelt. Am Ende sollte man in der Lage sein, einfache Songs zu singen und sich dabei auf der Ukulele zu begleiten. Akkorde greifen lernen und rhythmische Übungen werden als Grundlagen vermittelt. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Teilnehmer:innen sollten über eine eigene Ukulele verfügen (egal ob mit hoher oder tiefer G-Saite). Günstig wäre auch ein eigenes Stimmgerät.

**Leitung:** Wolfgang Krämer  
**Termine:** ab Mo, 31.3.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 6 Termine, 12 U.Std.  
**Entgelt:** 36,00 €

### 910 Aufbaukurs Ukulele

In diesem Kurs wird das Ziel verfolgt, die Grundlagen des Spiels mit der Ukulele zu erweitern. Am Ende sollte man in der Lage sein, Songs zu singen oder einfache Songs zu zupfen. Wir lernen Akkordsymbole kennen und die Grundlagen des Spiels nach Tabulaturen. Der Kurs richtet sich an Anfänger, die schon einige Akkorde greifen können. Jeder ist willkommen. Teilnehmer:innen sollten über eine eigene Ukulele verfügen (egal ob mit hoher oder tiefer G-Saite). Günstig wäre auch ein eigenes Stimmgerät.

**Leitung:** Wolfgang Krämer  
**Termine:** ab Mo, 26.5.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 6 Termine, 12 U.Std.  
**Entgelt:** 36,00 €



© Wolfgang Krämer

### 911 Spielkreis Ukulele

Der Spielkreis Ukulele richtet sich an alle, die die einfachen Grundlagen des Ukulelespiels beherrschen. Wir spielen und singen gemeinsam einfache Lieder auf der Ukulele und lernen dabei, unser Spiel zu verbessern.

**Spielmaterial:** Lieder aus den Bereichen Oldies, Pop, Rock und Folk. Songwünsche können berücksichtigt werden. Im Kurs werden Songblätter mit den Akkorden verteilt. Wenn möglich, gibt es Hinweise auf Videos im Internet, mit denen man die Songs in einer Ukuleleversion nachvollziehen kann.

**Leitung:** Wolfgang Krämer  
**Termine:** ab Mo, 26.5.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 6 Termine, 12 U.Std.  
**Entgelt:** 36,00 €

**Online-Anmeldungen sind  
über die VHS-Homepage möglich:  
[www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)**



## 912 F – 916 F Spielkreise

Diese Kurse richten sich an alle Teilnehmer:innen, die ihre vorhandenen Kenntnisse auffrischen und erweitern möchten.

**Unterrichtsinhalte:** Begleitung zum Gesang von Hits und Oldies aus dem Rock-, Pop- und Liedermacherbereich sowie Erweiterung des Barré-Spiels und Finger-Picking, Tabulaturtechnik und Melodie nach Noten. Anregungen und Songwünsche werden gerne entgegengenommen.

### 912 F Spielkreis 1

**Leitung:** Klaus Lange  
**Termine:** ab Mo, 10.2.2025, 18.30 - 20.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 16 Termine, 32 U.Std.  
**Entgelt:** 96,00 €

Die Sachkosten in Höhe von ca. 3,00 € für Kopien zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.

### Nacht der Lieder am 5. April 2025 in der Christuskirche

**Norbert Gerbig & Friends** präsentieren am 5. April 2025 wieder die Nacht der Lieder in der Christuskirche. Die Besucher:innen erwartet ein Abend mit handgemachter Musik und anspruchsvollen Texten in gemütlicher Atmosphäre. Gastgeber und langjähriger VHS-Gitarrenkursleiter Norbert Gerbig hat auch dieses Jahr ein Programm mit vielen neuen Liedern und einer ungewöhnlichen Besetzung zusammengestellt. Die Gruppe präsentiert einen stimmungsvollen Sound mit mehrstimmigen Gesangssätzen und vielen musikalischen Überraschungen. Im Vordergrund stehen jedoch weiterhin die Texte, mal nachdenklich, mal bissig, mal humorvoll. Als Gast wird in diesem Jahr Hans Matysick aus Kirchhellen auftreten. Karten im Vorverkauf gibt es ab März in der Humboldt-Buchhandlung Gladbeck.



### 913 F Spielkreis 2

**Leitung:** Rainer Migenda  
**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 17.30 - 19.00 Uhr  
**Ort:** Berufskolleg Gladbeck, kaufmännische Abteilung, Herderstr. 3  
**Dauer:** 13 Termine, 26 U.Std.  
**Entgelt:** 78,00 €  
**Sachkosten:** 3,50 €

### 915 F Spielkreis 3

**Leitung:** Daniel-Gaetano Grillo  
**Termine:** ab Do, 16.1.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 13 Termine, 26 U.Std.  
**Entgelt:** 78,00 €

Die Sachkosten in Höhe von ca. 3,00 € für Kopien zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.

### 916 F Spielkreis 4

**Leitung:** Norbert Gerbig  
**Termine:** ab Do, 16.1.2025, 19.15 - 20.45 Uhr  
**Ort:** Berufskolleg Gladbeck, kaufmännische Abteilung, Herderstr. 3  
**Dauer:** 16 Termine, 32 U.Std.  
**Entgelt:** 96,00 €  
**Sachkosten:** 3,50 €

## 920 – 921 Die Montagsmaler – Bunt und kreativ in die Woche

Ganz neu bietet die VHS eine Malwerkstatt für Anfänger:innen und Fortgeschrittene an. Dieser Vormittag soll ganz der Malerei gehören. Wir wollen unsere Technik verbessern, den Blick für Motive schulen und lernen, diese bildkompositorisch umzusetzen ... oder einfach nur gelöst in kreativer Atmosphäre malen.

Ob klassische Aquarell- und Gouache-Malerei oder ausdrucksstarkes experimentelles Arbeiten mit Acryl, Spachtelmassen und Marmormehl, Einsatz von Aquarellkreiden, Kohle, Tusche – hier ist alles möglich. Bildfassung und Umsetzung in Aquarell oder Acryl, Raumaufteilung, einfache perspektivische Regeln, Farbenlehre und viele praktische Tipps begleiten diese Übungen, die auch Fortgeschrittenen helfen, ihre Technik zu verbessern, ihren eigenen Stil zu finden und zu fördern.

Verschiedene Malgründe, Farben, Tuschen, Kreiden, Farbstifte und Spachtelmassen sind im Kurs vorhanden und werden nach Verbrauch berechnet.

**Was jede/jeder mitbringen sollte:** altes Hemd oder Kittel, Bleistift, vorhandenes Material wie Pinsel und Farben, Porzellan- oder Pappteller, Haushaltsschwamm, Küchenrolle, Kreppllebeband, Baumwolllappen, Folie oder alte Zeitungen zum Unterlegen.

## 920 Die Montagsmaler – Bunt und kreativ in die Woche vor den Osterferien

**Leitung:** Karin Schwarz  
**Termine:** ab Mo, 27.1.2025, 10.30 - 12.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 10 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 90,00 €

## 921 Die Montagsmaler – Bunt und kreativ in die Woche nach den Osterferien

**Leitung:** Karin Schwarz  
**Termine:** ab Mo, 28.4.2025, 10.30 - 12.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 10 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 90,00 €

## 925 F Malen mit Acrylfarben

Wenn Sie Spaß am Umgang mit Farben und Materialien haben, können Sie hier verschiedene Malverfahren und Techniken ausprobieren und miteinander kombinieren. In Basisübungen erlernen Sie das Farbenmischen, den Bildaufbau und das „richtige Sehen“ eines Motivs. Auch Spachtelmassen und andere Materialien können eingearbeitet werden.

Von der gegenständlichen Malerei, wie Stillleben, Blumen und Landschaften bis hin zur abstrakten Malerei ist in diesem Kurs alles möglich. Sie werden systematisch an die einzelnen Techniken herangeführt, so dass Sie am Ende des Kurses in der Lage sind, diese selbstständig sinnvoll einzusetzen.

Fortgeschrittene können in diesem Kurs ihr Spektrum im Umgang mit Farben und Materialien erweitern.

Materialanschaffungen und Empfehlungen dazu werden im Kurs besprochen. Vorhandenes Material kann mitgebracht werden.

**Leitung:** Sabine Doll-Hoffmann  
**Termine:** ab Mo, 3.2.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 14 Termine, 42 U.Std.  
**Entgelt:** 130,20 €

## 927 F – 930 F Malen mit Aquarell- und Acrylfarben für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Anfänger:innen erlernen die Techniken der Aquarellmalerei in kleinen Schritten durch Übungen zum Thema Landschaften (Himmel – Wolken – Bäume), Blumen, Tiere, Stillleben. Bilderfassung und Umsetzung in Aquarell, Raumaufteilung, einfache perspektivische Regeln, Farbenlehre und viele praktische Tipps begleiten diese Übungen, die auch Fortgeschrittenen helfen, ihre Techniken zu verbessern und ihren eigenen Stil zu finden und zu fördern.



Karin Schwarz

Wer mag, hat in diesem Kurs auch Gelegenheit, Acrylfarben und Spachtelmassen auszuprobieren oder diese mit der Aquarellmalerei zu kombinieren.

In der ersten Stunde wird über die verschiedenen Papiere, Pinsel und Farben gesprochen. Bereits vorhandenes Material bringen Sie bitte mit. Materialbestellung ist möglich.



Sabine Doll-Hoffmann

## 927 F Malen mit Aquarell- und Acrylfarben für Anfänger:innen und Fortgeschrittene vor den Osterferien

**Leitung:** Karin Schwarz  
**Termine:** ab Mi, 29.1.2025, 17.30 - 19.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 10 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 90,00 €



© Karin Schwarz

## 928 F Malen mit Aquarell- und Acrylfarben für Anfänger:innen und Fortgeschrittene nach den Osterferien

**Leitung:** Karin Schwarz  
**Termine:** ab Mi, 30.4.2025, 17.30 - 19.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 10 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 90,00 €

## 929 F Malen mit Aquarell- und Acrylfarben für Anfänger:innen und Fortgeschrittene vor den Osterferien

**Leitung:** Karin Schwarz  
**Termine:** ab Do, 30.1.2025, 17.30 - 19.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 11 Termine, 33 U.Std.  
**Entgelt:** 95,70 €



## 930 F Malen mit Aquarell- und Acrylfarben für Anfänger:innen und Fortgeschrittene nach den Osterferien

**Leitung:** Karin Schwarz  
**Termine:** ab Do, 8.5.2025, 17.30 - 19.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 8 Termine, 24 U.Std.  
**Entgelt:** 72,00 €

## 935 Kalligrafie meets Handlettering – die Kunst der schönen Buchstaben

Schreiben oder Zeichnen – die Freude, schöne Buchstaben zu entdecken und individuelle Formen zu erarbeiten, steht im Zentrum dieses Schnupper-Workshops. Die Teilnehmenden können sich an klassischen Schreibschriften mit Spitz- und Breitfeder erproben oder den Buchstaben zeichnerisch mit Pinsel oder Fineliner zur Punze rücken. Im Kurs werden Techniken und Materialien vorgestellt, damit ein kreatives Gestalten zuhause erfolgreich weitergehen kann. Für Material werden 5,00 € im Kurs erhoben.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Ragna Bolender  
**Termin:** Sa, 22.2.2025, 10.00 - 14.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 25,50 €



© Ragna Bolender

## 948 Schmuck aus Silver Clay Kleingruppe

Gestalten Sie Ihr persönliches Schmuckstück mit Silver Clay. Silver Clay ist Feinsilber aufbereitet als Knete, Paste und Spritze. Es kann modelliert, mit dem Pinsel gestrichen oder gespritzt werden. Das eröffnet ganz neue Möglichkeiten in der Schmuckgestaltung.

Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie die Eigenschaften von Metal Clay kennen und erfahren, wie Zubehör und Steine verarbeitet werden. Der Entwurf von Schmuckstücken wird ebenso behandelt wie die verschiedenen Techniken der Schmuckgestaltung.



© Martina Eiselein

Nach dem Formen, Trocknen und Brennen entstehen Schmuckstücke aus Feinsilber, die wie herkömmlich erstellter Schmuck finiert werden können. Geeignete Furnituren und Steine können mit verarbeitet werden.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Martina Eiselein  
**Termin:** So, 9.3.2025, 10.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 33,60 € (keine Ermäßigung)

Silver Clay, Furnituren und Steine sind im Kurs erhältlich und werden nach persönlichem Verbrauch abgerechnet (Minimum ca. 33,00 €), Brand und Werkzeugbenutzung pro Person pauschal 12,00 €.

## 955 Einführung in die Handhabung einer Digitalkamera

Was fange ich mit meiner Digitalkamera an? Wie bediene ich meine Kamera? Diese Fragen besprechen wir in einer Gruppe von maximal 5 Teilnehmenden.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihren Kameratyp an. Am Kursabend werden ein aufgeladener Akku und die Bedienungsanleitung benötigt.



© Frank Konopka

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

**Leitung:** Frank Konopka  
**Termin:** Do, 6.3.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7  
**Entgelt:** 19,30 € (keine Ermäßigung)

## Foto-AG an der VHS



Aus unseren Fotokursen ist eine Foto-AG entstanden. Die Gruppe trifft sich regelmäßig, um sich fachlich auszutauschen. Schon mehrere Ausstellungen im Haus der VHS, in der Stadtbücherei, im Innovationszentrum Wiesenbusch und im Rathaus hat die Foto-AG bereits gestaltet.

Auf ihrer Website [www.foto-ag-gladbeck.de](http://www.foto-ag-gladbeck.de) lernen Sie die Mitglieder und einige ihrer Fotos kennen. Wenn Sie Interesse haben mitzumachen, dann melden Sie sich in der VHS – Tel. 99 24 15.

## 957 Grundkurs Fotografie Was kann ich alles mit meiner Digitalkamera machen?

In diesem Kurs widmen wir uns Porträt- sowie Landschaftsaufnahmen. Hierbei ist es wichtig zu wissen, wie die eigene Kamera zu bedienen ist. Anhand von Beispielen und Übungen sammeln wir Erfahrung mit der digitalen Kamera. Bei einem Außentermin werden praktische Übungen gemacht, so dass die Teilnehmenden Sicherheit im Umgang mit ihrer Kamera erlangen.

Zum ersten Treffen ist es wichtig, die eigene Kamera mit Bedienungsanleitung mitzubringen.



**Leitung:** Frank Konopka  
**Termine:** Do, 20.3.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
Do, 27.3.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
Sa, 29.3.2025, 9.00 - 12.15 Uhr  
Do, 3.4.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
Do, 10.4.2025, 19.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 5 Termine, 16 U.Std.  
**Entgelt:** 48,00 €

**Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:  
[www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)**

## 970 F – 971 F Keramik für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Für Anfänger:innen werden Grundkenntnisse der Aufbaukeramik, des Modellierens von Reliefs und des Glasierens vermittelt. Für Fortgeschrittene bietet sich die Möglichkeit einer Vertiefung der bereits erlernten Techniken. So können anspruchsvoll gestaltete Reliefs, Gefäße, Figuren, Masken u. ä. unter fachlicher Anleitung erarbeitet werden. Ein großräumiger Ofen steht zur Verfügung, so dass unter Verwendung besonders grobschamottierter Tone auch Werkstücke für Garten und Terrasse erstellt werden können. Wünsche der Teilnehmer:innen werden berücksichtigt. Im Kurs hergestellte Teile können in der VHS gebrannt werden.

## 970 F Keramik für Anfänger:innen und Fortgeschrittene vormittags

**Leitung:** Kornelia Jockenhöfer  
**Termine:** ab Di, 4.2.2025, 9.30 - 11.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 11 Termine, 33 U.Std.  
**Entgelt:** 105,60 €  
**Sachkosten:** 13,00 € (Brenngebühr und Brennhilfsmittel)

Für Ton und Glasuren entstehen Sachkosten, die direkt mit der Kursleiterin abgerechnet werden.



## 971 F Keramik für Anfänger:innen und Fortgeschrittene abends

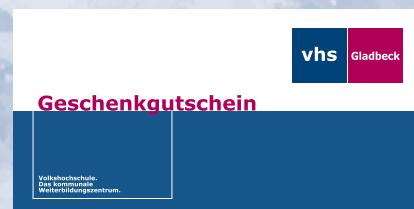
**Leitung:** Kornelia Jockenhöfer  
**Termine:** ab Di, 4.2.2025, 18.30 - 20.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 11 Termine, 33 U.Std.  
**Entgelt:** 105,60 €  
**Sachkosten:** 13,00 € (Brenngebühr und Brennhilfsmittel)

Für Ton und Glasuren entstehen Sachkosten, die direkt mit der Kursleiterin abgerechnet werden.

## Geschenkidee gesucht?

Weihnachten, Geburtstag, Valentinstag  
... und noch kein Geschenk?

**Da haben wir etwas für Sie!** Verschenken Sie Aktivität, Gemeinschaft, Lust auf Neues mit den Gutscheinkarten der VHS. Zum Kauf wenden Sie sich bitte an unsere Geschäftsstelle.



**974 F**  
**Bildhauerei – Holz**  
**Holzschnitzen**

Holz ist ein Werkstoff ganz eigener Art. Es strahlt Wärme und Leben aus. Anfänger:innen wie Fortgeschrittene lernen die wichtigsten Grundlagen in der manuellen, künstlerischen Holzbearbeitung.

Die Gespräche in der Gruppe und Einzelbetreuung sollen dazu beitragen, eigenständige bildhauerische Projekte zu erarbeiten.

Kaufen Sie die nötigen Werkzeuge erst nach Rücksprache mit dem Kursleiter.

**Leitung:** Ralf Augustin  
**Termine:** ab Do, 16.1.2025, 17.30 - 20.30 Uhr  
**Ort:** Anne-Frank-Realschule,  
Kortestr. 13  
**Dauer:** 11 Termine, 33 U.Std.  
**Entgelt:** 99,00 €



© Ralf Augustin

**980 F**  
**Ikebana**  
**Blumen zu ihrer eigentlichen, schönsten Gestalt erwecken**

IKEBANA ist eine Kunst, die Hingabe, Empfindung, Geschmack, vor allem aber Liebe zu den Pflanzen verlangt, verbunden mit Phantasie und einem genauen Schauen, einem Erleben und Darstellen der Jahreszeiten und des Wachstums.

Sie lernen, dass durch Beschneiden und Biegen von Zweigen und Blüten, durch sorgfältige Anordnung in einem darauf abgestimmten Gefäß und nach bestimmten strengen Regeln ein Kunstwerk entsteht, das die natürliche Anmut und Schönheit der Zweige und Blumen auf eine besondere Weise zur Geltung bringt.

Informationen über die Kosten der Anschaffung von Gefäß, Schere und Kenzan erhalten Sie durch die Kursleitung.

**Leitung:** Renate Becker  
**Termin:** ab Di, 28.1.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 90,00 €



© Das Foto des „Lebensart“-Fotografen Egon Maier zeigt die Ikebanakursteilnehmerin **Ulrike Turek** und die Kursleiterin **Renate Becker**.



**Fachbereichsleitung**

**Dr. Edesa Paheshti**  
Tel.: 99 23 09 / 47 93 758  
E-Mail:  
[edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de](mailto:edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de)

**Gesundheits-  
bildung**



## Körperschulung und Bewegung

Körperliche Probleme lassen sich häufig auf fehlende Bewegungsanreize zurückführen. Mit unseren Fitnesskursen ist sowohl ein Einstieg als auch eine Vertiefung in gesundheitsorientierte Bewegung zur Steigerung des körperlichen Wohlbefindens möglich.

Gezielte Muskel-, Dehn- und Entspannungsübungen helfen bei Aufbau und Entlastung des Halteapparates, erhalten so die körperliche Leistungsfähigkeit und lösen Spannungsschmerzen. Gehen Sie einen aktiven Weg mit der Volkshochschule: Erleben Sie Gesundheit, Freude und Wohlbefinden durch gezielte Bewegung und Entspannung.



### 1000 F Fit ab 60 für Frauen

Der Kurs bietet ein umfassendes Gymnastik- und Ausdauerprogramm, abgestimmt auf die Leistungsfähigkeit von Frauen. Mit peppiger Musik soll der Spaß an der Bewegung erlebt werden.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Sportschuhe, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Susanne Sinke  
**Termine:** ab Do, 9.1.2025, 18.30 - 20.00 Uhr  
**Ort:** Turnhalle der Albert-Schweitzer-Schule, Weusters Weg 3  
**Dauer:** 18 Termine, 36 U.Std.  
**Entgelt:** 126,00 €

### 1001 F Fit und gesund im Alltag

Schwerpunkte des Angebotes sind Übungen zur Mobilisierung, zum Dehnen und Kräftigen.

Ziel ist, durch Erfahren der Aufgaben körperlicher Strukturen eine Steigerung der Beweglichkeit und der muskulären Stabilität zu erhalten. Dabei spielt die Rumpfstabilität eine große Rolle. Übungen werden an den körperlichen Befindlichkeitsstatus der Teilnehmer:innen angepasst.

Bewegungsformen in der Sporthalle ermöglichen vom Alltag abzuschalten, die Freude an der Bewegung zu erleben und

### 1004 F – 1006 F Rückhalt – die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

Aktivieren Sie vernachlässigte und überbeanspruchte Muskulatur durch gezielte Mobilisations-, Dehnungs- und Kräftigungsübungen. So vermeiden Sie Haltungsprobleme bzw. wirken diesen entgegen.

Körperwahrnehmungs-, Koordinations- und Entspannungsübungen ergänzen das Programm. Sie besprechen und üben wirbelsäulengerechtes Verhalten im Alltag.

### 1004 F Gruppe 1 vormittags – Für Frauen

**Leitung:** Silvia Kaleske  
**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, 9.30 - 10.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 17 Termine, 22,67 U.Std.  
**Entgelt:** 81,60 €

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Sportschuhe, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.

die Fitness für Arbeit, Freizeit und insgesamt das tägliche Leben zu steigern.



**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Sportschuhe, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Ingeborg Busch  
**Termine:** ab Do, 16.1.2025, 20.15 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Ratsgymnasium, Mittelstr. 50  
**Dauer:** 20 Termine, 26,67 U.Std.  
**Entgelt:** 93,40 €

### 1005 F Gruppe 2 vormittags

**Leitung:** Silvia Kaleske  
**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, 10.45 - 11.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 17 Termine, 22,67 U.Std.  
**Entgelt:** 81,60 €

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Sportschuhe, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.

### 1006 F Gruppe 3 abends

**Leitung:** Sabine Schneider  
**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Pestalozzischule, Brahmstr. 22  
**Dauer:** 18 Termine, 36 U.Std.  
**Entgelt:** 126,00 €

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Sportschuhe, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.

## 1018 Pilates 50\*

Pilates ist ein effektives, sanftes Ganzkörpertraining. Spezielle Dehn- und Kräftigungsübungen stärken das Körperzentrum (Rücken, Bauch, Becken), mobilisieren die Wirbelsäule und Gelenke und verbessern damit die Körperhaltung, die Koordination, die Bewegungsqualität und somit das Wohlbefinden.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Sportkleidung, Antirutschsocken, eine Matte, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Angelika Kostiuk  
**Termine:** ab Mi, 22.1.2025, 8.30 - 9.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche,  
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 10 Termine, 13,33 U.Std.  
**Entgelt:** 53,30 €

## 1022 F – 1023 F Pilates

„Es ist der Geist, der sich den Körper formt.“ Aus dieser Erkenntnis hat Joseph Pilates ein fundiertes System entwickelt, das auf Effizienz der Motorik und Körperwahrnehmung fokussiert. Dadurch wirkt die Methode präventiv und korrektiv.

Das vielseitige Trainingsprogramm fördert Stabilität, Mobilität, Kraft, Ausdauer und Entspannung. Im Zentrum stehen die Verbindung von Atmung und Bewegung, der gezielte Einsatz der tiefen Bauchmuskulatur und ein optimales Skelett-Alignment. Ziel ist es, den Bewegungsapparat im Alltag sowie bei sportlichen Aktivitäten zu optimieren.

**Der Kurs eignet sich nicht für Teilnehmende mit gravierenden Schäden am Bewegungsapparat.**

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Sportkleidung, Antirutschsocken, eine Matte, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

## 1021 Business Pilates für städtische Mitarbeiter:innen

Dieser Kurs bietet allen Teilnehmenden einen sinnvollen Ausgleich zu den Anforderungen des Berufslebens.

Der Inhalt basiert auf der Pilates Methode und sorgt für ein sicheres, effektives und zeitgemäßes Gesundheitstraining für Körper und Geist. In konstruktiver Atmosphäre und mit Achtsamkeit lernen die Teilnehmenden ihren Körper wahrzunehmen und effizient zu trainieren.



## 1022 Pilates Workout am frühen Abend

**Leitung:** Daniele Schwander  
**Termine:** ab Do, 30.1.2025, 18.30 - 19.45 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche,  
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 25 U.Std.  
**Entgelt:** 100,00 €

## 1023 F Pilates Workout am Abend

**Leitung:** Daniele Schwander  
**Termine:** ab Do, 30.1.2025, 20.00 - 21.15 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche,  
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 25 U.Std.  
**Entgelt:** 100,00 €

Der Kurs fokussiert sich auf Übungen, die eine korrekte Körperhaltung, eine effiziente Atmung, einen gesunden Rücken, die Stärkung der tiefen Bauchmuskeln, Stabilität, Kraft, Beweglichkeit und Entspannung fördern und dadurch zur Fitness und Wohlbefinden von Geist und Körper beitragen.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Sportkleidung, Antirutschsocken, eine Matte, ein Handtuch, Thera-Band mittlerer Stärke und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Angelika Kostiuk  
**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, 16.30 - 17.30 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7,  
2. Etage, Raum 24 (Oase)  
**Dauer:** 10 Termine, 13,33 U.Std.  
**Entgelt:** 53,30 €

## 1026 F \*Body-Fit\*

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Ganzkörperprogramm bei flotter Musik zur Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit. Das Fitnessprogramm beginnt mit Aerobicseinheiten in Form von leichten Schrittfolgekombinationen. Das anschließende Workout beinhaltet Übungen zur Kräftigung der Rückenmuskulatur und bringt „Problemzonen“ wie Bauch, Beine, Po in Form.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Sportschuhe und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Angela Jamin  
**Termine:** ab Mo, 13.1.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Mosaikschule, Zum Stadtwald 3 b  
**Dauer:** 19 Termine, 38 U.Std.  
**Entgelt:** 133,00 €

## 1027 F – 1030 F Zumba®

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspirierter Tanz-Fitness-Workout, der sich aus lateinamerikanischer und internationaler Musik und Tanzbewegungen zusammensetzt. Ein dynamisches, begeisterndes und effektives Fitness-System! In diesem Workout-Format sind schnelle und langsame Rhythmen auf der Basis von Aerobic kombiniert, um eine einzigartige Balance von Muskelaufbau und -definition sowie Konditionsverbesserung zu erreichen.



© Frank Konopka

Sowohl Tänzer:innen als auch Nichttänzer:innen können einem Zumba®-Workout sofort und einfach folgen. Zumba kreiert eine Partyatmosphäre, die Nichttänzer:innen, Anfänger:innen und Schüchterne animiert, an einem Gruppen-Workout teilzunehmen. Alle Teilnehmenden fühlen sich wohl, weil sie einfach mitmachen und die Party genießen können.

Die leidenschaftlichen und explosiven Rhythmen der lateinamerikanischen und internationalen Musik sprechen für sich selbst und motivieren die Teilnehmenden während des Workouts – man will immer wieder kommen.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Sportschuhe und evtl. eine Erfrischung.

Sylvia Grillo  
© Frank Konopka

## 1027 Zumba®

**Leitung:** Michelle Schierenberg-Florian  
Sylvia Grillo  
**Termin:** ab Mo, 20.1.2025, 18.15 - 19.15 Uhr  
**Ort:** Pestalozzischule, Brahmsstr. 22  
**Dauer:** 11 Termine, 14,67 U.Std.  
**Entgelt:** 51,30 €

## 1028 F Zumba®

**Leitung:** Michelle Schierenberg-Florian  
Sylvia Grillo  
**Termin:** ab Mo, 28.4.2025, 18.15 - 19.15 Uhr  
**Ort:** Pestalozzischule, Brahmsstr. 22  
**Dauer:** 10 Termine, 13,33 U.Std.  
**Entgelt:** 46,60 €

## 1029 F Zumba®

**Leitung:** Michelle Schierenberg-Florian  
Sylvia Grillo  
**Termin:** ab Mi, 22.1.2025, 18.00 - 19.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Kästner-Realschule,  
Pädagogisches Zentrum,  
Kortenkamp 11  
**Dauer:** 11 Termine, 14,67 U.Std.  
**Entgelt:** 51,30 €

## 1030 F Zumba®

**Leitung:** Michelle Schierenberg-Florian  
Sylvia Grillo  
**Termin:** ab Mi, 30.4.2025, 18.00 - 19.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Kästner-Realschule,  
Pädagogisches Zentrum,  
Kortenkamp 11  
**Dauer:** 11 Termine, 14,67 U.Std.  
**Entgelt:** 51,30 €

## 1031 TanZen – Körper-Energie-Arbeit Workshop



Antonio Rusciano

### TanZen-Körper-Energie-Arbeit

Zen bedeutet oft die Offenbarung der Einfachheit. Auf den eigenen Körper zu hören ist bereits der erste Akt des Bewusstseins.

In diesem Workshop werden wir durch Tanz und Körperarbeit einen Raum schaffen, in dem Kreativität und Energie frei fließen können. Nach einem sanften Warm-up, das die Atmung und Erdung in den Vordergrund stellt, erkunden wir durch Improvisation die eigene, ursprüngliche Bewegungsart. Der Fokus liegt auf der Verbindung zwischen Körper und Emotionen, um so eine authentische Kommunikation entstehen zu lassen – fernab von virtuellen Welten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich; jeder, der Lust hat, seinen Körper als Ausdrucksmittel neu zu entdecken, ist herzlich willkommen.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Socken und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Antonio Rusciano  
**Termin:** Sa, 24.5.2025, 14.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche,  
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38  
**Entgelt:** 38,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

## 1039 F Die Feldenkraismethode – Bewusstheit durch Bewegung

Die Feldenkraismethode – benannt nach dem Physiker Moshé Feldenkrais – arbeitet nach dem Prinzip „Bewusstheit durch Bewegung“. Mit einfachen, aber genauen Bewegungsübungen lernen Sie, Bewegungsmuster Ihres Körpers wahrzunehmen und zu verändern. Die Feldenkraismethode stellt gewohnte Bewegungsmuster in Frage und fordert dazu heraus neue Bewegungsmöglichkeiten zu entdecken. So ändern Sie Schritt für Schritt die Haltung und lernen sich leichter zu bewegen. Die Methode ist für jedes Alter geeignet.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Socken, eine Matte, eine Decke und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Marianne Becker  
**Termine:** ab Mi, 15.1.2025, 16.30 - 17.45 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 19 Termine, 31,67 U.Std.  
**Entgelt:** 126,70 €

## 1047 F – 1068 F Yoga

Die ruhigen Haltungen des Hatha-Yoga und die friedvolle geistige Sammlung in den meditativen Übungen führen den Geist in die unbelastete Wahrnehmung des Augenblicks. Mit entspannenden und vitalisierenden Yoga-Techniken wird geistige Ruhe und innere Stärke aufgebaut, der Stoffwechsellhaushalt und das Immunsystem unterstützt, die Konzentrationsfähigkeit erhöht und die Elastizität gefördert. Sie entspannen Körper und Geist und kommen somit von außen nach innen, vom Lärm zur Ruhe und können das Unwesentliche vom Wesentlichen besser unterscheiden.

**Bitte bringen Sie zu allen Yogakursen mit:** bequeme Kleidung, eine Übungsmatte, eine Decke, Wollsocken und evtl. eine Erfrischung.

## 1047 F Yoga

**Leitung:** Sigrid Kemmer-Heimes  
**Termine:** ab Mo, 3.2.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 105,00 €

## 1048 F Yoga Grundkurs

**Leitung:** Sigrid Kemmer-Heimes  
**Termine:** ab Mi, 5.2.2025, 16.45 - 18.15 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülsler Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 105,00 €

## 1055 F Yoga Grundkurs

**Leitung:** Man Lai Bittner  
**Termine:** ab Mi, 15.1.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 24 Termine, 48 U.Std.  
**Entgelt:** 172,80 €

## 1061 F Yoga Aufbaukurs

**Leitung:** Man Lai Bittner  
**Termine:** ab Mi, 15.1.2025, 19.45 - 21.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 24 Termine, 48 U.Std.  
**Entgelt:** 172,80 €

## 1062 F Yoga Mittelstufe

**Leitung:** Man Lai Bittner  
**Termine:** ab Mo, 13.1.2025, 10.15 - 11.45 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülsler Str. 38  
**Dauer:** 22 Termine, 44 U.Std.  
**Entgelt:** 158,40 €



© Frank Konopka

## 1065 F Vinyasa-Flow Yoga

Vinyasa Yoga ist ein dynamischer und sportlicher Yogastil. Durch die Verbindung von Atem und Bewegung entsteht ein harmonischer Bewegungsfluss. Im Fokus stehen dabei die Yoga-Übungen selbst, die Asanas, die kreativ in den Bewegungsablauf eingebettet werden.

Regelmäßiges Üben verbessert die Muskelkraft, schult das Gleichgewicht und erhöht die Flexibilität. Weitere positive Einflüsse sind der Abbau von Stress, die Förderung der Achtsamkeit und der Aufbau neuer Energie. Vinyasa Yoga ist Meditation in Bewegung.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, eine Matte, eine Decke, Wollsocken, ein Kissen, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Sigrid Kemmer-Heimes  
**Termine:** ab Mi, 5.2.2025, 18.30 - 20.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülsler Str. 38  
**Dauer:** 15 Termine, 30 U.Std.  
**Entgelt:** 105,00 €

## 1068 F Yoga gegen Rückenschmerzen

**Leitung:** Man Lai Bittner  
**Termine:** ab Di, 14.1.2025, 10.45 - 12.15 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 23 Termine, 46 U.Std.  
**Entgelt:** 165,60 €



1070

## Selbstverteidigung für Frauen Workshop

In unserem Frauen-Selbstverteidigungs-Workshop lernen Sie, sich sicherer und selbstbewusster zu bewegen. Der Workshop vermittelt praxisnahe Selbstverteidigungstechniken, die Sie in verschiedenen Alltagssituationen anwenden können.

### Inhalte:

- Grundlagen der Selbstverteidigung: Einführung in die Techniken und Prinzipien des Krav Maga.
- Verteidigung gegen Angriffe: Praktische Übungen zur Abwehr von Griffen, Schlägen und Würgeangriffen.
- Situationsbewusstsein entwickeln: Erkennen und Vermeiden von Gefahrensituationen.
- Selbstvertrauen stärken: Übungen für mentale Stärke und ein sicheres Auftreten.

**Ziel des Workshops:** Ihnen die Fähigkeiten und das Selbstvertrauen zu vermitteln, sich in verschiedenen Alltagssituationen effektiv zu verteidigen.

Der Workshop richtet sich an Frauen ab 16 Jahren und erfordert keine Vorkenntnisse. Melden Sie sich jetzt an und setzen Sie den ersten Schritt zu mehr Sicherheit!

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Sportschuhe, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Manuel Becks  
**Termin:** Sa, 1.2.2025, 11.00 - 13.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38  
**Entgelt:** 16,00 €

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

1071

## Feldenkrais-Workshop „Schulter und Nacken“

Die Muskulatur um Schulter und Nacken sorgt oft für Beschwerden, wenn sie sich verspannt und mitunter sogar schmerzt. Diese Muskelbereiche reagieren sehr sensibel auf Stressbelastung.

In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit den Bewegungsmöglichkeiten der Schulter- und Nackenmuskulatur und der angrenzenden Muskelgruppen. Wir suchen Möglichkeiten, übermäßig angespannte Muskulatur in einen ausgewogenen Spannungszustand zu bringen.

Die Bewegungssequenzen finden überwiegend liegend am Boden in Rücken- oder Seitenlage statt.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Wollsocken, eine Matte, eine Decke und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Marianne Becker  
**Termin:** Sa, 22.2.2025, 10.00 - 13.00 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Entgelt:** 30,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

1072

## Feldenkrais-Workshop „Mobilisierung der Hüftgelenke“

Die Hüftgelenke sind die zweitgrößten unserer Gelenke. Anders als Knie- oder Ellenbogengelenke, welche sehr präsent sind, sind die Hüftgelenke tief im unteren Bereich des Rumpfes verborgen. Sie verbinden die Beine mit dem Becken, welches wiederum über die Wirbelsäule eine Verbindung bis zum Kopf hat. Große, kraftvolle Muskeln steuern die Bewegungen der Hüftgelenke. Übermäßige Spannung dieser Muskulatur kann eine Ursache für Bewegungseinschränkungen der Hüftgelenke sein.

In diesem Workshop erforschen wir die Lage der Hüftgelenke, ihre Bewegungsmöglichkeiten und suchen nach einem ausgewogenen Tonus für die beteiligte Muskulatur. Die Bewegungssequenzen finden überwiegend am Boden in Rücken- oder Seitenlage statt.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Wollsocken, eine Matte, eine Decke und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Marianne Becker  
**Termin:** Sa, 22.3.2025, 10.00 - 13.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38  
**Entgelt:** 30,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.



1073

## Yin Yoga für die Leber – Entlastung und Regeneration für ein zentrales Stoffwechselorgan Workshop

Die Leber ist ein zentrales Stoffwechselorgan, das eine entscheidende Rolle für unsere Gesundheit spielt. Sie ist nicht nur für den Abbau von Alkohol verantwortlich, sondern wird auch durch andere Faktoren wie Fructose und ungesunde Ernährung stark belastet. Dies kann zu einer nicht-alkoholischen Fettleber führen, die heutzutage weit verbreitet ist.

In diesem speziellen Yin-Yoga-Seminar widmen wir uns der Regeneration und Entlastung der Leber. Im ersten Teil durch einen Vortrag, im zweiten Teil durch gezielte Yin Yoga-Übungen, die Leber- und Gallenblasenmeridian stimulieren und so die Entgiftung unterstützen und den Energiefluss harmonisieren. Die sanften und tiefwirkenden Haltungen helfen dabei, Spannungen abzubauen und die Leberfunktion zu stärken.

Egal, ob Du Deine Leber gezielt unterstützen möchtest oder einfach Entspannung und innere Balance suchst – dieses Seminar bietet Dir wertvolle Techniken, um Deine Gesundheit ganzheitlich zu fördern. Anfänger:innen und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen.

Lass uns gemeinsam die Leber in ihrer wichtigen Aufgabe unterstützen und gleichzeitig Körper und Geist in Einklang bringen.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Matte, eine Decke, ein Sitzkissen und evtl. eine Erfrischung. Meditationsbänke sind vorhanden.

**Leitung:** Sabine Schüren

**Termin:** Fr, 21.3.2025, 18.00 - 21.00 Uhr

**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

**Entgelt:** 30,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

1074

## Wundersame Wechseljahre – Cool bleiben in heißen Zeiten! Workshop

Die Wechseljahre sind eine natürliche, aber oft herausfordernde Phase im Leben einer Frau. Die hormonelle Umstellung bringt viele Veränderungen mit sich, die sich auf das körperliche und emotionale Wohlbefinden auswirken können.

In unserem Seminar „Cool bleiben in heißen Zeiten“ möchten wir Dir Wege aufzeigen, wie Du diese Lebensphase bewusst und gestärkt durchlaufen kannst. Wir stellen Dir eine Auswahl an Kräutern, Nahrungsergänzungsmitteln und Düften aus der Naturapotheke vor, die ausgleichend und lindernd wirken. Rotklee, Schafgarbe und Frauenmantel gehören zu den traditionellen Heilkräutern, die den Hormonhaushalt unterstützen können. Aus dem Ayurveda kommt Ashwagandha, ein adaptogenes Kraut, das hilft, Stress zu mindern und das Nervensystem zu stabilisieren. Salbei ist besonders bekannt für seine lindernde Wirkung bei Hitzewallungen.

Das Seminar bietet eine Mischung aus theoretischem Wissen und praktischen Anwendungstipps, die Dir helfen, die Wechseljahre mit Gelassenheit und innerer Balance zu erleben. Ob Du erste Anzeichen spürst oder bereits mitten in den Wechseljahren steckst



Sabine Schüren

– dieser Kurs ist eine wertvolle Unterstützung für jede Frau, die ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden in dieser Zeit fördern möchte.

Gemeinsam entdecken wir, wie Du mit der Kraft der Natur diese besondere Lebensphase positiv gestalten kannst.

**Bitte bringen Sie mit:** Schreibunterlagen, bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Matte, eine Decke, ein Sitzkissen, Getränke und Verpflegung. Meditationsbänke sind vorhanden.

**Leitung:** Sabine Schüren

**Termin:** Sa, 17.5.2025, 15.00 - 18.00 Uhr

**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55

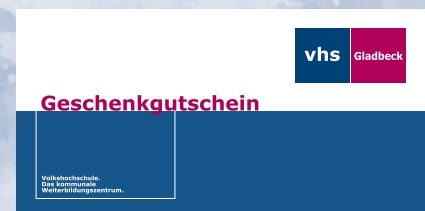
**Entgelt:** 30,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

## Geschenkidee gesucht?

Weihnachten, Geburtstag, Valentinstag ... und noch kein Geschenk?

**Da haben wir etwas für Sie!** Verschenken Sie Aktivität, Gemeinschaft, Lust auf Neues mit den Gutscheinkarten der VHS. Zum Kauf wenden Sie sich bitte an unsere Geschäftsstelle.



1075

## „Auftanken für Beruf und Alltag“ – Mit Yoga und Ayurveda Intensivseminar/Bildungsurlaub

„Es gibt Wichtigeres im Leben, als beständig dessen Geschwindigkeit zu erhöhen.“ (Gandhi)

Alles wird immer schneller – Kommunikation, die Entwicklung der Technik, KI etc. Wir sind immer erreichbar, überflutet mit medialen Inhalten und häufig stellen wir fest: „Es ist einfach zu viel“. Rückenschmerzen, Schlafstörungen, psychische Erkrankungen nehmen zu. Entschleunigung, Achtsamkeit, Körperbewusstsein können uns unterstützen, um unseren eigenen gesunden Rhythmus wiederzufinden.

In diesem Bildungsurlaub werden Techniken vorgestellt, um die Konzentrationsfähigkeit, Motivation und letztlich den Erfolg im Beruf und Alltag zu sichern. Dabei lernen die Teilnehmenden sich selbst, ihren Körper und seine Signale besser wahrzunehmen und bewusst zu entspannen. Viele Übungen lassen sich leicht in den (Berufs-) Alltag integrieren.

### Inhalte:

1. **Tag:** Tiefenentspannung und Yoga (Theorie und Praxis)
2. **Tag:** Was ist Stress? Wie wirkt Entspannung? Yoga Flow Stunde
3. **Tag:** Ayurveda – Empfehlungen für ein typgerechtes, gesundes Leben
4. **Tag:** Die sieben Säulen der Gesundheit, Rückenyooga, Yin Yoga
5. **Tag:** Ideen für die Umsetzung zu Hause (Kurzentspannungstechniken)

Dieser Bildungsurlaub bietet Ihnen eine umfassende Einführung in die Prinzipien der ganzheitlichen Gesundheit, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringen.

Diese Veranstaltung richtet sich an alle, die ihre Gesundheit ganzheitlich verbessern möchten. Durch die Kombination von theoretischem Wissen und praktischen Übungen erhalten Sie wertvolle Impulse für ein gesünderes und ausgeglicheneres Leben.

Das Angebot entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an der Veranstaltung kann Bildungsurlaub beantragt werden. Die entsprechenden Anmelde- und Bestätigungsunterlagen erhalten Sie auf Anfrage. Nach Ende des Bildungsurlaubes bekommen Sie eine Teilnahmebescheinigung. Die Veranstaltung kann auch von Teilnehmenden besucht werden, die keinen Anspruch auf Bildungsurlaub geltend machen.

Für diesen Kurs gelten keine Ermäßigungen. Eine kostenlose Stornierung ist nur bis 14 Tagen vor Veranstaltungsbeginn möglich.

**Bitte bringen Sie mit:** Schreibunterlagen, bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Matte, eine Decke, ein Sitzkissen, Getränke und Verpflegung. Meditationsbänke sind vorhanden.

**Leitung:** Sabine Schüren  
**Termin:** Mo, 21.7. - Do, 24.7.2025, 9.30 – 16.00 Uhr  
 Fr, 25.7.2025, 9.30 – 13.30 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 5 Termine, 31,33 U.Std.  
**Entgelt:** 251,00 € (keine Ermäßigung)

1076

## In fünf Schritten zum Wohlfühlgewicht Workshop

Kennen Sie es, wenn der Gedanke an das eigene Wohlfühlgewicht Sie nicht loslässt und sich gedanklich vieles bei Ihnen um Ernährung sowie Gewicht dreht? Es fühlt sich schwer an, das Gewicht zu reduzieren, vielleicht glauben Sie auch gar nicht mehr daran, dass es einen Weg für Sie gibt, der in Ihrem Alltag nachhaltig funktioniert. In diesem Workshop gibt Ihnen der Ernährungswissenschaftler und Abnehmcoach Robert Esser neben allgemeinen Tipps auch Hinweise zum 6-wöchigen Kurs „Nachhaltig zum Wohlfühlgewicht“. Schnuppern

1077

## Nachhaltig zum Wohlfühlgewicht

Kennen Sie es, wenn der Gedanke an das eigene Wohlfühlgewicht Sie nicht loslässt und sich gedanklich vieles bei Ihnen um Ernährung sowie Gewicht dreht? Es fühlt sich schwer an, das Gewicht zu reduzieren, vielleicht glauben Sie auch gar nicht mehr daran, dass es einen Weg für Sie gibt, der in Ihrem Alltag nachhaltig funktioniert. Wie auch Sie Ihr Wohlfühlgewicht dauerhaft in Ihrem Alltag erreichen können, zeigt Ihnen Ernährungswissenschaftler und Abnehmcoach Robert Esser. Wenn Sie zwischen fünf bis 50 kg abnehmen möchten, viel probiert haben an Diäten, wenn Sie zweifeln, ob ein Abnehmen gelingen kann, dann ist dieser Kurs das Richtige für Sie. Fernab von Abnehmprodukten, Shakes oder sonstigen Mitteln lernen Sie das Fundament für Ihr persönliches Wohlfühlgewicht mit Spaß und Leichtigkeit in Ihrem Alltag kennen.

Dieser Kurs ist einzeln buchbar – ein Besuch des Workshops „In fünf Schritten zum Wohlfühlgewicht“ wird empfohlen.

**Leitung:** Robert Esser  
**Termin:** ab Fr, 31.1.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, 1. Etage, Raum 13, Friedrichstr. 7  
**Dauer:** 5 Termine, 10 U.Std.  
**Entgelt:** 65,00 €

Sie, stellen Sie Ihre Fragen und entscheiden Sie, ob Sie weitermachen möchten.

Diese Veranstaltung ist einzeln buchbar.

**Leitung:** Robert Esser  
**Termin:** Fr, 24.1.2025, 18.00 - 19.30 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, 1. Etage, Raum 13, Friedrichstr. 7  
**Entgelt:** 13,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

1078

## Pilates

### Workshop zum Kennenlernen

„Es ist der Geist, der sich den Körper formt.“  
– Diese Erkenntnis von Joseph Pilates bildet die Grundlage für ein Trainingssystem, das präventiv und korrektiv wirkt. Unser Workshop bietet ein umfassendes Programm, das die Effizienz der Motorik und Körperwahrnehmung in den Fokus stellt.

Das vielseitige Trainingsprogramm fördert Stabilität, Mobilität, Kraft, Ausdauer und Entspannung. Im Zentrum stehen die Verbindung von Atmung und Bewegung, der gezielte Einsatz der tiefen Bauchmuskulatur und ein optimales Skelett-Alignment. Ziel ist es, den Bewegungsapparat im Alltag sowie bei sportlichen Aktivitäten zu optimieren.

Dieser Workshop richtet sich an Teilnehmende mit Erfahrung in anderen sportlichen Aktivitäten, die ein intensives Pilates-Workout erleben möchten. Er ist jedoch nicht geeignet für Personen mit schweren Schäden am Bewegungsapparat.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Sportkleidung, Antirutschsocken, eine Matte, Theraband mittlerer Stärke, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Daniele Schwander

**Termin:** Sa, 28.6.2025, 10.00 - 12.00 Uhr

**Ort:** (ehem.) Markuskirche,  
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38

**Entgelt:** 20,00 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

1079

## Heilfasten bei der VHS – Energie tanken und Körper regenerieren!

Entdecken Sie die Kraft des Heilfastens und erleben Sie eine Woche, in der Körper, Geist und Seele in Einklang gebracht werden. Die Wasser-Tee-Fastenmethode bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihren Organismus zu entlasten und neue Energie zu schöpfen. Neben dem Fasten selbst spielen auch Darmreinigung, Bewegung, Entspannung und die Reflexion des eigenen Lebensstils eine wichtige Rolle. Heilfasten unterstützt die natürliche Regeneration des Körpers, stärkt das Immunsystem und hilft, neuen Schwung in den Alltag zu bringen.

Der Kurs wird von der Ernährungsberaterin und ärztlich geprüften Fastenbegleiterin Sigrid Stienen geleitet. Er beginnt mit einem Informationsabend, an dem Sie alles Wichtige zum Thema „Richtig fasten“ erfahren und begleitet Sie über sieben Tage in einer unterstützenden Gruppe. Zum Abschluss gibt Ihnen die Kursleiterin wertvolle Empfehlungen, wie Sie Ihre Ernährung nach dem Fastenkurs gestalten können, um die erzielten Erfolge langfristig zu sichern. Sie erhalten praxisnahe Tipps zur Vollwerternährung und erfahren, warum

eine Ernährung mit frischen, unverarbeiteten Lebensmitteln so wichtig ist.

Lassen Sie den Alltag hinter sich und nutzen Sie diese Zeit, um Körper und Geist zu stärken und sich rundum wohlfühlen!

Die Teilnahme am Info-Abend ist unbedingt erforderlich. Die Fastenwoche richtet sich an gesunde Teilnehmende, die eigenverantwortlich fasten möchten. Bei chronischen Erkrankungen bzw. regelmäßiger Medikamenteneinnahme ist die Teilnahme an dieser Fastenmethode nicht möglich. Falls Sie sich über eine Teilnahme an der Fastenwoche unsicher fühlen, halten Sie Rücksprache mit Ihrer Hausärztin bzw. Ihrem Hausarzt.

**Leitung:** Sigrid Stienen

**Termine:** Mi, 12.3.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
Sa-Do, 15.3.-20.3.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
Fr, 21.3.2025, 09.30 - 11.00 Uhr  
Do, 27.3.2025, 17.00 - 18.30 Uhr

**Ort:** (ehem.) Markuskirche, 2. Etage,  
Seminarraum 1, Bülser Str. 38

**Dauer:** 9 Termine, 18 U.Std.

**Entgelt:** 63,00 €

1080

## Tai Chi Chuan (Yang-Stil)

### für Beginnende

Tai Chi Chuan ist eine traditionelle, innere Kampfkunst aus China, die heute vor allem als sanfte Bewegungsform zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden praktiziert wird. Die Grundidee von Tai Chi ist es, Weichheit und Schwäche in Kraft und Stärke zu verwandeln. Die langsamen, fließenden Bewegungen harmonisieren Körper und Geist, fördern die Beweglichkeit und das Gleichgewicht und unterstützen die Entspannung.

In diesem Kurs lernen Sie den ersten Teil der Langform des Tai Chi Chuan (Yang-Stil) Schritt für Schritt kennen.

Unter professioneller Anleitung üben Sie die Bewegungsabläufe in Ihrem eigenen Tempo. Regelmäßiges Üben stärkt den Körper, beruhigt die Atmung und hilft, den Energiefluss (Chi) zu fördern.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe oder warme Socken, eine Yoga-Matte, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Michael Kather

**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 17.00 - 18.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche,  
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38

**Dauer:** 10 Termine, 20 U.Std.

**Entgelt:** 80,00 €





1086 F

## Medizinisches Qi Gong

Professor Zang Guangde hat in den 70er Jahren an der Sporthochschule Beijing die Qi-Gong-Methode „Daoyin Yangcheng Gong“ entwickelt. Diese beruht auf der einfachen wie genialen Idee, dass es, wenn es für jede Erkrankung eine Medizin gibt, dann doch auch für jede Erkrankung ein spezielles Qi-Gong geben kann. Damit hat man in der Therapie und Rehabilitation Qi-Gong-Methoden zur Verfügung, die den Heilungsprozess fördern und stützen sollen. Auch in der Prävention kann so häufig auftretenden Erkrankungen angemessen begegnet werden.



© Frank Konopka

So gibt es z. B. spezielle Qi-Gong-Methoden zur Beruhigung des Herzens und Regulierung des Kreislaufs, zur Verbesserung des Immunsystems oder zur Stärkung des Qi (der Lebensenergie).

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe oder warme Socken, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Young-Soon Moon

**Termine:** ab Di, 21.1.2025, 19.00 - 19.45 Uhr

**Ort:** (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38

**Dauer:** 22 Termine, 22 U.Std.

**Entgelt:** 99,00 €

1091

## Stand up Paddling

Möchten Sie sich mal so richtig auspowern? Und dabei die Natur aus einer anderen Perspektive erleben? Dann ist Stand up Paddling (SUP) genau das Richtige für Sie! SUP vereint ein ganzheitliches Fitness-Workout mit einer schonenden Stärkung der Rumpf- und Tiefenmuskulatur. Auch die Balance wird trainiert. Daher ist eine gute Beweglichkeit/Grundfitness Voraussetzung für den Kurs.

In einer theoretischen Einführung werden den Teilnehmenden Grundkenntnisse zu Material- und Paddeltechnik sowie die Verhaltensregeln auf Fließgewässern und Kanälen vermittelt. Auch über die Gefahren und Sicherheitsvorkehrungen beim Stand up Paddling wird informiert und bei der Tour auf die Besonderheiten des Naturschutzgebiets Lippe eingegangen.

Danach geht's aufs Wasser in Dorsten (ca. 6 km, 2 - 2,5 h). Ein erfahrener, zertifizierter SUP-Instructor gibt Ihnen Hilfestellungen, wie Sie die Theorie ganz leicht in die Praxis umsetzen können. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich! SUP ist sehr leicht zu erlernen. Anfänger:innen stehen schon nach ca. 10 Minuten auf dem Board.

**Bitte bringen Sie mit:** Sportkleidung (Lauf- oder Funktionskleidung) und Schuhe/Flip-Flops, die nass werden dürfen. Board und

1092 F

## Hula Hoop Fitness

In diesem Kurs wird mit dem eigenen Hula Hoop Reifen der ganze Körper und besonders die Muskeln im Bauch und Rücken gestärkt. Durch kurze Intervalle wird

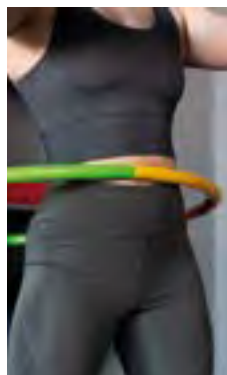


Foto aus Semester 2/2015

Paddel werden gestellt. Bei kühleren Temperaturen kann Neoprenkleidung gegen einen Aufpreis in Höhe von 5,00 € gemietet werden.

### Teilnahmevoraussetzungen:

- gute Fitness/Beweglichkeit (vom Knien in den Stand kommen)
- Mindestalter: 14 Jahre
- nur Schwimmer (mindestens 15 Minuten schwimmen im offenen Gewässer)
- Maximalgewicht: 130 kg

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Termin.

**Leitung:** Thomas Libor

**Termin:** Mi, 25.6.2025, 18.00 - 20.30 Uhr

**Ort:** Kurt-Schumacher-Str. 28, Dorsten (Parkplatz gegenüber Sporthalle)

**Sachkosten:** 45,00 €

nicht nur durch Hullern trainiert, sondern auch durch Übungen wie Ausdauer, Koordination und Kraft. Die Intervalle wechseln zwischen Hullern und Übungen am Platz.

**Bitte bringen Sie mit:** Ihren eigenen Hula Hoop Reifen, bequeme Kleidung, Sportschuhe, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Silvia Kaleske

**Termine:** ab Mi, 15.1.2025, 18.00 - 19.00 Uhr

**Ort:** Anne-Frank-Realschule, Kortestr. 13

**Dauer:** 18 Termine, 18 Z.Std.

**Entgelt:** 81,60 €

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12

1093 F – 1094 F

## Rückenschule für städtische Mitarbeiter:innen

Langes Sitzen am Schreibtisch führt häufig zu Rückenproblemen. In unserer Rückenschule während der Mittagspause lernen Sie unter fachkundiger Anleitung aktiv dagegen vorzubeugen. Neueinsteiger sind jederzeit willkommen!

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe oder warme Socken, ein Handtuch, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.



### 1093 F Gruppe 1

**Leitung:** Silvia Kaleske  
**Termine:** ab Mi, 22.1.2025, 12.10 - 12.40 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 17 Termine, 11,33 U.Std.  
**Entgelt:** 39,70 €

### 1094 F Gruppe 2

**Leitung:** Silvia Kaleske  
**Termine:** ab Mi, 22.1.2025, 12.50 - 13.20 Uhr  
**Ort:** Haus der VHS, Friedrichstr. 55  
**Dauer:** 17 Termine, 11,33 U.Std.  
**Entgelt:** 39,70 €

## Junge vhs – Tanzworkshops im Februar 2025

Du hast Lust, verschiedene Tanzstile auszuprobieren und dich zu cooler Musik zu bewegen? Dann bist du bei unseren Tanzworkshops im Februar genau richtig! Ob Hip-Hop, Commercial oder Dancehall – hier kannst du Neues lernen, deinen eigenen Stil entwickeln und richtig Spaß haben. Unsere erfahrene Trainerin zeigt dir Schritt für

### 1095 Hip-Hop Tanzworkshop Alter der Teilnehmenden: 12-17 Jahre

Lust auf coole Moves und fesselnde Beats? In unserem Hip-Hop-Workshop kannst du die Basics dieser dynamischen Tanzrichtung erlernen und deine Skills auf das nächste Level bringen. Von kraftvollen Moves bis hin zu fließenden Bewegungen – hier findest du deinen eigenen Stil!

Unsere Tanztrainerin, die auf nationale Bühnenerfahrung zurückblicken kann, zeigt dir Step-by-Step, wie du dich rhythmisch und ausdrucksstark zur Musik bewegen kannst. Ob Anfänger:in oder bereits mit etwas Erfahrung – dieser Workshop bietet eine spannende Einführung in die Welt des Hip-Hop.

Sei dabei und bring die Tanzfläche zum Beben!

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Ester Paheshti  
**Termin:** Fr, 7.2.2025, 16.00 - 17.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche,  
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38  
**Entgelt:** 15,00 €

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Schritt die Basics und fortgeschrittene Moves, egal ob du Anfänger:in oder schon mit Tanzerfahrung dabei bist. Melde dich an und erlebe dynamische Beats, kraftvolle Choreografien und jede Menge Tanzspaß!

Alle Kursangebote im Bereich „Junge vhs“ haben ein bereits ermäßigtes Entgelt.

### 1096 Commercial Tanzworkshop Alter der Teilnehmenden: 12-17 Jahre

Du liebst Musikvideos und möchtest die Choreografien der Stars selbst tanzen? Im Commercial-Workshop lernst du die angesagten Moves, die du aus den Musikcharts kennst!

Unsere erfahrene Tanzlehrerin führt dich in diesen stylischen und energiegeladenen Tanzstil ein. Der Workshop kombiniert Elemente aus verschiedenen Tanzrichtungen wie Jazz, Hip-Hop und Ladystyle, sodass du eine vielseitige Choreografie erlernst, die perfekt für Anfänger:innen und Fortgeschrittene geeignet ist.

Melde dich an und werde zum Star deiner eigenen Performance!

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Ester Paheshti  
**Termin:** Fr, 14.2.2025, 16.00 - 17.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche,  
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38  
**Entgelt:** 15,00 €

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.



**1097**  
**Dancehall Tanzworkshop**  
**Alter der Teilnehmenden: 12-17 Jahre**

Willst du das Gefühl von Sonne, Strand und karibischen Rhythmen auf der Tanzfläche erleben? Dancehall, der mitreißende Tanzstil aus Jamaika, ist dafür genau das Richtige! In diesem Workshop lernst du die charakteristischen Bewegungen und den einzigartigen Groove, der Dancehall so besonders macht.

Unsere erfahrene Dozentin, die national aufgetreten ist, führt dich durch die Basics und vermittelt dir die Essenz dieses energiegeladenen Tanzstils. Egal, ob du noch Anfänger:in bist oder schon etwas tanzen kannst – dieser Workshop bringt dich garantiert ins Schwitzen und sorgt für gute Laune!

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

**Leitung:** Ester Paheshti  
**Termin:** Fr, 21.2.2025, 16.00 - 17.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche,  
 EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38  
**Entgelt:** 15,00 €

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

## Zeit für gesunde Ernährung im Alter!

**1098**  
**Ernährung und Wohlbefinden im Alter**

Seminar in Kooperation mit der Seniorenberatung der Stadt Gladbeck

In diesem Seminar erfahren Sie, wie eine ausgewogene Ernährung einen entscheidenden Beitrag zu Gesundheit und Lebensqualität im Alter leisten kann. Wir beleuchten die besonderen Bedürfnisse des Körpers in verschiedenen Lebensphasen und geben praxisnahe Tipps zur Auswahl der richtigen Nahrungsmittel.

Neben der Vermittlung von Ernährungswissen stehen der Austausch über individuelle Herausforderungen und Möglichkeiten der Gesundheitsförderung im Fokus.

Das Seminar richtet sich an alle, die ihre Lebensweise aktiv gestalten und durch eine bewusste Ernährung ihr Wohlbefinden langfristig erhalten möchten.

Anmeldung unter 99 27 75 oder im Fritz-Lange-Haus, 1. Etage, Raum 2.

**Leitung:** Sigrid Stienen  
**Termin:** 29.1.2025, 15.00 - 16.30 Uhr  
**Ort:** Fritz-Lange-Haus, Erdgeschoss,  
 Saal, Friedrichstr. 7  
**Entgelt:** kostenfrei

**Das Magazin für Kultur und Gesellschaft**

**Lesefreude verschenken**

[www.westfalenspiegel.de/geschenkabo-entdecken](http://www.westfalenspiegel.de/geschenkabo-entdecken)





**Fachbereichsleitung**

**Dr. Edesa Paheshti**

Tel.: 99 23 09 / 47 93 758

E-Mail: [edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de](mailto:edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de)

**Haus-  
wirtschaft**



## Kochen und Backen

Bei uns macht Kochen und Backen Spaß! In der Gemeinschaft brutzeln, neue Rezepte ausprobieren, Tipps und Informationen zur gesunden, schmackhaften Ernährung und für einen ökonomisch und ökologisch sinnvollen Einkauf zu erhalten, ist viel schöner, als allein am Herd zu stehen.

Erproben Sie neue und exklusive Rezepte für jeden Tag, jeden Geschmack und jedes Können. Vorbereitung, Garen, Anrichten, dazu Tipps und Tricks, das sind die Zutaten unseres Erfolgsrezeptes.



# KOCHEN MACHT SPASS!

Für den gemütlichen Teil des Abends haben Sie an unserer Tafel viel Zeit zum Essen, Trinken und für interessante Gespräche. Lernen Sie nette Leute kennen und tauschen Sie sich nach dem Kochen beim Genießen mit unserem Selbstgekochten und einem Glas Wein aus.

Die Kochabende finden im Allgemeinen in der Lehrküche der Erich-Fried-Schule im Schulzentrum Brauck statt. Dort stehen für alle Zubereitungsarbeiten die entsprechenden Utensilien zur Verfügung.

## Kinder kochen

Wir bereiten einfache und lustige Gerichte zu, die gesund sind und lecker schmecken.

Das Entgelt und die Sachkosten beziehen sich auf einen Erwachsenen mit einem Kind. Wird ein zweites Kind zum Kurs mitgebracht, erhöhen sich die Sachkosten um 6,00 €.



Martina Büscher

**1120**  
**Groß und Klein gemeinsam am Herd**  
Großeltern kochen mit den Enkelkindern  
Alter der Kinder: 6 - 14 Jahre

**Leitung:** Martina Büscher  
**Termin:** Sa, 15.3.2025, 11.00 - 15.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Fried-Schule  
im Schulzentrum Brauck,  
Kortenkamp 19/21  
**Entgelt:** 20,80 €  
**Sachkosten:** 17,00 € für Lebensmittel und  
Kopien (inkl. gesetzlicher  
Umsatzsteuer)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.

**1121**  
**Groß und Klein gemeinsam am Herd**  
Großeltern kochen mit den Enkelkindern  
Alter der Kinder: 6 - 14 Jahre

**Leitung:** Martina Büscher  
**Termin:** Sa, 29.3.2025, 11.00 - 15.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Fried-Schule  
im Schulzentrum Brauck,  
Kortenkamp 19/21  
**Entgelt:** 20,80 €  
**Sachkosten:** 17,00 € für Lebensmittel und  
Kopien (inkl. gesetzlicher  
Umsatzsteuer)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.



## 1122 Saponi segreti – die sizilianische Kochkunst entdecken

Lassen Sie sich in die sizilianische Hausmannskost verführen. Tauchen Sie ein in die Aromen und Traditionen dieser faszinierenden Region, während wir gemeinsam Delikatessen zubereiten und die kulinarische Exzellenz Siziliens entdecken. Buon Appetito!



Angela Cosenza

Bitte bringen Sie 1-2 Küchenhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben mit.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochabend.

**Leitung:** Angela Cosenza  
**Termin:** Di, 28.1.2025, 17.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Fried-Schule im Schulzentrum Brauck, Kortenkamp 19/21  
**Entgelt:** 19,80 €  
**Sachkosten:** 18,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)

## 1125 Aromen der Sonne: Kochabend für authentische sizilianische Küche Kochabend für städtische Mitarbeiter:innen

Entdecken Sie die Geheimnisse der traditionellen Kochkunst der sizilianischen Kulinarik und lassen Sie sich von den Aromen dieser faszinierenden Region verführen. Unter der Leitung unserer Dozentin erleben Sie nicht nur das Zubereiten von authentischen Gerichten, sondern auch die Leidenschaft, die hinter der sizilianischen Küche steht. Ein genussvolles Abenteuer erwartet Sie – seien Sie bereit, Ihre Sinne zu verwöhnen!

## 1123 Entdeckungsreise durch türkische vegetarische Köstlichkeiten

Tauchen Sie in die faszinierende Welt der vegetarischen türkischen Küche ein! Unser Kochabend entführt Sie auf eine kulinarische Reise durch authentische Aromen und traditionelle Zubereitungsarten. Lassen Sie sich von köstlichen Genüssen verzaubern und entdecken Sie die Geschmacksvielfalt der Türkei.



Semiha Bozoglu

Bitte bringen Sie 1-2 Küchenhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben mit.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochabend.

**Leitung:** Semiha Bozoglu  
**Termin:** Do, 20.2.2025, 17.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Fried-Schule im Schulzentrum Brauck, Kortenkamp 19/21  
**Entgelt:** 19,80 €  
**Sachkosten:** 18,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)

## 1124 Festliches und köstliches Ostermenü

In diesem Kurs bereiten wir ein köstliches Ostermenü zu, das Gastgeber:innen ermöglicht, entspannt Zeit mit ihren Gästen zu verbringen. Wir beginnen mit einer leichten Suppe, gefolgt von einem zarten Gemüse-Carpaccio. Den Hauptgang bildet ein Schweinefilet in knuspriger Nusskruste, und zum krönenden Abschluss verwöhnen wir mit einer reichhaltigen Schokotorte, begleitet von feiner Salzkaramellsauce. Für das festliche Kaffeetrinken backen wir eine kunstvoll verzierte Torte mit zarten pastellfarbenen Füllungen – ein Genuss für Auge und Gaumen.

Bitte bringen Sie 1-2 Küchenhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben mit.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochabend.

**Leitung:** Martina Büscher  
**Termin:** Mi, 12.3.2025, 17.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Fried-Schule im Schulzentrum Brauck, Kortenkamp 19/21  
**Entgelt:** 19,80 €  
**Sachkosten:** 20,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)



Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochabend.

**Leitung:** Angela Cosenza  
**Termin:** Di, 8.4.2025, 17.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Fried-Schule im Schulzentrum Brauck, Kortenkamp 19/21  
**Entgelt:** 19,80 €  
**Sachkosten:** 18,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)

1126

**Brot selber backen**

Sie wollten immer Ihr Brot selber backen, haben aber nicht den passenden Kurs gefunden? Dann sind Sie hier genau richtig! In diesem Kurs zeigt Ihnen Frau Bozoglu, wie Sie mit frischen Zutaten und einfachen

Rezepten duftendes Brot und herzhaftes Gebäck selbst zubereiten können. Sie lernen wertvolle Tipps zur Teigzubereitung und Backtechnik kennen.

Bitte bringen Sie eine Schürze, zwei Geschirrtücher und Behälter mit!

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochabend.

- Leitung:** Semiha Bozoglu
- Termin:** Do, 6.3.2025, 17.30 - 22.00 Uhr
- Ort:** Erich-Fried-Schule  
im Schulzentrum Brauck,  
Kortenkamp 19/21
- Entgelt:** 19,80 €
- Sachkosten:** 10,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)



**Kochevent nach Wunsch**



Sie möchten mit Freundinnen und Freunden, Kolleginnen und Kollegen, Nachbarinnen und Nachbarn oder Vereinsmitgliedern einen besonderen Kochabend erleben?

Wenn Ihre Küche zu klein ist, bietet die VHS Ihnen die Möglichkeit, unsere Lehrküche zu nutzen. Eine erfahrene Kursleiterin übernimmt die Planung und Organisation, von der Auswahl der Rezepte über den Einkauf bis hin zur Leitung des Abends.

Sie wählen das Thema und vereinbaren einfach einen Termin mit unserer Fachbereichsleiterin (Tel. 02043/99 23 09 oder 47 93 758).



**EHRENAMT**

bei der Feuerwehr Gladbeck

Wir informieren Sie gern  
unter Telefon 02043 / 992158



**ZEISS i.Scription  
Technologie**



Damit sehen Sie schärfer, kontrastreicher und brillanter.

**Ihre Augen verdienen das Beste.**



O P T I K  
**Groß-Blotekamp**

Goethestr.55 45964 Gladbeck Tel.02043/21372



Eingekocht mit Liebe,  
verfeinert mit Geschmack.

## 1127 Leckere Küche mit kleinem Budget

Wir kennen es alle: Die Hose wird eng und das Budget ist begrenzt. In diesem Kurs lernen Sie, wie man schmackhafte und gesunde Gerichte mit günstigen Zutaten zubereitet. Unter Anleitung erfahren Sie, wie man kreativ kocht und dabei die Kosten im Blick behält. Nach dem Kurs können Sie ohne schlechtes Gewissen und mit einem kleinen Budget gesund und schmackhaft in die neue Saison starten.

Bitte bringen Sie 1-2 Küchenhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben mit.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochabend.

**Leitung:** Martina Büscher  
**Termin:** Do, 15.5.2025, 17.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Fried-Schule  
im Schulzentrum Brauck,  
Kortenkamp 19/21  
**Entgelt:** 19,80 €  
**Sachkosten:** 10,00 € (inkl. gesetzlicher  
Umsatzsteuer)

## 1128 Marmelade selber kochen

In diesem Kochabend lernen Sie, wie Sie aus frischen Saisonfrüchten und wenigen, einfachen Zutaten Ihre eigene, köstliche Marmelade zubereiten. Unter Anleitung erfahren Sie nützliche Tipps und Tricks rund ums Einmachen, damit Ihre Marmelade nicht nur gelingt, sondern auch lange haltbar ist. Am Ende des Kurses dürfen Sie Ihre liebevoll hergestellten Kreationen mit nach Hause nehmen.

Bitte bringen Sie eine Schürze, zwei Geschirrtücher und Gläser zum Abfüllen mit!

## Nähen

In unserer Nähschule werden Sie unter fachkundiger Anleitung in die Geheimnisse des Selbstschneiderns eingeweiht: vom Umgang mit der Nähmaschine, der Stoff- und Schnittauswahl, Zuschneiden, Anprobieren bis zum fertigen Kleidungsstück. Hier haben Sie die Möglichkeit herzustellen, was Ihrem Geschmack und Ihren Wünschen entspricht – von der alltäglichen Garderobe bis hin zum Abendkleid.

## 1150 Schnittkonstruktionen – Ich nähe mir meine Sommerhose selbst

In diesem praxisnahen Kurs erlernen Sie, wie Sie den Schnitt für Ihre perfekte Sommerhose selbst konstruieren und anschließend nähen. Vom Maßnehmen über die Erstellung des Grundschnitts bis hin zur individuellen Anpassung und dem Nähen der Hose – Sie gestalten ein passgenaues Kleidungsstück ganz nach Ihren Vorstellungen. Am Ende des Kurses halten Sie Ihre selbst genähte Sommerhose in den Händen!

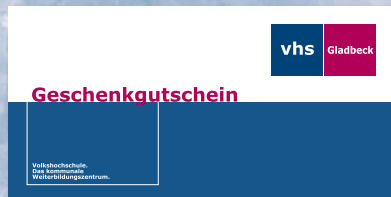
Dieser Kurs richtet sich an nähbegeisterte Menschen mit Grundkenntnissen im Nähen, die das Abenteuer „Schnittkonstruktion“ wagen und ein individuelles Kleidungsstück für den Sommer kreieren möchten.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochabend.

**Leitung:** Semiha Bozoglu  
**Termin:** Do, 12.6.2025, 17.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Erich-Fried-Schule  
im Schulzentrum Brauck,  
Kortenkamp 19/21  
**Entgelt:** 19,80 €  
**Sachkosten:** 15,00 € (inkl. gesetzlicher  
Umsatzsteuer)



## Geschenkidee gesucht?



Weihnachten, Geburtstag, Valentinstag  
... und noch kein Geschenk?

**Da haben wir etwas für Sie!** Verschenken Sie Aktivität, Gemeinschaft, Lust auf Neues mit den Gutscheinkarten der VHS. Zum Kauf wenden Sie sich bitte an unsere Geschäftsstelle.

**Bitte bringen Sie mit:** Probestoff, 1 Rolle Packpapier, Papier- u. Stoffschere, Bleistifte, Radiergummi, Anspitzer, Kleberolle, Taschenrechner, Geodreieck, langes Lineal, Maßband, Schneiderwinkel (falls vorhanden), Reißverschluss.

Eine eigene Nähmaschine kann mitgebracht werden, es stehen aber auch Nähmaschinen für den Kurs zur Verfügung.

**Leitung:** Semiha Bozoglu  
**Termine:** ab Mo, 3.2.2025, 17.00 - 20.00 Uhr  
**Ort:** Berufskolleg Gladbeck, kaufmännische Abteilung, Herderstr. 3  
**Dauer:** 5 Termine, 20 U.Std.  
**Entgelt:** 88,00 €





## Fachbereichsleitung

**Dr. Edesa Paheshti**

Tel.: 99 23 09 / 47 93 758

E-Mail: [edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de](mailto:edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de)

# Grundbildung & Schulabschlüsse

## Lesen und Schreiben von Anfang an

In diesen Kursen haben Erwachsene die Möglichkeit, noch einmal von Anfang an richtiges Lesen und Schreiben zu lernen. Ganz ohne Stress und Konkurrenzdruck werden in einer kleinen Gruppe Versäumtes nachgeholt und Vergessenes aufgearbeitet. Die Kursleitenden gehen dabei individuell auf die Vorkenntnisse der Teilnehmenden ein. So lernt jeder, mit der geschriebenen Sprache umzugehen und diese im Alltag anzuwenden.

Vertrauliche Beratungen sind unter den Rufnummern 99 23 09 und 47 93 758, persönlich donnerstags, 15.00 - 16.00 Uhr oder nach Vereinbarung in der ehemaligen Markuskirche, Raum 1.03, 1. OG bei Dr. Edesa Paheshti möglich.



Katrin Tilly-Schettgen

### 1201 F Lesen und Schreiben von Anfang an Gruppe 1

**Leitung:** Katrin Tilly-Schettgen  
**Termine:** ab Mi, 15.1.2025, 18.30 - 20.45 Uhr  
**Ort:** Berufskolleg Gladbeck,  
Herderstr. 3, Raum 3009  
**Dauer:** 20 Termine, 60 U.Std.  
**Sachkosten:** 20,00 € Sachkosten für Kopien  
und Verwaltungsgebühr

### 1202 F Lesen und Schreiben von Anfang an Gruppe 2

**In Kooperation  
mit dem Caritasverband**



**Leitung:** Katrin Tilly-Schettgen  
**Termine:** ab Do, 16.1.2025, 8.15 - 9.45 Uhr  
**Ort:** Caritas-Werkstätten, Mühlenstr. 1-3  
**Dauer:** 18 Termine, 36 U.Std.

## Einbürgerungstest

Um die deutsche Staatsangehörigkeit zu erwerben, legen Migranten einen bundeseinheitlichen Einbürgerungstest ab. Dabei können sie ihre Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung sowie der Lebensverhältnisse in Deutschland nachweisen.

Die VHS Gladbeck führt als anerkannte Prüfstelle regelmäßig Einbürgerungstests durch.

Näheres dazu im **Fachbereich 5** oder bei Fachbereichsleiterin Silvia Gómez, Tel. 99 24 55.

**Online-Anmeldungen sind  
über die VHS-Homepage möglich:  
[www.vhs-gladbeck.de](http://www.vhs-gladbeck.de)**



## Nachträgliche Schulabschlüsse

Die Volkshochschule bietet die Möglichkeit, folgende staatliche Schulabschlüsse nachzuholen:

- Erster Schulabschluss (vormals „Hauptschulabschluss“)
- Erweiterter Erster Schulabschluss (vormals „Hauptschulabschluss nach Klasse 10 A“)
- Mittlerer Schulabschluss (Fachoberschulreife)

Die allgemeine Schulpflicht (Vollzeitschulpflicht und Berufsschulpflicht) muss erfüllt sein.



Fotos: © Frank Konopka



Alle Lehrgänge finden in der ehemaligen Markuskirche, Bülser Str. 38 statt.

Spätaussiedler:innen und Ausländer:innen haben die Möglichkeit, unter bestimmten Voraussetzungen anstelle des Faches Englisch eine Sprachprüfung in der Herkunftssprache abzulegen.

Die Lehrgänge laufen parallel zum Schuljahr der allgemeinbildenden Schulen und übernehmen auch deren Ferienregelung. Interessierte sollten sich frühzeitig informieren und anmelden.

### Ihre Ansprechpartnerin:

Dr. Edesa Paheshti, Tel. 99 23 09 / 47 93 758, E-Mail: edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de

**Neue Schulabschlusslehrgänge beginnen Montag, 8.9.2025!  
Anmeldungen ab Januar 2025 möglich!**

### 1210

#### Erster Schulabschluss-Lehrgang

2. Semester

In diesem Lehrgang werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte/Politik und Biologie erteilt. Außerdem findet einmal wöchentlich Förderunterricht statt.

Die Abschlussprüfungen finden in den Fächern Deutsch, Mathematik und Englisch als zentral organisierte standardisierte Prüfungen statt.

Aufgenommen werden nur noch Interessierte, die bereits über den Ersten Schulabschluss (vormals „Hauptschulabschluss“) verfügen und sich auf den im September 2025 beginnenden Mittleren Schulabschluss-Lehrgang vorbereiten wollen.

**Leitung:** Dr. Edesa Paheshti

**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, montags bis freitags

**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38

**Dauer:** 75 Termine, 240 U.Std.

### 1211

#### Erweiterter Erster Schulabschluss-Lehrgang

3. Semester

In diesem Lehrgang werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Informatik, Geschichte/Politik und Biologie erteilt.

Die Abschlussprüfungen finden in den Fächern Deutsch, Mathematik und Englisch als zentral organisierte standardisierte Prüfungen statt.

Aufgenommen werden nur noch Interessierte, die bereits über den Erweiterten Ersten Schulabschluss (vormals „Hauptschulabschluss nach Klasse 10 A“) verfügen und sich auf den im September 2025 beginnenden „Mittleren Schulabschluss-Lehrgang“ vorbereiten wollen.

**Leitung:** Dr. Edesa Paheshti

**Termine:** ab Mo, 3.3.2025, montags bis freitags

**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38

**Dauer:** 50 Termine, 270 U.Std.



(ehem.) Markuskirche  
© VHS Gladbeck



1212

## Mittlerer Schulabschluss-Lehrgang

4. Semester

In diesem Lehrgang werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Informatik, Geschichte/Politik und Biologie erteilt.

Die Abschlussprüfungen finden in den Fächern Deutsch, Mathematik und Englisch als zentral organisierte standardisierte Prüfungen statt.

Eine nachträgliche Anmeldung ist nicht mehr möglich. Der nächste Mittlere Schulabschluss-Lehrgang beginnt im September 2025.

**Leitung:** Dr. Edesa Paheshti  
**Termine:** ab Mo, 20.1.2025, montags bis freitags  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38  
**Dauer:** 75 Termine, 300 U.Std.

1213

## Weiterbildungskolleg Emscher-Lippe

(Abendgymnasium/Kolleg Gelsenkirchen) stellt sich vor  
 Informationsabend

Das Weiterbildungskolleg Emscher-Lippe vermittelt auf dem Zweiten Bildungsweg das Abitur und die Fachhochschulreife. Interessierte können sich über die Aufnahmebedingungen, die Unterrichtsorganisation, das Fächerangebot, die Leistungsanforderungen und Fördermöglichkeiten (BAföG) informieren lassen. Außerdem erhalten Sie Informationen über den Bildungsgang „Abitur online“.

**Leitung:** Anja Held  
**Termin:** Mo, 10.2.2025, 18.15 - 19.30 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Raum 6, Bülser Str. 38  
 Entgeltfrei  
**Anmeldefrist:** 7 Tage vor der Veranstaltung.

Eine Anmeldung zu dieser Veranstaltung ist in der VHS entweder telefonisch (99 24 15) oder per Mail (Edesa.Paheshti@stadt-gladbeck.de) möglich.

1214

## Stärkung der Resilienz

Nicht immer scheint in unserem Leben die Sonne. Herausforderungen gehören dazu. Doch ob wir dabei von den Wellen hin und her geworfen werden oder ob wir auch bei stürmischer See das Ruder sicher in der Hand halten und unser Schiff selbstbestimmt lenken können, entscheidet unsere Resilienz. Die gute Nachricht: Resilienz ist erlernbar.

Erfahren Sie, welche Eigenschaften resiliente Menschen auszeichnen und an welchen Stellschrauben Sie zur Stärkung Ihrer individuellen Resilienz für ein (noch) glücklicheres Leben drehen können.

**Leitung:** Mareike Penz  
**Termin:** Mo, 17.2.2025, 18.30 - 20.00 Uhr  
**Ort:** (ehem.) Markuskirche, Raum 6, Bülser Str. 38  
 Entgeltfrei

Diese Veranstaltung ist ausschließlich für die Teilnehmenden der aktuellen Schulabschlusskurse der VHS Gladbeck.

## Tageslehrgang zum Erwerb des Mittleren Schulabschlusses

Jeweils nach den Sommerferien und im Januar führt die VHS Gelsenkirchen einen Tageslehrgang zum Erwerb des Mittleren Schulabschlusses durch. Der Unterricht findet vormittags und teilweise am frühen Nachmittag statt. Der Erste Schulabschluss (vormals „Hauptschulabschluss“) ist Aufnahmevoraussetzung.

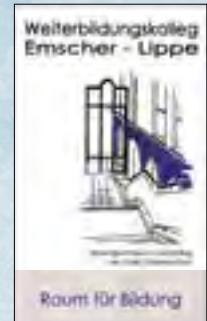


Elena Albertovskaya  
 © Thomas Köller

**Ansprechpartnerin:**  
 Elena Albertovskaya, Tel. 02 09/169 53 73.

## Abitur auf dem Zweiten Bildungsweg

Lehrgänge zum nachträglichen Erwerb des Abiturs und der Fachhochschulreife („Fachabitur“) führen folgende Einrichtungen des Zweiten Bildungsweges durch, die gern weitere Auskünfte geben:



**Weiterbildungskolleg Emscher-Lippe**  
 (Abend- oder Tagesschule):  
 Middelicher Str. 289, 45881 Gelsenkirchen,  
 Tel. 0209/81 12 60

und

**Ruhrkolleg Essen** (Tagesschule),  
 Seminarstraße 9 - 13, 45138 Essen,  
 Tel. 0201/26 36 40.



# Allgemeine Informationen

Monat	KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Januar</b>	3	<b>13.01.</b> <small>Beginn der Kurse</small>	14.01.	<b>15.01.</b> <small>Semestereröffnung</small>	16.01.	17.01.	18.01.	<b>19.01.</b>
	4	20.01.	21.01.	22.01.	23.01.	24.01.	25.01.	<b>26.01.</b>
<b>Februar</b>	5	27.01.	28.01.	29.01.	30.01.	31.01.	01.02.	<b>02.02.</b>
	6	03.02.	04.02.	05.02.	06.02.	07.02.	08.02.	<b>09.02.</b>
	7	10.02. <small>Rosenmontag</small>	11.02.	12.02.	13.02.	14.02.	15.02.	<b>16.02.</b>
<b>März</b>	8	17.02.	18.02.	19.02.	20.02.	21.02.	22.02.	<b>23.02.</b>
	9	24.02.	25.02.	26.02.	27.02.	28.02.	01.03.	<b>02.03.</b>
	10	03.03.	04.03.	05.03.	06.03.	07.03.	08.03.	<b>09.03.</b>
	11	10.03.	11.03.	12.03.	13.03.	14.03.	15.03.	<b>16.03.</b>
	12	17.03.	18.03.	19.03.	20.03.	21.03.	22.03.	<b>23.03.</b>
<b>April</b>	13	24.03.	25.03.	26.03.	27.03.	28.03.	29.03.	<b>30.03.</b>
	14	31.03.	01.04.	02.04.	03.04.	04.04.	05.04.	<b>06.04.</b>
	15	07.04.	08.04.	09.04.	10.04.	11.04.	12.04.	<b>13.04.</b>
	16	14.04.	15.04.	16.04.	17.04.	18.04. <small>Karfreitag</small>	19.04.	<b>20.04.</b> <small>Ostersonntag</small>
<b>Mai</b>	17	21.04. <small>Ostermontag</small>	22.04.	23.04.	24.04.	25.04.	26.04.	<b>27.04.</b>
	18	28.04.	29.04.	30.04.	01.05. <small>Maifeiertag</small>	02.05.	03.05.	<b>04.05.</b>
	19	05.05.	06.05.	07.05.	08.05.	09.05.	10.05.	<b>11.05.</b>
	20	12.05.	13.05.	14.05.	15.05.	16.05.	17.05.	<b>18.05.</b>
<b>Juni</b>	21	19.05.	20.05.	21.05.	22.05.	23.05.	24.05.	<b>25.05.</b>
	22	26.05.	27.05.	28.05.	29.05. <small>Christi Himmelfahrt</small>	30.05.	31.05.	<b>01.06.</b>
	23	02.06.	03.06.	04.06.	05.06.	06.06.	07.06.	<b>08.06.</b> <small>Phingstsonntag</small>
	24	09.06. <small>Phingstmontag</small>	10.06.	11.06.	12.06.	13.06.	14.06.	<b>15.06.</b>
	25	16.06.	17.06.	18.06.	19.06. <small>Fronleichnam</small>	20.06.	21.06.	<b>22.06.</b>
<b>Juli</b>	26	23.06.	24.06.	25.06.	26.06.	27.06.	28.06.	<b>29.06.</b>
	27	30.06.	01.07.	02.07.	03.07.	04.07.	05.07.	<b>06.07.</b>
	28	07.07.	08.07.	09.07.	10.07.	11.07.	12.07.	<b>13.07.</b>
	29	14.07.	15.07.	16.07.	17.07.	18.07.	19.07.	<b>20.07.</b>
<b>August</b>	30	21.07.	22.07.	23.07.	24.07.	25.07.	26.07.	<b>27.07.</b>
	31	28.07.	29.07.	30.07.	31.07.	01.08.	02.08.	<b>03.08.</b>

Ferien

Feiertage

## Allgemeine Teilnahmebedingungen – „Unser Kleingedrucktes“

### Anmeldung

Für alle Kurse, Seminare, Führungen, Exkursionen und Studienreisen ist die vorherige Anmeldung erforderlich. Vorträge mit dem Vermerk „Abendkasse/Vorverkauf“ können ohne vorherige Anmeldung besucht werden.

Anmeldungen können persönlich, telefonisch oder schriftlich per Anmeldekarte, Brief, Fax, E-Mail oder online erfolgen. Mit der Anmeldung verpflichten Sie sich zur Zahlung des Kursentgelts. Die VHS bestätigt Ihre Anmeldung nicht. Sie können die gewünschte Veranstaltung besuchen, sofern Sie von der VHS keine Absage erhalten.

### Teilnahmeberechtigung

Die VHS ist eine Einrichtung der Erwachsenenbildung. Sie steht allen Interessierten offen, die während des laufenden Semesters das 16. Lebensjahr vollenden. In vielen Fällen können gern auch Jüngere teilnehmen – bitte fragen Sie in der VHS-Geschäftsstelle nach.

### Entgelte/Ermäßigung

Die Grundlage der Entgeltberechnung und der Entgeltermäßigung ist die VHS-Entgeltordnung, die in der Geschäftsstelle oder auf der Internetseite der VHS einzusehen ist.

- 50 % Ermäßigung erhalten Schüler:innen, Vollzeitstudierende, Auszubildende sowie Bundesfreiwilligendienstleistende und Teilnehmende am Freiwilligen Sozialen oder Ökologischen Jahr.
- 75 % Ermäßigung erhalten Inhaber:innen der Gladbeck-Card oder vergleichbarer Dokumente anderer Gemeinden.
- Die Ermäßigung gilt nicht nur für Kurse und Seminare, sondern auch für Vortragsveranstaltungen und Vorführungen des Kommunalen Kinos.
- Ermäßigt werden Entgelte, nicht jedoch etwaige Sachkosten oder Umlagen.
- Bei mehrtägigen Studienreisen sind keine Ermäßigungen möglich.

Aktuelle Nachweise für eine Ermäßigung sind vor Beginn der Veranstaltung der VHS-Geschäftsstelle in Kopie zuzusenden oder persönlich vorzulegen. Nachträglich werden Entgelte nicht ermäßigt.

### Teilnehmerzahl

Für die Durchführung der Kurse und Seminare ist in der Regel eine Zahl von mindestens 10 angemeldeten Personen erforderlich („Mindestteilnehmerzahl“). Die VHS bietet zu erhöhten Entgelten auch „Intensivkurse in der Kleingruppe“ mit geringerer Mindestteilnehmerzahl an. Kurse, die nicht die Mindestteilnehmerzahl erreichen, können im Einvernehmen mit den Teilnehmenden nachträglich zu Kleingruppenkursen mit erhöhtem Entgelt umgewandelt werden.

### Rücktritt

Ein fristgemäßer Rücktritt von der Anmeldung ist bei mehrwöchigen Kursen vor Beginn des 2. Unterrichtstermins, bei Exkursionen und Seminaren bis zum angegebenen Rücktrittstermin möglich. Bei mehrtägigen Studienreisen gelten die angegebenen Rücktrittsfristen des Veranstalters.

Der Rücktritt muss schriftlich oder persönlich in der VHS-Geschäftsstelle erfolgen. Abmeldungen bei der Kursleitung sind unwirksam. Nichtteilnahme, unregelmäßiger Besuch oder ein nicht fristgemäßer Rücktritt entbinden nicht von der Zahlungspflicht. Eine Ersatzperson, die den Platz zu denselben Bedingungen einnimmt, kann benannt werden.

### Organisatorische Änderungen (u. a. Absage)

Die VHS behält sich vor, Veranstaltungen abzusagen, falls die erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird. Bei Absage wird das bereits entrichtete Entgelt erstattet.

Es besteht kein Anspruch, dass eine Veranstaltung durch einen bestimmten Kursleitenden durchgeführt wird. Aus sachlichem Grund kann die VHS außerdem Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

Soweit nichts anderes angegeben ist, finden während der Ferien der allgemeinbildenden Schulen und an gesetzlichen Feiertagen sowie am Rosenmontag keine Veranstaltungen der VHS statt.

### Widerruf bei Fernabsatzgeschäften

Nehmen Sie Ihre Anmeldung per Post, Fax, E-Mail, über das Internet oder telefonisch vor, so haben Sie ein gesetzliches Widerrufsrecht.

### Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen – mit einer Widerrufsfrist von 14 Tagen ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns, die VHS Gladbeck, Friedrichstr. 55, 45964 Gladbeck, Tel. 02043-992415, Fax: 02043-991411, E-Mail: vhs@stadt-gladbeck.de, mit einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein Brief per Post, Fax oder E-Mail) über Ihren Entschluss informieren, diesen Vertrag zu widerrufen. Sie können dafür ein **Muster-Widerrufsformular** verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Das Formular können Sie unter [www.vhsgladbeck.de/images/pdf/aktuell/Widerrufsformular\\_Muster.pdf](http://www.vhsgladbeck.de/images/pdf/aktuell/Widerrufsformular_Muster.pdf) abrufen. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

### Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle im Zusammenhang mit der Veranstaltung von Ihnen erhaltenen Zahlungen zurückzuzahlen – und zwar spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf des Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion genutzt 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 Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so

gilt folgende Regelung: Sie haben uns einen angemessenen Betrag zu zahlen – entsprechend dem Umfang der bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen.

## 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.

## Zahlung des Teilnahmeentgelts

Das Entgelt wird mit der Anmeldung in voller Höhe fällig. Bei allen Anmeldungen – außer bei Barzahlungen in der VHS-Geschäftsstelle – bitten wir Sie um Erteilung einer Bankeinzugsermächtigung bzw. eines **SEPA-Lastschriftmandats**.

Bei erteilter SEPA-Lastschrift wird der Zahlungsbetrag (= Entgelt und ggf. Sachkosten) für Kurse frühestens 2 Wochen nach Beginn abgebucht, bei Seminaren und Exkursionen erst nach der Durchführung – jeweils zum 1. Arbeitstag des Folgemonats.

## Vorläufige Maßnahmen zur Sicherstellung der Rechtssicherheit gegenüber der Finanzverwaltung im Hinblick auf den § 2b UStG

Sollte die Finanzverwaltung die Umsatzsteuerpflicht einzelner Leistungen annehmen, so erhöht sich das zu entrichtende Entgelt um die Umsatzsteuer in der gesetzlichen Höhe. Die Stadt Gladbeck ist zur Nachforderung der Umsatzsteuer beim Leistungsempfänger gegen Erteilung einer Rechnung mit gesondertem Umsatzsteuerausweis berechtigt.

## Ratenzahlung

Für einen Kurs kann auch Ratenzahlung vereinbart werden. Bitte wenden Sie sich dazu an unsere VHS-Geschäftsstelle an.

## Teilnahmebescheinigung

Auf Wunsch stellt die VHS nach Beendigung des Kurses oder Seminars eine Bescheinigung über die regelmäßige Teilnahme aus.

## Studienreisen

Bei mehrtägigen Studienreisen mit Übernachtung tritt die VHS nur als Vermittler im Sinne des Reisevertragsrechts auf. Veranstalter der Reisen ist in der Regel ein Reisebüro oder ein Reiseunternehmen. Es gelten die jeweiligen Reise-, Rücktritts- und Geschäftsbedingungen des Veranstalters.

## Haftung/Unfallversicherung

Bei Unfällen, Beschädigungen, Diebstählen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten übernimmt die VHS keine Haftung. Eine Versicherung gegen Unfall, die Beschädigung oder den Verlust eingetragener Sachen besteht nicht. Die Teilnahme an den Veranstaltungen der VHS, insbesondere bei Exkursionen mit Mitfahrgelegenheiten, erfolgt auf eigene Gefahr.

## Hinweis

Die vollständige Entgeltordnung und Satzung der Volkshochschule können in der Geschäftsstelle oder auf der Internetseite der VHS eingesehen werden.

## Qualitätspartnerschaften der VHS



Seit 2008 wurde der VHS Gladbeck von der **Zertifizierungs-Gesellschaft CERTQUA** (Bonn) wiederholt bestätigt, dass ihr System zum Qualitätsmanagement den Anforderungen der Norm DIN EN ISO 9001:2015 entspricht. ([www.certqua.de](http://www.certqua.de))



Die Stadt Gladbeck als Trägerin der VHS ist Mitglied im **„Landesverband der Volkshochschulen von NRW e. V.“** ([www.vhs-nrw.de](http://www.vhs-nrw.de))



**The Common European Framework (CEF) – der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen.**

Die Fremdsprachenkurse der VHS Gladbeck orientieren sich an den Niveaustufen des gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen. ([www.coe.int](http://www.coe.int))



**The European Language Certificates (telc)**

Die VHS Gladbeck ist akkreditiertes Prüfungszentrum für Europäische Sprachen. ([www.telc.net](http://www.telc.net))



Die VHS Gladbeck ist ein vom **„Bundesamt für Migration und Flüchtlinge“** anerkannter Träger zur Durchführung der Integrationskurse nach dem Zuwanderungsgesetz. ([www.bamf.de](http://www.bamf.de))

## Erklärung zum Datenschutz

Diese Datenschutzerklärung klärt Sie über die Art, den Umfang und Zweck der Verarbeitung von personenbezogenen Daten (nachfolgend kurz „Daten“) innerhalb des Onlineangebotes der VHS Gladbeck und der mit ihm verbundenen Webseiten, Funktionen und Inhalte sowie externen Onlinepräsenzen, wie z.B. unser Social Media Profile auf.

Im Hinblick auf die verwendeten Begrifflichkeiten, wie z. B. „Verarbeitung“ oder „Verantwortlicher“ verweisen wir auf die Definitionen im Art. 4 der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO).

### Verantwortliche

Bettina Weist  
Bürgermeisterin der Stadt Gladbeck  
VHS Gladbeck, Friedrichstr. 55, 45964 Gladbeck

### Datenschutzbeauftragter der Stadt Gladbeck

Michael Brüggemann  
Altes Rathaus, Willy-Brandt-Platz 2,  
45964 Gladbeck  
Tel. + 49 2043 992621  
E-Mail: michael.brueggemann@stadt-gladbeck.de

### Arten der verarbeiteten Daten:

- Bestandsdaten (z. B. Namen, Adressen)
- Kontaktdaten (z. B. E-Mail, Telefonnummern)
- Inhaltsdaten (z. B. Texteingaben, Fotografien, Videos)
- Nutzungsdaten (z. B. besuchte Webseiten, Interesse an Inhalten, Zugriffszeiten)
- Meta-/Kommunikationsdaten (z. B. Geräte-Informationen, IP-Adressen).

### Zweck der Verarbeitung

- Zurverfügungstellung des Onlineangebotes, seiner Funktionen und Inhalte
- Beantwortung von Kontaktanfragen und Kommunikation mit Nutzern
- Sicherheitsmaßnahmen, Reichweitenmessung und Marketing

### Verwendete Begrifflichkeiten

„Personenbezogene Daten“ sind alle Informationen, die sich auf eine identifizierte oder identifizierbare natürliche Person (im Folgenden „betroffene Person“) beziehen; als identifizierbar wird eine natürliche Person angesehen, die direkt oder indirekt, insbesondere mittels Zuordnung zu einer Kennung wie einem Namen, zu einer Kennnummer, zu Standortdaten, zu einer Online-Kennung (z. B. Cookie) oder zu

einem oder mehreren besonderen Merkmalen identifiziert werden kann, die Ausdruck der physischen, physiologischen, genetischen, psychischen, wirtschaftlichen, kulturellen oder sozialen Identität dieser natürlichen Person sind.

„Verarbeitung“ ist jeder mit oder ohne Hilfe automatisierter Verfahren ausgeführte Vorgang oder jede solche Vorgangsreihe im Zusammenhang mit personenbezogenen Daten. Der Begriff reicht weit und umfasst praktisch jeden Umgang mit Daten.

Als „Verantwortlicher“ wird die natürliche oder juristische Person, Behörde, Einrichtung oder andere Stelle, die allein oder gemeinsam mit anderen über die Zwecke und Mittel der Verarbeitung von personenbezogenen Daten entscheidet, bezeichnet.

### Maßgebliche Rechtsgrundlagen

Nach Maßgabe des Art. 13 DSGVO teilen wir Ihnen die Rechtsgrundlagen unserer Datenverarbeitungen mit. Sofern die Rechtsgrundlage in der Datenschutzerklärung nicht genannt wird, gilt Folgendes: Die Rechtsgrundlage für die Einholung von Einwilligungen ist Art. 6 Abs. 1 lit. a und Art. 7 DSGVO, die Rechtsgrundlage für die Verarbeitung zur Erfüllung unserer Leistungen und Durchführung vertraglicher Maßnahmen sowie Beantwortung von Anfragen ist Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO, die Rechtsgrundlage für die Erfüllung unserer rechtlichen Verpflichtungen ist Art. 6 Abs. 1 lit. c DSGVO, und die Rechtsgrundlage für die Verarbeitung zur Wahrung unserer berechtigten Interessen ist Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO. Für den Fall, dass lebenswichtige Interessen der betroffenen Person oder einer anderen natürlichen Person eine Verarbeitung personenbezogener Daten erforderlich machen, dient Art. 6 Abs. 1 lit. d DSGVO als Rechtsgrundlage.

### Sicherheitsmaßnahmen

Wir bitten Sie, sich regelmäßig über den Inhalt unserer Datenschutzerklärung zu informieren. Wir passen die Datenschutzerklärung an, sobald die Änderungen der von uns durchgeführten Datenverarbeitungen dies erforderlich machen. Wir informieren Sie, sobald durch die Änderungen eine Mitwirkungshandlung Ihrerseits (z. B. Einwilligung) oder eine sonstige individuelle Benachrichtigung erforderlich wird.

### Zusammenarbeit mit Auftragsverarbeitern und Dritten

Sofern wir im Rahmen unserer Verarbeitung Daten gegenüber anderen Personen und Unternehmen (Auftragsverarbeitern oder Dritten) offenbaren, sie an diese übermitteln oder ihnen sonst Zugriff auf die Daten gewähren, erfolgt dies nur auf Grundlage einer gesetzlichen Erlaubnis (z.B. wenn eine Übermittlung der Daten an Dritte, wie an Zahlungsdienstleister, gem. Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO zur Vertragserfüllung erforderlich ist), Sie eingewilligt haben, eine rechtliche Verpflichtung dies vorsieht oder auf Grundlage unserer berechtigten Interessen (z.B. beim Einsatz von Beauftragten, Webhostern, etc.). Sofern wir Dritte mit der Verarbeitung von Daten auf Grundlage eines sog. „Auftragsvertrages“ beauftragen, geschieht dies auf Grundlage des Art. 28 DSGVO.

### Rechte der betroffenen Personen

- Sie haben das Recht, eine Bestätigung darüber zu verlangen, ob betreffende Daten verarbeitet werden und auf Auskunft über diese Daten sowie auf weitere Informationen und Kopie der Daten entsprechend Art. 15 DSGVO.
- Sie haben entsprechend Art. 16 DSGVO das Recht, die Vervollständigung der Sie betreffenden Daten oder die Berichtigung der Sie betreffenden unrichtigen Daten zu verlangen.
- Sie haben nach Maßgabe des Art. 17 DSGVO das Recht zu verlangen, dass betreffende Daten unverzüglich gelöscht werden, bzw. alternativ nach Maßgabe des Art. 18 DSGVO eine Einschränkung der Verarbeitung der Daten zu verlangen.
- Sie haben das Recht zu verlangen, die Sie betreffenden Daten, die Sie uns bereitgestellt haben, nach Maßgabe des Art. 20 DSGVO zu erhalten und deren Übermittlung an andere Verantwortliche zu fordern.
- Unbeschadet eines anderweitigen verwaltungsrechtlichen oder gerichtlichen Rechtsbehelfs steht Ihnen das Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde, insbesondere in dem Mitgliedsstaat ihres Aufenthaltsorts, ihres Arbeitsplatzes oder des Orts des mutmaßlichen Verstoßes, zu, wenn Sie der Ansicht sind, dass die Verarbeitung der Sie betreffenden personenbezogenen Daten gegen die DSGVO verstößt. Die Aufsichtsbehörde, bei der die Beschwerde eingereicht wurde, unterrichtet den Beschwerdeführer über den Stand und die Ergebnisse der Beschwerde einschließlich der Möglichkeit eines gerichtlichen Rechtsbehelfs nach Art. 78 DSGVO.



Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit Nordrhein-Westfalen  
Postfach 20 04 44, 40102 Düsseldorf  
Tel.: 0211/38424-0, Fax: 0211/38424-10  
E-Mail: poststelle@ldi.nrw.de

## Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, erteilte Einwilligungen gem. Art. 7 Abs. 3 DSGVO mit Wirkung für die Zukunft zu widerrufen.

## Widerspruchsrecht

Sie können der künftigen Verarbeitung der Sie betreffenden Daten nach Maßgabe des Art. 21 DSGVO jederzeit widersprechen. Der Widerspruch kann insbesondere gegen die Verarbeitung für Zwecke der Direktwerbung erfolgen.

## Cookies und Widerspruchsrecht bei Direktwerbung

Als „Cookies“ werden kleine Dateien bezeichnet, die auf Rechnern der Nutzer gespeichert werden. Innerhalb der Cookies können unterschiedliche Angaben gespeichert werden. Ein Cookie dient primär dazu, die Angaben zu einem Nutzer (bzw. dem Gerät auf dem das Cookie gespeichert ist) während oder auch nach seinem Besuch

innerhalb eines Onlineangebotes zu speichern. Als temporäre Cookies, bzw. „Session-Cookies“ oder „transiente Cookies“, werden Cookies bezeichnet, die gelöscht werden, nachdem ein Nutzer ein Onlineangebot verlässt und seinen Browser schließt. In einem solchen Cookie kann z.B. der Inhalt eines Warenkorbs in einem Onlineshop oder ein Login-Staus gespeichert werden. Als „permanent“ oder „persistent“ werden Cookies bezeichnet, die auch nach dem Schließen des Browsers gespeichert bleiben. So kann z.B. der Login-Status gespeichert werden, wenn die Nutzer diese nach mehreren Tagen aufsuchen. Ebenso können in einem solchen Cookie die Interessen der Nutzer gespeichert werden, die für Reichweitenmessung oder Marketingzwecke verwendet werden. Als „Third-Party-Cookie“ werden Cookies bezeichnet, die von anderen Anbietern als dem Verantwortlichen, der das Onlineangebot betreibt, angeboten werden (andernfalls, wenn es nur dessen Cookies sind, spricht man von „First-Party Cookies“).

Wir können temporäre und permanente Cookies einsetzen und klären hierüber im Rahmen unserer Datenschutzerklärung auf.

Falls die Nutzer nicht möchten, dass Cookies auf ihrem Rechner gespeichert werden, werden sie gebeten, die entsprechende Option in den Systemeinstellungen ihres Browsers zu deaktivieren. Gespeicherte Cookies können in den Systemeinstellungen des Browsers gelöscht werden. Der Ausschluss von Cookies kann zu Funktionseinschränkungen dieses Onlineangebotes führen.

Ein genereller Widerspruch gegen den Einsatz der zu Zwecken des Onlinemarketing eingesetzten Cookies kann bei einer Vielzahl der Dienste, vor allem im Fall des Trackings, über die US-amerikanische Seite <http://www.aboutads.info/choices/> oder die EU-Seite <http://www.youronlinechoices.com/> erklärt werden. Des Weiteren kann die Speicherung von Cookies mittels deren Abschaltung in den Einstellungen des Browsers erreicht werden. Bitte beachten Sie, dass dann gegebenenfalls nicht alle Funktionen dieses Onlineangebotes genutzt werden können.

## Löschung von Daten

Die von uns verarbeiteten Daten werden nach Maßgabe der Art. 17 und 18 DSGVO gelöscht oder in ihrer Verarbeitung eingeschränkt. Sofern nicht im Rahmen dieser Datenschutzerklärung ausdrücklich angegeben, werden die bei uns gespeicherten Daten gelöscht, sobald sie für ihre Zweckbestimmung nicht mehr erforderlich sind und der Löschung keine gesetzlichen Aufbewahrungspflichten entgegenstehen. Sofern die Daten nicht gelöscht werden, weil sie für andere und gesetzlich zulässige Zwecke erforderlich sind, wird deren Verarbeitung eingeschränkt. D.h. die Daten werden gesperrt und nicht für andere Zwecke verarbeitet. Das gilt z.B. für Daten, die aus handels- oder steuerrechtlichen Gründen aufbewahrt werden müssen.

Nach gesetzlichen Vorgaben in Deutschland erfolgt die Aufbewahrung insbesondere für 10 Jahre gemäß §§ 147 Abs. 1 AO, 257 Abs. 1 Nr. 1 und 4, Abs. 4 HGB (Bücher, Aufzeichnungen, Lageberichte, Buchungsbelege, Handelsbücher, für Besteuerung relevanter Unterlagen, etc.) und 6 Jahre gemäß § 257 Abs. 1 Nr. 2 und 3, Abs. 4 HGB (Handelsbriefe).

## Geschäftsbezogene Verarbeitung

- Zusätzlich verarbeiten wir
- Vertragsdaten (z.B. Vertragsgegenstand, Laufzeit, Kundenkategorie)
  - Zahlungsdaten (z.B. Bankverbindung, Zahlungshistorie)

von unseren Kunden, Interessenten und Geschäftspartnern zwecks Erbringung vertraglicher Leistungen, Service und Kundenpflege, Marketing, Werbung und Marktforschung.

## Erbringung unserer satzungs- und geschäftsgemäßen Leistungen

Wir verarbeiten die Daten unserer Mitglieder, Unterstützer, Interessenten, Kunden oder sonstiger Personen entsprechend Art. 6 Abs. 1 lit. b. DSGVO, sofern wir ihnen gegenüber vertragliche Leistungen anbieten oder im Rahmen bestehender geschäftlicher Beziehung, z.B. gegenüber Mitgliedern, tätig werden oder selbst Empfänger von Leistungen und Zuwendungen sind. Im Übrigen verarbeiten wir die Daten betroffener Personen gem. Art. 6 Abs. 1 lit. f. DSGVO auf Grundlage unserer berechtigten Interessen, z.B. wenn es sich um administrative Aufgaben oder Öffentlichkeitsarbeit handelt.

Die hierbei verarbeiteten Daten, die Art, der Umfang und der Zweck und die Erforderlichkeit ihrer Verarbeitung bestimmen sich nach dem zugrundeliegenden Vertragsverhältnis. Dazu gehören grundsätzlich Bestands- und Stammdaten der Personen (z.B. Name, Adresse, etc.), als auch die Kontaktdaten (z.B. E-Mailadresse, Telefon, etc.), die Vertragsdaten (z.B. in Anspruch genommene Leistungen, mitgeteilte Inhalte und Informationen, Namen von Kontaktpersonen) und sofern wir zahlungspflichtige Leistungen oder Produkte anbieten, Zahlungsdaten (z.B. Bankverbindung, Zahlungshistorie, etc.).

Wir löschen Daten, die zur Erbringung unserer satzungs- und geschäftsmäßigen Zwecke nicht mehr erforderlich sind. Dies bestimmt sich entsprechend der jeweiligen Aufgaben und vertraglichen Beziehungen. Im Fall geschäftlicher Verarbeitung bewahren wir die Daten so lange auf, wie sie zur Geschäftsabwicklung, als auch im Hinblick auf etwaige Gewährleistungs- oder Haftungspflichten relevant sein können. Die Erforderlichkeit der Aufbewahrung der Daten wird alle drei Jahre überprüft; im Übrigen gelten die gesetzlichen Aufbewahrungspflichten.

## Bestellabwicklung im Onlineshop und Kundenkonto

Wir verarbeiten die Daten unserer Kunden im Rahmen der Bestellvorgänge in unserem Onlineshop, um ihnen die Auswahl und die Bestellung der gewählten Produkte und Leistungen, sowie deren Bezahlung und Zustellung, bzw. Ausführung zu ermöglichen.

Zu den verarbeiteten Daten gehören Bestandsdaten, Kommunikationsdaten, Vertragsdaten, Zahlungsdaten und zu den von der Verarbeitung betroffenen Personen gehören unsere Kunden, Interessenten und sonstige Geschäftspartner. Die Verarbeitung erfolgt zum Zweck der Erbringung von Vertragsleistungen im Rahmen des Betriebs eines Onlineshops, Abrechnung, Auslieferung und der Kundenservices. Hierbei setzen wir Session Cookies für die Speicherung des Warenkorb-Inhalts und permanente Cookies für die Speicherung des Login-Status ein.

Die Verarbeitung erfolgt auf Grundlage des Art. 6 Abs. 1 lit. b (Durchführung Bestellvorgänge) und c (Gesetzlich erforderliche Archivierung) DSGVO. Dabei sind die als erforderlich gekennzeichneten Angaben zur Begründung und Erfüllung des Vertrages erforderlich. Die Daten offenbaren wir gegenüber Dritten nur im Rahmen der Auslieferung, Zahlung oder im Rahmen der gesetzlichen Erlaubnisse und Pflichten gegenüber Rechtsberatern und Behörden. Die Daten werden in Drittländern nur dann verarbeitet, wenn dies zur Vertragserfüllung erforderlich ist (z.B. auf Kundenwunsch bei Auslieferung oder Zahlung).

Nutzer können optional ein Nutzerkonto anlegen, in dem sie insbesondere ihre Bestellungen einsehen können. Im Rahmen der Registrierung werden die erforderlichen Pflichtangaben den Nutzern mitgeteilt. Die Nutzerkonten sind nicht öffentlich und können von Suchmaschinen nicht indexiert werden. Wenn Nutzer ihr Nutzerkonto gekündigt haben, werden deren Daten im Hinblick auf das Nutzerkonto gelöscht, vorbehaltlich deren Aufbewahrung ist aus handels- oder steuerrechtlichen Gründen entspr. Art. 6 Abs. 1 lit. c DSGVO notwendig. Angaben im Kundenkonto verbleiben bis zu deren Löschung mit anschließender Archivierung im Fall einer rechtlichen Verpflichtung. Es obliegt den Nutzern, ihre Daten bei erfolgter Kündigung vor dem Vertragsende zu sichern.

Im Rahmen der Registrierung und erneuter Anmeldungen sowie Inanspruchnahme unserer Onlinedienste, speichern wir die IP-Adresse und den Zeitpunkt der jeweiligen Nutzerhandlung. Die Speicherung erfolgt auf Grundlage unserer berechtigten Interessen, als auch der Nutzer an Schutz vor Missbrauch und sonstiger unbefugter Nutzung. Eine Weitergabe dieser Daten an Dritte erfolgt grundsätzlich nicht, außer sie ist zur Verfolgung unserer Ansprüche erforderlich oder es besteht hierzu eine gesetzliche Verpflichtung gem. Art. 6 Abs. 1 lit. c DSGVO.

Die Löschung erfolgt spätestens nach Ablauf gesetzlicher Gewährleistungs- und vergleichbarer Pflichten, die Anforderlichkeit der Aufbewahrung der Daten wird alle drei Jahre überprüft; im Fall der gesetzlichen Archivierungspflichten erfolgt die Löschung nach deren Ablauf (Ende handelsrechtlicher (6 Jahre) und steuerrechtlicher (10 Jahre) Aufbewahrungspflicht).

### **Administration, Finanzbuchhaltung, Büroorganisation, Kontaktverwaltung**

Wir verarbeiten Daten im Rahmen von Verwaltungsaufgaben sowie Organisation unseres Betriebs, Finanzbuchhaltung und Befolgung der gesetzlichen Pflichten, wie z.B. der Archivierung. Hierbei verarbeiten wir dieselben Daten, die wir im Rahmen der Erbringung unserer vertraglichen Leistungen verarbeiten. Die Verarbeitungsgrundlagen sind Art. 6 Abs. 1 lit. c DSGVO, Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO. Von der Verarbeitung sind Kunden, Interessenten, Geschäftspartner und Websitebesucher betroffen. Der Zweck und unser Interesse an der Verarbeitung liegt in der Administration, Finanzbuchhaltung, Büroorganisation, Archivierung von Daten, also Aufgaben, die der Aufrechterhaltung unserer Geschäftstätigkeiten, Wahrnehmung unserer Aufgaben und Erbringung unserer Leistungen dienen. Die Löschung der Daten im Hinblick auf vertragliche Leistungen und die vertragliche Kommunikation entspricht den bei diesen Verarbeitungstätigkeiten genannten Angaben.

Wir offenbaren oder übermitteln hierbei Daten an die Finanzverwaltung, Berater, wie z.B. Steuerberater oder Wirtschaftsprüfer sowie weitere Gebührenstellen und Zahlungsdienstleister.

Ferner speichern wir auf Grundlage unserer betriebswirtschaftlichen Interessen Angaben zu Lieferanten, Veranstaltern und sonstigen Geschäftspartnern, z. B. zwecks späterer Kontaktaufnahme.

### **Kontaktaufnahme**

Bei der Kontaktaufnahme mit uns (z.B. per Kontaktformular, E-Mail, Telefon oder via sozialer Medien) werden die Angaben des Nutzers zur Bearbeitung der Kontaktanfrage und deren Abwicklung gem. Art. 6 Abs. 1 lit. b) DSGVO verarbeitet. Die Angaben der Nutzer können in einem Customer-Relationship-Management System („CRM System“) oder vergleichbarer Anfragenorganisation gespeichert werden.

Wir löschen die Anfragen, sofern diese nicht mehr erforderlich sind. Wir überprüfen die Anforderlichkeit alle zwei Jahre. Ferner gelten die gesetzlichen Archivierungspflichten.

### **Newsletter**

Mit den nachfolgenden Hinweisen informieren wir Sie über die Inhalte unseres Newsletters sowie das Anmelde-, Versand- und das statistische Auswertungsverfahren sowie Ihre Widerspruchsrechte. Indem Sie unseren Newsletter abonnieren, erklären Sie sich mit dem Empfang und den beschriebenen Verfahren einverstanden.

### **Inhalt des Newsletters**

Wir versenden Newsletter, E-Mails und weitere elektronische Benachrichtigungen mit werblichen Informationen (nachfolgend „Newsletter“) nur mit der Einwilligung der Empfänger oder einer gesetzlichen Erlaubnis. Sofern im Rahmen einer Anmeldung zum Newsletter dessen Inhalte konkret umschrieben werden, sind sie für die Einwilligung der Nutzer maßgeblich. Im Übrigen enthalten unsere Newsletter Informationen zu unseren Leistungen und uns.

### **Double-Opt-In und Protokollierung**

Die Anmeldung zu unserem Newsletter erfolgt in einem sog. Double-Opt-In-Verfahren. D.h. Sie erhalten nach der Anmeldung eine E-Mail, in der Sie um die Bestätigung Ihrer Anmeldung gebeten werden. Diese Bestätigung ist notwendig, damit sich niemand mit fremden E-Mailadressen anmelden kann. Die Anmeldungen zum Newsletter werden protokolliert, um den Anmeldeprozess entsprechend den rechtlichen Anforderungen nachweisen zu können. Hierzu gehört die Speicherung des Anmelde- und des Bestätigungszeitpunkts, als auch der IP-Adresse. Ebenso werden die Änderungen Ihrer bei dem Versanddienstleister gespeicherten Daten protokolliert.

### **Anmeldedaten**

Um sich für den Newsletter anzumelden, reicht es aus, wenn Sie Ihre E-Mailadresse angeben.

## Deutschland

Der Versand des Newsletters und die mit ihm verbundene Erfolgsmessung erfolgt auf Grundlage einer Einwilligung der Empfänger gem. Art. 6 Abs. 1 lit. a, Art. 7 DSGVO i.V.m § 7 Abs. 2 Nr. 3 UWG bzw. auf Grundlage der gesetzlichen Erlaubnis gem. § 7 Abs. 3 UWG.

Die Protokollierung des Anmeldeverfahrens erfolgt auf Grundlage unserer berechtigten Interessen gem. Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO. Unser Interesse richtet sich auf den Einsatz eines nutzerfreundlichen sowie sicheren Newsletter-systems, das sowohl unseren geschäftlichen Interessen dient, als auch den Erwartungen der Nutzer entspricht und uns ferner den Nachweis von Einwilligungen erlaubt.

## Kündigung/Widerruf

Sie können den Empfang unseres Newsletters jederzeit kündigen, d.h. Ihre Einwilligungen widerrufen. Einen Link zur Kündigung des Newsletters finden Sie am Ende eines jeden Newsletters. Wir können die ausgetragenen E-Mailadressen bis zu drei Jahren auf Grundlage unserer berechtigten Interessen speichern, bevor wir sie löschen, um eine ehemals gegebene Einwilligung nachweisen zu können. Die Verarbeitung dieser Daten wird auf den Zweck einer möglichen Abwehr von Ansprüchen beschränkt. Ein individueller Löschantrag ist jederzeit möglich, sofern zugleich das ehemalige Bestehen einer Einwilligung bestätigt wird.

## Onlinepräsenzen in sozialen Medien

Wir unterhalten Onlinepräsenzen innerhalb sozialer Netzwerke und Plattformen, um mit den dort aktiven Kunden, Interessenten und Nutzern kommunizieren und sie dort über unsere Leistungen informieren zu können. Beim Aufruf der jeweiligen Netzwerke und Plattformen gelten die Geschäftsbedingungen und die Datenverarbeitungsrichtlinien deren jeweiligen Betreiber.

Soweit nicht anders im Rahmen unserer Datenschutzerklärung angegeben, verarbeiten wir die Daten der Nutzer, sofern diese mit uns innerhalb der sozialen Netzwerke und Plattformen kommunizieren, z. B. Beiträge auf unseren Onlinepräsenzen verfassen oder uns Nachrichten zusenden.

## Einbindung von Diensten und Inhalten Dritter

Wir setzen innerhalb unseres Onlineangebotes auf Grundlage unserer berechtigten Interessen (d. h. Interesse an der Analyse, Optimierung und wirtschaftlichem Betrieb unseres Onlineangebotes im Sinne des Art. 6 Abs. 1 lit. f. DSGVO) Inhalts- oder Serviceangebote von Drittanbietern ein, um deren Inhalte und Services, wie z.B. Videos oder Schriftarten einzubinden (nachfolgend einheitlich bezeichnet als „Inhalte“).

Dies setzt immer voraus, dass die Drittanbieter dieser Inhalte, die IP-Adresse der Nutzer wahrnehmen, da sie ohne die IP-Adresse die Inhalte nicht an deren Browser senden könnten. Die IP-Adresse ist damit für die Darstellung dieser Inhalte erforderlich. Wir bemühen uns, nur solche Inhalte zu verwenden, deren jeweilige Anbieter die IP-Adresse lediglich zur Auslieferung der Inhalte verwenden. Drittanbieter können ferner so genannte Pixel-Tags (unsichtbare Grafiken, auch als „Web Beacons“ bezeichnet) für statistische oder Marketingzwecke verwenden. Durch die „Pixel-Tags“ können Informationen, wie der Besucherverkehr auf den Seiten dieser Website ausgewertet werden. Die pseudonymen Informationen können ferner in Cookies auf dem Gerät der Nutzer gespeichert werden und unter anderem technische Informationen zum Browser und Betriebssystem, verweisende Webseiten, Besuchszeit sowie weitere Angaben zur Nutzung unseres Onlineangebotes enthalten, als auch mit solchen Informationen aus anderen Quellen verbunden werden.

## Youtube

Wir binden die Videos der Plattform „YouTube“ des Anbieters Google LLC, 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, CA 94043, USA, ein. Datenschutzerklärung: <https://www.google.com/policies/privacy/>, Opt-Out: <https://adssettings.google.com/authenticated>.

## Google ReCaptcha

Wir binden die Funktion zur Erkennung von Bots, z. B. bei Eingaben in Onlineformularen („ReCaptcha“) des Anbieters Google LLC, 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, CA 94043, USA, ein. Datenschutzerklärung: <https://www.google.com/policies/privacy/>, Opt-Out: <https://adssettings.google.com/authenticated>.

## Google Maps

Wir binden die Landkarten des Dienstes „Google Maps“ des Anbieters Google LLC, 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, CA 94043, USA, ein. Zu den verarbeiteten Daten können insbesondere IP-Adressen und Standortdaten der Nutzer gehören, die jedoch nicht ohne deren Einwilligung (im Regelfall im Rahmen der Einstellungen ihrer Mobilgeräte vollzogen) erhoben werden. Die Daten können in den USA verarbeitet werden.

Datenschutzerklärung:

<https://www.google.com/policies/privacy/>,  
Opt-Out: <https://adssettings.google.com/authenticated>.

## Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde

Unbeschadet eines anderweitigen verwaltungsrechtlichen oder gerichtlichen Rechtsbehelfs steht Ihnen das Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde, insbesondere in dem Mitgliedstaat ihres Aufenthaltsorts, ihres Arbeitsplatzes oder des Orts des mutmaßlichen Verstoßes, zu, wenn Sie der Ansicht sind, dass die Verarbeitung der Sie betreffenden personenbezogenen Daten gegen die DSGVO verstößt. Die Aufsichtsbehörde, bei der die Beschwerde eingereicht wurde, unterrichtet den Beschwerdeführer über den Stand und die Ergebnisse der Beschwerde einschließlich der Möglichkeit eines gerichtlichen Rechtsbehelfs nach Art. 78 DSGVO.

Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit Nordrhein-Westfalen  
Postfach 20 04 44, 40102 Düsseldorf  
Tel.: 0211/38424-0, Fax: 0211/38424-10  
E-Mail: [poststelle@ldi.nrw.de](mailto:poststelle@ldi.nrw.de)  
[Datenschutz-Generator.de](http://Datenschutz-Generator.de)  
von RA Dr. Thomas Schwenke  
vom Websiteinhaber angepasst



<b>Abitur auf dem 2. Bildungsweg</b> 109	Englisch ..... 57 - 59	<b>Kalligrafie</b> ..... 85	<b>Saudi-Arabien</b> ..... 24
Acrylmalerei ..... 84 - 85	Englisch – Bildungsurlaub ..... 58	Keramik ..... 86	Schlagfertigkeitstraining ..... 71
Allg. Teilnahmebedingungen 112 - 117	Englisch für Schüler:innen ..... 59	KI-Tools für den Beruf ..... 41 - 42	Schmuck aus Silver Clay ..... 85
Android-Smartphone ..... 37	Entspannung ..... 94 - 95	Klebe ..... 18	Schnittkonstruktionen ..... 104
Antwerpen ..... 18	Erben und Vererben ..... 45	Kochen ..... 101 - 104	Schulabschlüsse allgemein 108 - 109
Apple-Betriebssystem ..... 43	Erklärung zum Datenschutz 114 - 117	Kommunismus ..... 15 - 16	Scratch ..... 36
Arbeitsmigration ..... 14	Ermäßigung der Entgelte ..... 112	Komoot ..... 42	Semestereröffnung ..... 75
Arabisch ..... 63	Ernährung ..... 95, 99	Konrad-Adenauer-Haus ..... 21	Selbstmotivation ..... 73
Auswärtiges Amt ..... 15	Excel ..... 39	Körpersprache ..... 72	Selbstverteidigung ..... 93
Außenpolitik ..... 13 - 15	Exkursionen (Übersicht) ..... 10 - 11	Künstliche Intelligenz ..... 41 - 42	Smartphone-Nutzung ..... 37, 43
		Künstliche Intelligenz – Bildungsurlaub ..... 41	Sonnenstrom ..... 30 - 31
<b>Backen</b> ..... 103	<b>Fahrradtouren</b> ..... 27, 29 - 30		Sozialrecht ..... 46
Bad Salzflun ..... 20	Feldenkraismethode ..... 92	<b>Lamawanderung</b> ..... 29	Spanisch ..... 59 - 61
Baltikum ..... 23	Ferienkurs Englisch ..... 59	Länderkunde ..... 22 - 25	Spanisch – Bildungsurlaub ..... 59
Bildhauerei ..... 87	Ferienkurs Tastschreiben ..... 35 - 36	Landeskundliche Vorträge ..... 22 - 24	Spanisch Konversation ..... 61
Bildungsurlaube 41, 58, 59, 63, 72, 95	Fit für Büro und Alltag ..... 40	Lebensqualität ..... 71	Spielkreise ..... 82 - 83
Body-Fit ..... 90	Fitnessgymnastik ..... 89	Lesen und Schreiben ..... 107	Sprachen ..... 55 - 67
Bocholt ..... 19	Folkgitare ..... 81 - 83	Lichtburg ..... 76	Stand up Paddling ..... 97
Bretagne ..... 23	Foto AG Gladbeck ..... 85	Linked IN ..... 42	Starker Rücken ..... 89
Business-Netzwerk ..... 42	Fotografie ..... 85 - 86		Starkregenvorsorge ..... 27
B2-Deutsch ..... 52	Französisch ..... 61 - 62	<b>Maastricht</b> ..... 22	Stauder-Brauerei ..... 48
BSK, Berufssprachkurs B 2 ..... 52	Frau Höpker ..... 78	Malen ..... 83 - 85	Stimme ..... 70
	Fremdsprachen ..... 55 - 67	Medizinisches Qi Gong ..... 97	Synagoge ..... 17
	Freundeskreis Gladbeck – Alanya Freundeskreis Marcq-en-Baroeul 62	Mehrsprachigkeit ..... 70	
		Mercedes-Benz ..... 49	<b>Tabellenkalkulation</b> ..... 39
<b>Canva</b> ..... 41	<b>Gedächtnistraining</b> ..... 73	Montagsmaler ..... 83 - 84	Tai Chi Chuan ..... 96
Chagall, Marc ..... 77	Geldanlage ..... 45	MS Office ..... 38 - 39	Tanzen ..... 98 - 99
ChatGPT ..... 41 - 42	Gesundheitsbildung ..... 89 - 99	Multivisionen ..... 22 - 24	Tastschreiben ..... 36
Cohen, Leonhard ..... 76	Gewalt ..... 69		Textverarbeitung Word ..... 38
Copilot ..... 41 - 42	Giethoorn ..... 21	<b>Nähen</b> ..... 104	Theaterspielen ..... 75
Corvey ..... 20	Gitarre ..... 81 - 83	Nahen Osten ..... 13	Tickets online ..... 5
	Gladbeck im alliierten Luftkrieg 16 - 17	Naturerkundungen ..... 27 - 30	Trainingsbergwerk ..... 47
<b>Dancehall</b> ..... 99	Gladbeck ..... 15 - 17	Navigation ..... 42	Trommeln ..... 81
Deepl ..... 41 - 42	Gouda ..... 19	Niederländisch ..... 64	
Demokratie ..... 13		Niederrhein ..... 18	<b>Ukulele</b> ..... 82
Deutsch als Zweitsprache ..... 51 - 52	<b>Handlettering</b> ..... 85	NLP ..... 72	USA ..... 14
Deutsch – Einbürgerungstests ..... 52	Heilfasten ..... 96	<b>Office</b> ..... 38 - 39	Ü60 – Versicherung ..... 45
Deutsch für den Beruf – DTB ..... 52	Hip-Hop ..... 98	Online-Tools für Alltag + Beruf 41 - 42	
Deutsch – Integrationskurse ..... 51	Hitzerobustes Haus ..... 31	Orgeln ..... 76 - 77	<b>VHS-Chor</b> ..... 81
Dt. Rockwool GmbH & Co. KG ..... 48	Holzschnitzen ..... 87	Outlook ..... 39	Vokabeln lernen ..... 73
Deutschkurse für Geflüchtete ..... 51	Höxter ..... 20		Vorsorgevollmacht ..... 46
Deutschtests für Zuwanderer – DTZ 52	Hula-Hoop ..... 97	<b>Patientenverfügung</b> ..... 46	Vorträge (Übersicht) ..... 8 - 9
Digitalisierung ..... 7		PC-Grundkurs kompakt ..... 38	
Digitalkamera ..... 85	<b>Ikebana</b> ..... 87	Philosophisches Abend-Café ..... 75	<b>Wärmepumpe</b> ..... 31
Doesburg ..... 21	iMac und MacBook ..... 43	Pilates ..... 90, 96	Webseiten mit Joomla ..... 40
	Italien ..... 22	Polnisch ..... 65 - 66	Weiterbildung auf Bestellung ..... 5
<b>EDV – Grundlagen</b> ..... 37 - 40	Italienisch ..... 63	Power Point ..... 39	Wiebicke, Jürgen ..... 13
E-Bike ..... 27	Italienisch – Bildungsurlaub ..... 63	Präsentationen ..... 39	Wildpflanzen ..... 28
Eigentumswohnung ..... 46	InterMezzo ..... 79	Programmieren ..... 36	Wirbelsäulengymnastik ..... 89
Emscherhaus ..... 28	Innovative Kapitalstrategien ..... 45		Word ..... 38, 40
Einbürgerungstests ..... 52	Investmentfonds ..... 45	<b>Radtouren</b> ..... 27, 29 - 30	WordPress ..... 40
Energetisch Sanieren ..... 32	iPhone und iPad ..... 43	Rhetorik ..... 72	
	<b>Joomla</b> ..... 40	Resilienz ..... 71, 109	<b>Yoga</b> ..... 92, 94, 95
		Rückenschule ..... 98	<b>Zumba</b> ..... 91

## Impressum

### Hewea Druck GmbH

Haldenstraße 15, 45966 Gladbeck, Tel.: 0 20 43 / 4 60 06, Fax: 0 20 43 / 4 74 34

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule der Stadt Gladbeck • Redaktion: Dirk Langer

© Copyright Hewea Druck GmbH • Nachdruck – auch auszugsweise – nicht gestattet • 1. Auflage. Printed in Germany 2024