



Fachbereichsleitung

Dr. Edesa Paheshti

Tel.: 99 23 09 / 47 93 758

E-Mail: edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de

**Haus-
wirtschaft**



Kochen und Backen – ein Genuss für alle Sinne!

Gemeinsam kochen macht nicht nur Spaß, sondern bringt auch Abwechslung und Freude in den Alltag. In der Gruppe neue Rezepte auszuprobieren, sich über gesunde und leckere Ernährung auszutauschen sowie wertvolle Tipps für einen nachhaltigen Einkauf zu erhalten, ist viel schöner als allein am Herd zu stehen.

Entdecken Sie bei uns exklusive Rezepte für jeden Tag, jeden Geschmack und jedes Können. Von der Vorbereitung über das Garen bis hin zum kunstvollen Anrichten – begleitet von praktischen Tipps und Tricks, die das Kochen einfacher und erfolgreicher machen.

Nach dem gemeinsamen Kochen erwartet Sie an unserer einladenden Tafel ein gemütlicher Abend voller Genuss. Lassen Sie den Abend bei leckerem Essen und interessanten Gesprächen ausklingen. Nutzen Sie die Gelegenheit, nette Menschen kennenzulernen und sich über Ihre Kocherlebnisse auszutauschen.

Unsere Kochabende finden in der Lehrküche der Erich-Fried-Schule im Schulzentrum Brauck statt. Hier stehen Ihnen alle notwendigen Utensilien zur Verfügung, um gemeinsam kreative und köstliche Gerichte zu zaubern.



KOCHEN MACHT SPASS!

Kochevent nach Wunsch

i

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).

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

1120

Groß und Klein gemeinsam am Herd
Großeltern kochen mit den Enkelkindern
Alter der Kinder: 6 bis 12 Jahre

Wir bereiten einfache und lustige Gerichte zu, die gesund sind und lecker schmecken. Das Entgelt und die Lebensmittelumlage beziehen sich auf einen Erwachsenen mit einem Kind. Wird ein zweites Kind zum Kurs mitgebracht, erhöht sich die Lebensmittelumlage um 6,00 €.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, 2-3 Küchendoorhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.

Leitung: Martina Böscher
Termin: Sa, 26.9.2026, 11.00 - 15.00 Uhr
Ort: Erich-Fried-Schule
im Schulzentrum Brauck,
Kortenkamp 19/21
Entgelt: 21,30 €
Sachkosten: 17,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)



1121

Groß und Klein gemeinsam am Herd
Großeltern kochen mit den Enkelkindern
Alter der Kinder: 6 bis 12 Jahre

Im Herbstsemester ist es zur schönen Tradition geworden, dass wir im Kinderkochkurs gemeinsam Weihnachtsleckereien backen. Dabei gibt es Rezepte mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, sodass Kinder jeden Alters spannende Aufgaben finden. Neben dem duftenden Gebäck bereiten wir auch ein leckeres Mittagessen und einen Nachtisch zu.



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 €.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, 2-3 Küchendoorhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.

Leitung: Martina Böscher
Termin: Sa, 14.11.2026, 11.00 - 15.00 Uhr
Ort: Erich-Fried-Schule
im Schulzentrum Brauck,
Kortenkamp 19/21
Entgelt: 21,30 €
Sachkosten: 17,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)



1122

Sapori 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!

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, 2-3 Küchendoorhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.

Leitung: Angela Cosenza
Termin: Di, 22.9.2026, 18.00 - 22.00 Uhr
Ort: Erich-Fried-Schule
im Schulzentrum Brauck,
Kortenkamp 19/21
Entgelt: 19,20 €
Sachkosten: 18,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)

1123

Aromen der Sonne: Kochabend für authentische sizilianische Küche

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!

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, 2-3 Küchenhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.

Leitung: Angela Cosenza
Termin: Di, 6.10.2026, 18.00 - 22.00 Uhr
Ort: Erich-Fried-Schule
 im Schulzentrum Brauck,
 Kortenkamp 19/21
Entgelt: 19,20 €
Sachkosten: 18,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)



1124

Orientalische Küche – Döner, Pita und mehr

Erleben Sie die aromatische Vielfalt der orientalisches-türkischen Küche und bereiten Sie ihre beliebtesten Klassiker selbst zu. In diesem Kochkurs lernen die Teilnehmenden die Grundlagen dieser traditionsreichen Küche kennen. Gemeinsam werden Gerichte wie Döner Kebap, Pita (Pitta), türkische Pizza (Lahmacun) sowie weitere typische Köstlichkeiten frisch zubereitet.

Der Kurs vermittelt neben praktischen Kochfertigkeiten auch Wissenswertes zu typischen Zutaten, Gewürzen und Zubereitungstechniken. Besonderer Wert wird auf alltagstaugliche Rezepte gelegt, die sich leicht zu Hause nachkochen lassen.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, 2-3 Küchenhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.

Leitung: Semiha Bozoglu
Termin: Do, 1.10.2026, 18.00 - 22.00 Uhr
Ort: Erich-Fried-Schule
 im Schulzentrum Brauck,
 Kortenkamp 19/21
Entgelt: 19,20 €
Sachkosten: 18,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)



1125

Fermentieren und Einlegen – Gemüse haltbar machen

Saisonales Gemüse haltbar zu machen und dabei köstlich zu verfeinern – mit Fermentation und Einlegen gelingt das ganz einfach. Der Kurs vermittelt sowohl theoretisches Grundwissen als auch praktische Techniken, um eingelegtes Gemüse selbst herzustellen. Die Teilnehmenden bereiten zwei eigene Gläser Gemüse zu, die anschließend zu Hause weiterreifen dürfen. Der Kurs ist ideal für alle, die Genuss und Selbstversorgung verbinden möchten.

Bitte bringen Sie mit: eine Kochschürze, ein kleines und ein großes Küchenmesser, zwei saubere Bügelgläser je 1 Liter Inhalt und 2-3 Küchenhandtücher.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.

Leitung: Semiha Bozoglu
Termin: Do, 8.10.2026, 18.00 - 21.00 Uhr
Ort: Erich-Fried-Schule
 im Schulzentrum Brauck,
 Kortenkamp 19/21
Entgelt: 14,40 €
Sachkosten: 12,00 € (inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer)

1126

Vegetarische Küche – gesund und lecker

Gemeinsam entdecken wir, wie man köstliche Gerichte ohne Fleisch mit saisonalem Gemüse aus der Region zubereitet. Dabei stehen frische Zutaten, einfache Zubereitung und eine ausgewogene Ernährung im Fokus. Der Kurs bietet praktische Tipps für den Alltag, neue Rezeptideen und Raum zum gemeinsamen Kochen und genießen. Geeignet für alle, die ihre Küche abwechslungsreicher gestalten möchten.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, 2-3 Küchenhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.

Leitung: Martina Büscher
Termin: Di, 17.11.2026, 18.00 - 22.00 Uhr
Ort: Erich-Fried-Schule
im Schulzentrum Brauck,
Kortenkamp 19/21
Entgelt: 19,20 €
Sachkosten: 18,00 € (inkl. gesetzlicher
Umsatzsteuer)



1127

Festliches, köstliches Weihnachtsmenü

Wir beginnen das Menü mit einer leichten Vorsuppe, die den Appetit weckt und auf den weiteren Genuss einstimmt. Es folgen ein klassischer Braten und ein schnelles Fleischgericht, ergänzt durch verschiedene Gemüse- und Kartoffelbeilagen. Den Abschluss bildet ein feines Dessert, das den Abend harmonisch abrundet. Alle Speisen sind gut vorzubereiten, damit das Fest für Gäste und Gastgeber entspannt genossen werden kann.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, 2-3 Küchenhandtücher, eventuell Ihr gewohntes Messer und einige Vorratsdosen für Kostproben.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Kochkurs.



Leitung: Martina Büscher
Termin: Do, 19.11.2026, 18.00 - 22.00 Uhr
Ort: Erich-Fried-Schule
im Schulzentrum Brauck,
Kortenkamp 19/21
Entgelt: 19,20 €
Sachkosten: 20,00 € (inkl. gesetzlicher
Umsatzsteuer)

Nähen

In unserer Nähschule lernen Sie unter fachkundiger Anleitung die Grundlagen des Selbstschneidens kennen: vom Umgang mit der Nähmaschine über Stoff- und Schnittauswahl bis hin zum Zuschneiden und An-

passen. Sie haben die Möglichkeit, eigene Kleidungsstücke nach Ihren Vorstellungen zu gestalten – von praktischer Alltagskleidung zu individuellen Lieblingsstücken.

1150

Upstyle statt Wegwerfen – Kleidung anpassen, retten, verschönern

Liebingsstücke, die nicht mehr perfekt sitzen? Kleidung mit kleinen Makeln? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Garderobe mit einfachen Änderungen und kreativen Upcycling-Ideen aufwerten. Ob kürzen, weiten, anpassen oder verschönern – unter fachkundiger Anleitung verwandeln Sie alte Stücke in neue Lieblinge.

Bitte bringen Sie mit: Kleidung, die Sie ändern oder aufwerten möchten, eine Nähmaschine, sowie grundlegende Nähutensilien (z. B. Nähmaschinennadeln, Stecknadeln, Maßband und Schere).

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und geben Sie Ihrer Kleidung eine zweite Chance!

Leitung: Semiha Bozoglu
Termine: ab Mi, 14.10.2026, 17.00 - 20.00 Uhr
Ort: Berufskolleg Gladbeck,
kaufmännische Abteilung,
Herderstr. 3, Raum 3001
Dauer: 3 Termine, 12 U.Std.
Entgelt: 55,20 € (keine Ermäßigung)

1151

Sticken – personalisieren & kreativ gestalten

Ob Schriftzüge oder florale Motive – Sticken verleiht Textilien eine ganz persönliche Note. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden die wichtigsten Grundstiche kennen: vom einfachen Vorstich bis zu dekorativen Zierstichen wie Ketten- und Plattstich.

Schritt für Schritt werden die Techniken praxisnah vermittelt und direkt angewendet. Am Ende entsteht ein eigenes, liebevoll gestaltetes Stickprojekt, das individuell auf Ihre Ideen abgestimmt ist. Bestickt werden können Kleidung, Handtücher, Decken, Kochschürzen, Taschen oder andere textile Lieblingsstücke.

Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse als auch an Teilnehmende, die ihre Kenntnisse auffrischen möchten.

Bitte bringen Sie mit: eine Schere, Baumwollstoff zum Üben sowie ein Textil zum Besticken. Bei Kleidung ggf. zusätzlich Stickvlies. Spezieller Stickfaden wird Ihnen von der Kursleitung zur Verfügung gestellt. Eine Stickmaschine kann gerne mitgebracht werden, ist jedoch nicht erforderlich.

Leitung:	Semiha Bozoglu
Termine:	ab Mo, 5.10.2026, 17.00 - 20.00 Uhr
Ort:	Berufskolleg Gladbeck, kaufmännische Abteilung, Herderstr. 3, Raum 3001
Dauer:	2 Termine, 8 U.Std.
Entgelt:	36,80 € (keine Ermäßigung)
Sachkosten:	20,00 €



© Dieter Büscher

1152

Strickworkshop: Weihnachtsschmuck selbst gestalten Kurs für Stricker:innen mit Vorkenntnissen

In diesem Workshop fertigen wir liebevoll gestrickten Weihnachtsschmuck an. Kleine Herzen, Häuschen, Tannenbäumchen und Weihnachtskekse entstehen im Handumdrehen aus wenig Wolle. Das Projekt eignet sich wunderbar, um Wollreste zu verwerten und nachhaltig zu arbeiten.

Bitte bringen Sie mit: Wollreste oder neue Wolle in Ihren Wunschfarben (geeignet für Nadelstärke 2,5 bis 3) sowie passende Nadelspiele.

Zur Mittagszeit gibt es einen kleinen Imbiss.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung:	Martina Büscher
Termin:	So., 8.11.2026, 11.00 - 15.00 Uhr (inkl. Mittagspause)
Ort:	(ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülser Str. 38
Entgelt:	35,90 € (Imbiss: 5,00 €)

1153

Stricken in der Gemeinschaft Austausch mit Gleichgesinnten

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende aller Erfahrungsstufen – vom Einstieg bis zur geübten Strickerin.

Jede:r arbeitet an einem eigenen Projekt und wird dabei individuell begleitet. Die Kursleiterin unterstützt bei Fragen und Herausforderungen, gibt hilfreiche Tipps zur Fertigstellung von Kleidungsstücken und hilft insbesondere Anfänger:innen beim Lesen und Verstehen von Strickanleitungen.

Im Mittelpunkt steht die Freude am gemeinsamen Hobby: Der Austausch untereinander ist ausdrücklich erwünscht. Miteinander ins Gespräch kommen, voneinander lernen und gemeinsam kreativ sein!

Leitung:	Martina Büscher
Termine:	ab Do, 1.10.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
Ort:	(ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülser Str. 38
Dauer:	4 Termine, 8 U.Std.
Entgelt:	28,00 €