

Programm 2|2026



© Nico Brons

**VHS-
Semestereröffnung
mit Patrick Nederkoorn
am 9. September 2026,
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)
- 14 Fachbereich 1**
Gesellschaft, Politik, Länderkunde
- 28 Fachbereich 2**
Umwelt/Technik
- 36 Fachbereich 3**
EDV/neue Medien
- 50 Fachbereich 4**
Wirtschaft, kfm. Praxis, Recht
- 54 Fachbereich 5**
Deutsch als Fremdsprache/
Zweitsprache
- 58 Fachbereich 6**
Fremdsprachen
- 76 Fachbereich 7**
Familie, Persönlichkeitsbildung,
Rhetorik
- 82 Fachbereich 8**
Kulturelle Bildung:
Kunst, Literatur, Musik
- 88 Fachbereich 9**
Musisches und kreatives Gestalten
- 96 Fachbereich 10**
Gesundheitsbildung: Fitness,
Prävention, Entspannung, Heilkunde
- 112 Fachbereich 11**
Hauswirtschaft: Kochen und Nähen
- 118 Fachbereich 12**
Grundbildung und Schulabschlüsse
- 122 Allgemeine Informationen**
- 124 Datenschutz**
- 129 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
E-Mail: vhs@stadt-gladbeck.de
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 entgegengenommen – 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!

Wir fangen in diesem Vorwort einmal mit einem runden Geburtstag in eigener Sache an. Die Volkshochschule wird in diesem Jahr 80 Jahre alt. Das ist zwar ein bemerkenswerter Jahrestag, aber auch wiederum nicht so markant, dass es dafür einer besonderen Ehrung bedarf, wie ich finde. Aber nichtsdestoweniger hat die Volkshochschule in Gladbeck seit 1946 eine lange und stetige Tradition in der Erwachsenenbildung. Sie ist somit ein Kind des Neuanfangs, der Demokratie, der Internationalität und des gemeinsamen Lernens in der Stadtgesellschaft. Dabei berücksichtigt die Volkshochschule viele Facetten der Weiterbildung nach den ersten Bildungsphasen, wie die allgemeine Schulbildung und die betriebliche sowie akademische Berufsausbildung. Neben dem Erlernen von Fremdsprachen, Integrationskursen, Kreativkursen, Kursen zur Gesundheitsprävention, Umweltbildung, nachträglichen Schulabschlüssen, EDV/Neue Medien, der beruflichen, politischen und gesellschaftlichen Bildung kann die Volkshochschule durchaus auch als eine „Gesamtschule der Erwachsenenbildung“ verstanden werden, die alle wieder in einem Raum zum gemeinsamen Lernen zusammenbringt. Und das geht nicht ohne ein breites Fundament an Lehrenden und Dozent:innen. Daher freuen wir uns immer über neue Dozent:innen, die bei uns mitmachen wollen.

Die Herbstsemestereröffnung mit Patrick Nederkoorn und seinem Programm „Die orangene Gefahr“

Der Programmtitel könnte – auf die bevorstehende Fußball-Weltmeisterschaft in Kanada, den USA und Mexico gemünzt – eine Menge Arbeit für die deutsche Nationalmannschaft bedeuten. Der Entertainer und Kabarettist Patrick Nederkoorn stellt zum ersten Mal in Gladbeck die hypothetische Frage: Was passiert, wenn plötzlich die Deutschen und die Niederländer aufgrund des Klimawandels näher zusammenrücken müssen, weil der Meeresspiegel steigt? Wie vertragen

Zum Start ins neue Herbstsemester haben wir zum ersten Mal einen Gast aus den benachbarten Niederlanden eingeladen. Am 9. September kommt der Kabarettist Patrick Nederkoorn mit seinem ersten deutschsprachigen Programm „Die orangene Gefahr“ in die Mathias-Jakobs-Stadthalle. In diesem beschäftigt er sich auf amüsante und bitterböse Weise mit den Eigenarten unserer beiden Nationen und was passiert, wenn plötzlich durch den Klimawandel und den Anstieg des Meeresspiegels 17 Mio. Niederländer und ihre Wohnwagen in Deutschland bleiben? Und was ist erst los, wenn Deutsche und Niederländer wieder bei der Fußball-Weltmeisterschaft aufeinandertreffen? Wie auch immer, der Abend wird für beste Unterhaltung sorgen. Im Übrigen erhalten Sie mit ihrer Eintrittskarte ein Freigeränk, zwar keinen Genever, aber auf alles was im Angebot ist. Und damit können wir dann in der Vorstellungspause auf 80 Jahre Volkshochschule gerne miteinander anstoßen.

Darüber hinaus führt die Volkshochschule im Herbst den Schwerpunkt „Künstliche Intelligenz“ mit vielen Veranstaltungen und Vorträgen fort. Wer zu dieser Zukunftstechnologie den Einstieg und mehr sucht, ist hier goldrichtig. Daneben haben wir einen zweiten, zwar kleinen, aber feinen Schwer-

punkt zu „250 Jahre amerikanische Unabhängigkeitserklärung“ im Programm, den die USA am 4. Juli feiern. Gut, mit den transatlantischen Beziehungen ist es gerade nicht zum Besten bestellt, aber Amerika ist noch immer für viele Menschen ein Sehnsuchtsort. Wir schauen daher politisch mit dem Amerikakenner Prof. Phillip Gassert von der Universität Mannheim kurz nach den Midterms am 3. November auf das Land und im Anschluss zeigt Dirk Rohrbach in seiner Multivision auf Großbildleinwand die spektakulären Highlights aus zwanzig Jahren USA, plus einem coolen Soundtrack.

Aber das sind nur ganz wenige Highlights aus dem vorliegenden neuen Programm. Daher blättern Sie oder Ihr am besten ganz in Ruhe durch das Programmheft. Auf die nächsten 80 Jahre Bildung vor Ort!

Mit den besten Grüßen



Dirk Langer
VHS-Leiter



Mittwoch, 9.9.2026, 19.30 Uhr
Mathias-Jakobs-Stadthalle, Friedrichstr. 53
VVK 22 Euro / Abendkasse 24 Euro /
ermäßigt 12 Euro

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



**Nicole
Wehrmann**
Organisation
Tel.: 99 26 30
E-Mail: nicole.wehrmann@stadt-gladbeck.de



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



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



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

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.

Ticketbestellung



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) auf und erwerben ihre Karten über den Link „Ticketbestellung“. So lassen sich z.B. Karten für die VHS-Semestereröffnung mit Patrick Nederkoorn am 9. September 2026 in der Mathias-Jacobs-Stadthalle bestellen oder auch für die Filmvorführungen im Kommunalen Kino.

Ihr direkter Weg zur Ticketbestellung:



Freitag ist Kinotag!

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



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

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.

Im Auftrag des Bundesministeriums des Innern übernimmt die Gesellschaft für Akademische Studienvorbereitung und Testentwicklung e.V. (g.a.s.t.) seit dem 01.01.2023 die Administration und Durch-

führung des Deutsch-Tests für Zuwanderer (DTZ A2/B1).

Die VHS Gladbeck ist akkreditiertes Prüfungszentrum für den Deutsch-Test für Zuwanderer (www.gast.de).

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



Rückblick: „Happy Hour“ bei der Semestereröffnung mit GlasBlasSing

Eine ganz besondere Art der Musik-Comedy erlebten die Gäste der Frühjahrsemestereröffnung in der Mathias-Jakobs-Stadthalle.



Mit GlasBlasSing hatte die Volkshochschule zum ersten Mal „Musik auf Leergut“ bestellt. Mit fast ausschließlich Flaschen in allen Formen und auf selbst erbauten Instrumenten, besonders prägnant das „Flachmannophon“, bemerkenswerter Ausdauer und Virtuosität, erschufen die drei Berliner erstaunlich echte Popmusik und sparten nicht mit Lob für das begeisterte Gladbecker Publikum. Bekannte Songs wie „Happy“ von Pharrell Williams oder „Blue Monday“ von New Order wechselten mit eigenen Stücken wie „Deine süßen Segelohren“ und sorgten für einen vergnüglichen Abend im neuen Jahr, der mehr Publikum verdient gehabt hätte.



Fotos: © Frank Konopka

Ausblick: Kabarett-Duo „Das Geld liegt auf der Fensterbank, Marie“

Zur nächsten Frühjahrsemestereröffnung hat die Volkshochschule das Kabarett-Duo „Das Geld liegt auf der Fensterbank, Marie“, bestehend aus Wiebke Eymess und Friedolin Müller, mit seinem neuen Programm „Glorreich versieben“ in die Mathias-Jakobs-Stadthalle eingeladen.

Wenn dieses Duo die Bühne betritt, dann immer mit dem hohen Anspruch, es glorreich zu versieben. Betonung auf glorreich! Und damit sind sie nicht allein. Glanzvolles Scheitern ist ja der evolutionäre Signature-Move des Menschen. Wir sind so gut in allem, dass wir dabei aus Versehen unseren Heimatplaneten kaputt gemacht haben. Ups. Mit ihrer eigenen Mischung aus kabarettistischem Schlagabtausch, Witz, Sprachakrobatik, Improvisation und Musik, schaffen „Das Geld liegt auf der Fensterbank, Marie“ erneut das Gesamtkleinkunstwerk, mit dem sie sich einen Namen gemacht haben. Und zwar einen ziemlich langen.

Wer die Zwei noch nie live erlebt hat, sie nicht aus „Die Anstalt“ (ZDF) oder ihrer SWR3-Comedy kennt, bekommt jetzt die Chance, es nicht schon wieder zu versieben!

Außerdem sind „Das Geld liegt auf der Fensterbank, Marie“ für dieses Programm frisch mit dem Deutschen Kabarett-Preis der Stadt Nürnberg ausgezeichnet worden.



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

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.

Ermäßigung für VHS-Veranstaltungen



- 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.

Veranstaltung von VHS und Heimatverein „Abgemeldet nach unbekannt 1942“

So lautete der Titel einer geschichtlichen Vortrags- und Diskussionsveranstaltung, die vor kurzem von der Volkshochschule und dem Verein für Orts- und Heimatkunde gemeinsam durchgeführt wurde. Georg Möllers und Jürgen Pohl als Referenten des Abends berichteten über die bisher kaum bekannten Deportationen von Juden aus dem Vest Recklinghausen, die im Winter 1942 in großen Zugtransporten unter elenden Bedingungen in das lettische Riga führten. Dazu gehörten auch jüdische Mitbürgerinnen und Mitbürger aus Gladbeck, so die namentlich bekannten Martha und Phoebus Perlchaim sowie Ester und Hermann Endel, die wie die meisten anderen Deportierten zu Tode kamen.

Anlass für die Veranstaltung war der Beitritt der Stadt Gladbeck zum „Deutschen Riga-Komitee“ vor genau zwei Jahren im März 2024. Dieses Städtebündnis hat sich



Jürgen Pohl vom Verein für Orts- und Heimatkunde Recklinghausen, einer der beiden Referenten bei der Veranstaltung „Abgemeldet nach unbekannt 1942“. Die Ausführungen der Referenten waren beeindruckend und bedrückend zugleich.
© Ulrike Pollmann

zur Aufgabe gemacht, an die über 25.000 jüdischen Bürgerinnen und Bürger zu erinnern, die in den Jahren 1941/42 aus ihren Städten nach Riga deportiert und in ihrer überwiegenden Zahl im Wald von Bikernieki ermordet wurden.

Ein bewegender Abend über Flucht und gutes Ankommen in Gladbeck

Baryalai Usmani hat in der Volkshochschule über seine Flucht als unbegleiteter 14-Jähriger aus Kandahar/Afghanistan nach Deutschland referiert.

Der Weg über Pakistan, dem Iran, die Türkei und Griechenland bis nach Deutschland war nicht nur mühevoll, sondern auch äußerst gefährlich. Aber an den wichtigsten Stellen fanden sich zum Glück auch immer hilfreiche Menschen, z. B. eine Familie im Iran, die ihm Kleidung spendete und das Essen mit ihm teilte, ein freundlicher Inder aus Kandahar am Hauptbahnhof in Essen, der den 14-Jährigen zu seinem Verwandten nach Gladbeck mit der S 9 begleitete oder eine verständnisvolle Lehrerin, die ihm bei der Sprache half.

Heute studiert Baryalai Usmani erfolgreich an der FH Gelsenkirchen und hat in

Gladbeck seinen Lebensmittelpunkt gefunden. Der Abend hat gezeigt, wenn man sich erst einmal kennen gelernt hat, denkt man ganz anders über Migration.





Hier eine Übersicht unserer aktuellen Veranstaltungen:

**Semestereröffnung
mit Patrick Nederkoorn:
Die orangene Gefahr –
Die Holländer kommen**

Nr. 800, Mi., 9.9.2026, 19.30 Uhr



**Die Bucheckern lesen wieder...
„Glück gehabt!“**

Lesung

Nr. 802, Sa., 12.9.2026, 16.00 Uhr

**Annekatriin Stange:
Hitze! Kein Problem?
Coole Tipps für heiße Tage**

Vortrag und Diskussion

Nr. 200, Di., 15.9.2026, 18.30 Uhr

**Konflikte können auch anders –
mit Mediation vom Gegeneinander
zum Miteinander**

Einführungsvortrag

Nr. 703, Di., 15.9.2026, 18.30 Uhr

**Carina Weinmann: KI und
Demokratie –
wie künstliche
Intelligenz die
politische Mei-
nungsbildung
unterstützen
kann**

Vortrag mit
Diskussion

Nr. 104, Do,
17.9.2026, 19.00 Uhr



Carina Weinmann

Clemens Schmale: Grönland

Beamer-Vortrag

Nr. 153, Do., 24.9.2026, 19.00 Uhr

**Markus Lücke: Scrollen in die
Radikalisierung? Extremistische
Online-Welten und ihre Wirkung
auf Jugendliche**

Vortrag mit Diskussion

Nr. 105, Mo., 28.9.2026, 18.30 Uhr

**Dr. Hajo Hackstein: „Kinderelend“ –
sexueller Missbrauch**

Vortrag mit Diskussion

Nr. 700, Do., 1.10.2026, 19.30 Uhr

**Peter Leitzen:
Philosophisches Abend-Café**

Nr. 801, Di., 6.10.2026, 18.30 Uhr

**Abteilung Stadtentwässerung:
Starkregenvorsorge am eigenen
Haus**

Vortrag mit Diskussion

Nr. 201, Do., 8.10.2026, 19.00 Uhr

KI verändert Arbeit – Chancen, Pflichten und Verantwortung

Vortrag und Diskussion

Nr. 372, Mo., 12.10.2026, 19.00 Uhr

London – Eine Stadt voller Geschichten

Vortrag in englischer Sprache

Nr. 639, Di., 13.10.2026, 19.30 Uhr

Ulrike Herrmann: Geld als Waffe – Wie die Wirtschaft über Krieg und Frieden entscheidet

Vortrag mit Diskussion

Nr. 100, Mi., 14.10.2026, 19.30 Uhr



Ulrike Herrmann

Raha Nik-Andisch und Asaf Dardan: Teheran Tagebücher – Nachrichten aus einem belagerten Land

Lesung/Vortrag mit Diskussion

Nr. 101, Do., 15.10.2026, 19.30 Uhr

Reinhard Thieringer: Vietnam – Porträt eines Landes in ständiger Bewegung

Multivision auf Großleinwand

Nr. 150, Fr., 6.11.2026, 19.30 Uhr



© Reinhard Thieringer

Philipp Gassert: Die bipolare Nation – Was Amerika der Welt gegeben hat. Im Guten wie im Schlechten

Vortrag mit

Diskussion zum

250. Geburtstag der USA am 4. Juli 2026
Nr. 102, Mo., 9.11.2026, 19.30 Uhr



Philipp Gassert
© Uni Mannheim

Peru – Magie, Natur und Tradition

Vortrag in spanischer Sprache

Nr. 659, Di., 10.11.2026, 19.30 Uhr

Ralph Eberhard Brachthäuser: „Sehr geehrter Herr Hitler!“ – Als sich „der Führer“ 1929 plötzlich für Gladbeck interessierte

Vortrag mit Diskussion

Nr. 106, Do., 12.11.2026, 19.00 Uhr



© Dirk Rohrbach

Dirk Rohrbach: WANDERLUST – 20 Jahre Abenteuer in Amerika

Multivisions-Show auf Großleinwand

Nr. 151, Fr., 13.11.2026, 19.30 Uhr

La France en diagonale: Frankreich von Nordosten nach Südwesten

Vortrag in französischer Sprache

Nr. 676, Di., 17.11.2026, 19.30 Uhr

Dr. Volker Jakob: Migration – Emigration – Immigration – „Remigration“ (?)

Vortrag mit Diskussion

Nr. 107, Do., 19.11.2026, 18.30 Uhr

Le tour de la France en chansons – Eine musikalische Reise durch Frankreich

Mitsingabend

Nr. 677, Di., 24.11.2026, 19.00 Uhr

Albrecht von Lucke: Demokratien ohne Konzept

Vortrag mit Diskussion

Nr. 103, Mi., 25.11.2026, 19.30 Uhr



© Peter Gebhard

Peter Gebhard: Mit dem Bulli durch Europa – Eine Reise zur Seele unseres Kontinents

Multivision auf Großleinwand

Nr. 152, Fr., 27.11.2026, 19.30 Uhr

Der „New Come Up“ Poetry Slam – Newcomer:innen erobern die Bühne im Lesecafé der Stadtbücherei

Nr. 804, Fr., 4.12.2026, 19.30 Uhr



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

Eintrittskarten erhalten Sie im Vorverkauf gegen Barzahlung im Haus der VHS, auf unserer Homepage www.vhsgladbeck.de unter „Ticketbestellung“ oder an der Abendkasse.



Burg Vischering
© Münsterland e.V., Philipp Foelting



LVR Freilichtmuseum Lindlar, Lingenbacher Hof
© Pingsjong



Emsflower



Kleve Gartenanlagen
© Annegret Gossens

Hier eine aktuelle Übersicht der beliebten Angebote:

Mit dem Rad zur Ziegenkäsewelt Haltern

Nr. 225, Sa., 22.8.2026, 9.00 – 17.30 Uhr

Lama-Park Wanderung

Nr. 220, Fr., 28.8.2026, 16.00 – 18.00 Uhr

Maastricht – eine der schönsten Städte Hollands

Nr. 116, Fr., 4.9.2026, 7.30 – 20.30 Uhr

Mit dem Rad zur Burg Vischering und Blaudruckerei Lüdinghausen

Nr. 226, Sa., 5.9.2026, 8.45 – 18.00 Uhr

Besuch des LVR-Freilichtmuseums Lindlar

Nr. 117, Do., 10.9.2026, 8.30 – 19.00 Uhr

Batmans kleine Geschwister

Nr. 219, Fr., 11.9.2026, 20.30 – 22.00 Uhr

Lengerich mit Hortensia-Garden und Skulpturenpark

Nr. 118, Sa., 12.9.2026, 9.00 – 19.30 Uhr

In und um Kleve unterwegs

Nr. 119, Di., 15.9.2026, 8.00 – 19.30 Uhr

Emsflower und Besuch der Festung Bourtagne in den Niederlanden

Nr. 120, Do., 17.9.2026, 8.30 – 20.30 Uhr

Fahrradtour zu Parks in Gladbeck

Nr. 202, Sa., 19.9.2026, 13.30 – 18.30 Uhr

Lama-Park Wanderung

Nr. 221, Sa., 19.9.2026, 11.00 – 13.00 Uhr

Begegnung mit Marcq-en Baroeul – Tagesfahrt in die französische Partnerstadt

Nr. 680, So., 20.09.2026, 8.00 - 21.00 Uhr

Gasometer Oberhausen: Mythos Wald

Nr. 203, Di., 22.09.2026 11.45 - 13.30 Uhr

Die neue Emschermündung in Dinslaken

Nr. 204, Do., 24.9.2026, 14.00 - 16.00 Uhr



Marcq-en-Baroeul, Rathaus

Foto-Walk: Mit der Kamera Wittringen erkunden

Nr. 958, Sa., 26.9.2026, 10.00 - 13.00 Uhr

Zum Winzerfest nach Dernau ins Ahrtal

Nr. 124, So., 27.09.2026, 8.30 - 21.00 Uhr

Betriebsbesuch bei Teekanne in Düsseldorf

Nr. 205, Di., 29.9.2026, 14.15 – 16.30 Uhr

Wildes aus Blüten, Blättern, Wurzeln, Beeren

Nr. 217, Mi., 30.9.2026, 17.30 – 19.30 Uhr



Gasometer, Mythos Wald, Fliegenpilze



Dernau
© Dr. Dieter Briese



Franz Marc, Fuchs, 1911
© MZ Wuppertal



Abfallkraftwerk RZR Herten
© AGR



RAG-Leitwarte
© Dirk Langer

Umwelttour zum Abfallkraftwerk AGR-RZR Herten

Nr. 206, Do., 1.10.2026, 13.45 - 17.00 Uhr

Besuch des Konrad-Adenauer-Haus in Rhöndorf und des Drachenfelsens

Nr. 125, Mi., 07.10.2026, 8.00 - 20.00 Uhr

Wildes aus Blüten, Blättern, Wurzeln, Beeren

Nr. 218, Mi., 7.10.2026, 17.30 - 19.30 Uhr

Rathaus-Tour

Nr. 112, Do., 08.10.2026, 15.00 - 16.30 Uhr

Foto-Walk: Mit der Kamera Wittringen erkunden

Nr. 959, Sa., 10.10.2026, 10.00 - 13.00 Uhr

RAG-Leitwarte Zeche Pluto

Nr. 207, Di., 13.10.2026, 13.45 - 17.00 Uhr

Besuch des alten jüdischen Betsaals

Nr. 110, Mi., 4.11.2026, 17.00 - 18.30 Uhr

Enschede – Innenstadt und Synagoge

Nr. 126, Di., 10.11.2026, 8.00 - 19.00 Uhr

Lama-Park Wanderung

Nr. 222, So., 15.11.2026, 14.00 - 16.00 Uhr

Besichtigung der Villa Hügel in Essen

Nr. 121, Mi., 18.11.2026, 11.30 - 13.30 Uhr

Kunstoffahrt zur Sonderausstellung: Franz Marc in Düsseldorf

Nr. 806, Di., 24.11.2026, 9.00 - 19.00 Uhr

Valkenburg mit Burgruine und unterirdischem Weihnachtsmarkt

Nr. 127, Sa., 28.11.2026, 9.00 - 20.00 Uhr

Köln in der Weihnachtszeit mit Besuch des WDR-Funkhaus

Nr. 128, Do., 3.12.2026, 9.30 - 20.00 Uhr

Winterliches Monschau

Nr. 129, Sa., 5.12.2026, 09.30 - 20.00 Uhr

Weihnachtliches Bad Münstereifel

Nr. 130, Di., 8.12.2026, 11.00 - 20.00 Uhr

Weihnachten auf Schloss Moyland

Nr. 131, Fr., 11.12.2026, 12.00 - 20.00 Uhr



Alter jüdischer Betsaal



© Prachtlamas



WDR © Dirk Langer



Stiftung Schloss Moyland © Axel Jusseit

Angebote für Kinder und Jugendliche

Alle Details zu den Veranstaltungen findest du in den jeweiligen Fachbereichen.
Schau dir unsere Angebote an und sei mit dabei – wir freuen uns auf dich!

Batmans kleine Geschwister – Fledermausbeobachtung im Nordpark

ab 6 Jahren

Nr. 219, Fr, 11.9.26, 20.30 - 22.00

Lama-Park-Wanderung

ab 6 Jahren

Nr. 220, Fr, 28.8.26, 16.00 – 18.00 Uhr

Nr. 221, Sa, 19.9.26, 11.00 – 13.00 Uhr

Nr. 222, So, 15.11.26, 14.00 – 16.00 Uhr

10 flinke Finger – Tastschreiben heute

10 – 12 Jahre

Nr. 300, Mo, 27.7.26 bis Do, 30.7.26,

9.30–12.30 Uhr

Nr. 303, Mo, 19.10.26 bis Do, 22.10.26,

9.30–12.30 Uhr

Ukrainisch: Herkunftssprache für Schüler:innen

Erlernen der kyrillischen Schrift

6 – 9 Jahre

Nr. 689, ab Do, 17.9.26, 18.00 - 19.00 Uhr,

11 Termine

Polnisch: Herkunftssprache für Schüler:innen

6 – 9 Jahre

Nr. 698A, ab Di, 15.9.26, 15.30 - 16.30 Uhr,

9 Termine

Polnisch: Herkunftssprache für Schüler:innen

10 – 12 Jahre

Nr. 698B, ab Di, 15.9.26, 16.30 - 18.00 Uhr,

9 Termine

KoKoPol: Exkursion „Janosch, Joseph & Co. – Fantastische Welten oberschlesischer Autoren“ zum Oberschlesischen Landesmuseum in Ratingen, Führung auf Polnisch

6 – 12 Jahre

Nr. 697, Sa, 21.11.26, 11.00 - 16.00 Uhr

Kulturrucksack:

Ausflug: „Zeitkapsel“ – Grabungs- camp und Kreativaktion zum Archäologischen Museum in Herne

10 – 14 Jahre

Nr. 702, Di, 25.08.2026, 09.00 - 15.00 Uhr

Tanzworkshop: Move and Groove, Urban Style

12 – 17 Jahre

Nr. 1033, Sa, 24.10.26 und So, 25.10.26,

11.00 - 12.30 Uhr

Orientalischer Tanz I: Workshop für Mädchen und Frauen ohne Vorkenntnisse

ab 16 Jahren

Nr. 1034, Sa, 12.09.2026, 11.00 - 14.15 Uhr

Orientalischer Tanz II: Workshop für Mädchen und Frauen mit Vorkenntnissen

ab 16 Jahren

Nr. 1035, Sa, 19.9.2026, 11.00 - 14.15 Uhr

Albanische Volkstänze: Workshop für Jugendliche

12 – 15 Jahre

Nr. 1036, Sa, 31.10.2026, 12.00 - 14.45 Uhr

Albanische Volkstänze: Workshop für Jugendliche

ab 16 Jahren

Nr. 1037, Sa, 31.10.2026, 16.00 - 18.45 Uhr

Selbstverteidigung & Taekwondo für Mädchen und Frauen

ab 14 Jahren

Nr. 1070, ab Do, 17.9.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Groß und Klein gemeinsam am Herd – Großeltern kochen mit den Enkelkindern

6 – 12 Jahre

Nr. 1120, Sa, 26.9.26, 11.00 - 15.00 Uhr

Nr. 1121, Sa, 14.11.26, 11.00 - 15.00 Uhr



Freitag ist Kinotag im KoKi!

Jeden Freitag heißt es „Film ab!“ im Kommunalen Kino der VHS Gladbeck. Außerdem zeigen wir lustige Trickfilme, spannende Abenteuer und aktuelle Verfilmungen von beliebten Kinder- und Jugendbuchreihen einmal im Monat im Kinderkino.

Unterhaltung und Spaß für die ganze Familie – wir freuen uns auf Euren und Ihren Besuch!



ellen Gebrauch.



Fachbereichsleitung

Dirk Langer

Leiter der VHS

Tel.: 99 24 49

E-Mail: dirk.langer@stadt-gladbeck.de

Gesellschaft, Politik & Länderkunde

100

Ulrike Herrmann:
Geld als Waffe – Wie die Wirtschaft über Krieg und Frieden entscheidet
 Vortrag mit Diskussion

Wie entstehen Kriege? Und wie Frieden? Ulrike Herrmann untersucht in ihrem aktuellen Buch große internationale Konflikte und analysiert, dass die Gründe nicht nur historisch, psychologisch oder politisch sind. Sondern dass oft ökonomische Faktoren ausschlaggebend sind. Sie zeigt am Beispiel Russlands, wie die wirtschaftliche Entwicklung des Landes permanente Kriege auch in Zukunft wahrscheinlich macht. Und sie beschreibt Chinas Aufstieg zur Supermacht und erklärt, wie Präsident Xi sein Land in eine ökonomische Sackgasse manövriert hat, die er mit seinen Aggressionen gegen Taiwan zu kaschieren versucht.

Ein faszinierender Blick hinter die Kulissen der neuen Weltordnung und eine spannende Analyse, die erklärt, warum die Kriegsgefahr so hoch ist – und was wir in Europa tun können, um Frieden zu sichern.



Ulrike Herrmann

Ulrike Herrmann, geboren 1964 in Hamburg, Ausbildung zur Bankkauffrau, Absolventin der Henri-Nannen-Schule, Studium

der Philosophie und Geschichte. Seit 2000 Wirtschaftskorrespondentin der taz. Sie ist Autorin zahlreicher SPIEGEL-Bestseller, zuletzt »Das Ende des Kapitalismus«.

Leitung: Ulrike Herrmann
Termin: Mi, 14.10.2026, 19.30 - 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 (Ticketbestellung) buchbar.

101

Raha Nik-Andish und Asaf Dardan:
Teheran Tagebücher – Nachrichten aus einem belagerten Land
 Lesung/Vortrag mit Diskussion

»Hast du Angst, dass es Krieg geben wird?, fragte ich. »Nein«, antwortete er, »ich habe Angst, dass das Leben genauso weitergehen wird wie vorher.«

Der Himmel über Teheran ist schwarz. Der US-israelische Krieg hat begonnen, es regnet Öl, unter den Trümmern liegen Leichen. Der Oberste Führer Chamenei ist tot. Die Menschen singen und tanzen an den Gräbern ihrer Toten – ein Zeichen des Widerstands. Was bedeutet es, in einem Zustand der Belagerung zu leben? Wo Unterdrückung und die totale Angst zum Alltag gehören? Wie kann trotz Blackouts und Internetsperre eine Botschaft nach außen dringen?

ein Regime und eine Gesellschaft am Kipppunkt: die brutal niedergeschlagenen Massenproteste, die leeren Taxis, die durch die Stadt kreisen, die verbarriadierten Fenster, die Menschen, die sich auf noch mehr Entbehrungen vorbereiten. Ein einzigartiges Dokument – so unmittelbar und ergreifend wie ein letztes Aufbäumen gegen die Dunkelheit.

Raha Nik-Andish ist das Pseudonym eines in Teheran lebenden Autors, Übersetzers und Kunsthistorikers. Er hat Beiträge für die »London Review of Books« und »The Markaz Review« verfasst. »Teheran Diaries« ist sein erstes Buch.

Leitung: Asaf Dardan
Termin: Do, 15.10.2026, 19.30 - 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 (Ticketbestellung) buchbar.



102

Philipp Gassert: Die bipolare Nation – Was Amerika der Welt gegeben hat. Im Guten wie im Schlechten

Vortrag mit Diskussion zum 250. Geburtstag der USA am 4. Juli 2026

Von der Gründung zu Trump, vom Imperialismus zum Isolationismus, vom Glücksversprechen des Massenkonsums zum Klimawandel, von der Vormacht zum chaotischen Faktor, von der Verheißung zur Gefahr: die gemischte Bilanz der amerikanischen Epoche.

Die Vereinigten Staaten haben sich und der Welt ungeheuer viel geschenkt – und ähnlich viel zugemutet. Philipp Gasserts Bilanz der amerikanischen Geschichte und ihres internationalen Einflusses ist ambivalent und so erhellend wie ernüchternd, wenn er nachzeichnet, wie tief die kaum zu überbrückenden Widersprüche, die heute so

offen zutage treten, in der Gründung und der Geschichte des Landes verwurzelt sind.

Philipp Gassert, geboren 1965, ist seit 2014 Inhaber des Lehrstuhls für Zeitgeschichte an der Universität Mannheim. Er hat zuvor am Deutschen Historischen Institut in Washington, D.C., an der Universität Heidelberg, der LMU München, der University of Pennsylvania und der Universität Augsburg gelehrt und gelehrt. Philipp Gassert forscht im Bereich der deutschen und europäischen Zeitgeschichte sowie der transatlantischen Geschichte und der US-Außenpolitik des 20. und 21. Jahrhunderts. Gassert schreibt neben

seinen wissenschaftlichen Werken auch häufig für ZEIT und FAZ, ist regelmäßig im Hörfunk zu Gast (SWR) und gelegentlich im TV (Phönix, ARD).



Philipp Gassert
© Uni Mannheim

Leitung: Philipp Gassert
Termin: Mo, 9.11.2026, 19.30 - 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 (Ticketbestellung) buchbar.

Dazu spricht und diskutiert mit Ihnen **Albrecht von Lucke**. Der Jurist und Politikwissenschaftler wurde 1967 in Ingelheim am Rhein geboren. Seit 1989 lebt er in Berlin, seit 2003 ist er Redakteur der renommierten Monatszeitschrift „Blätter für deutsche und internationale Politik“. Darüber hinaus ist er regelmäßiger Gast in Hörfunk und Fernsehen, u.a. im ARD-Presseclub, in der Phönix-Runde sowie verschiedenen politischen Talk-Formaten. 2014 wurde Albrecht von Lucke mit dem Lessing-Förderpreis für Kritik ausgezeichnet, 2018 mit dem Otto-Brenner-Preis „Spezial“.

Leitung: Albrecht von Lucke
Termin: Mi, 25.11.2026, 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 (Ticketbestellung) buchbar.

103

Albrecht von Lucke: Das Ende der Welt, wie wir sie kannten – Deutschland zwischen globalen Krisen und neuer Machtpolitik

Vortrag mit Diskussion

Das Jahr 2026 ist von tiefgreifenden Umbrüchen geprägt – innen- wie außenpolitisch. In der Innenpolitik endet die Statik der alten Bundesrepublik, die stets von einem Wechsel von rechter und linker Mitte geprägt war. Der neue Herausforderer und die – nicht mehr nur im Osten – stärkste Kraft heißt AfD. Das ändert alles und setzt die alten Volksparteien massiv unter Druck. Die Landtagswahlen im September werfen drängende Fragen auf, zur Zukunft der Demokratie und zum Umgang mit radikalen Strömungen.

Außenpolitisch hat der eskalierende Konflikt um den Iran die Energieversorgung zu einer Waffe gemacht und damit die internationale Ordnung



Albrecht von Lucke
© Fotostudio Charlottenburg

enorm destabilisiert. Gleichzeitig stellt die Präsidentschaft Donald Trumps das transatlantische Verhältnis weiter massiv in Frage – auch bereits mit Blick auf die so wichtigen Zwischenwahlen in den USA am 3. November. Und während sich Europa „dank Trump“ zunehmend gezwungen sieht, eigenständiger zu handeln, geht Russlands Krieg gegen die Ukraine unvermindert weiter.

Mit Blick auf 2027 stehen somit entscheidende Weichenstellungen bevor: Wie kann Europa auf die sich zuspitzenden globalen Konflikte reagieren, vor allem angesichts einer neuen, dann vielleicht sogar rechtsradikalen Präsidentschaft in Frankreich? Wird es dem Kontinent trotzdem gelingen, sicherheitspolitisch unabhängiger zu werden? Und welche Lehren zieht Deutschland aus einem Jahr massiver innenpolitischer Spannungen und internationaler Krisen – wenn denn seine Regierung am Ende des Jahres überhaupt noch eine Zukunft hat?

104

Carina Weinmann: KI und Demokratie – wie künstliche Intelligenz die politische Meinungs- bildung unterstützen kann

Vortrag mit Diskussion

Die politische Diskussion verlagert sich zunehmend ins Internet. Doch Hass, Falschinformationen und eine schiere Menge an Beiträgen erschweren dort oft einen konstruktiven Austausch. Dieser Vortrag beleuchtet, wie Künstliche Intelligenz (KI) die politische Meinungsbildung gezielt unterstützen und die Debattenkultur positiv beeinflussen kann.

Dr. Carina Weinmann

von der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf zeigt anhand konkreter Beispiele, wie KI dabei helfen kann, die Herausforderungen von politischen Online-Diskussionen zu bewältigen und die Demokratie zu stärken.



Carina Weinmann

Leitung: Carina Weinmann
Termin: Do, 17.9.2026, 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 (Ticketbestellung) buchbar.

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



105

Markus Lücke: Scrollen in die Radikalisierung? Extremistische Online-Welten und ihre Wirkung auf Jugendliche

Vortrag mit Diskussion

Soziale Medien sind fester Bestandteil des Alltags junger Menschen. Sie dienen der Kommunikation, Information und Unterhaltung – und prägen zunehmend politische Meinungsbildungsprozesse. Doch neben Chancen birgt die digitale Welt auch erhebliche Risiken: Extremistische Akteure nutzen digitale Plattformen wie TikTok, Instagram oder YouTube, um Jugendliche emotional anzusprechen, politische Botschaften zu vermitteln und sie schrittweise in radikale Denkmuster hineinzuziehen. Das birgt Gefahren für die demokratische Einstellung und Haltung junger Menschen – und stellt insbesondere Lehrkräfte, Eltern und pädagogische Fachkräfte vor die Aufgabe, junge Menschen im Umgang mit extremistischen Online-Inhalten zu stärken.

Die Veranstaltung in Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung NRW zeigt anhand aktueller Beispiele extremistische Online-Strategien im islamistischen und rechts-extremen Spektrum und deren Wirkungsweisen auf Jugendliche auf und stellt pädagogische Handlungsansätze sowie geeignete Beratungs- und Unterstützungsangebote für die Prävention vor. Der Vortrag richtet sich an alle Fachkräfte, die im pädagogischen Kontext mit jungen Menschen arbeiten, sowie an alle weiteren Interessierten.



Leitung: Markus Lücke
Termin: Mo, 28.9.2026, 18.30 - 20.00 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 5 Tage vor dem Termin möglich!



Bleibt neugierig

106

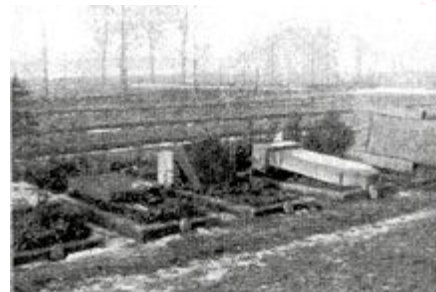
Ralph Eberhard Brachthäuser: „Sehr geehrter Herr Hitler!“ – Als sich „der Führer“ 1929 plötzlich für Gladbeck interessierte

Vortrag mit Diskussion

Ende der 1920er Jahre stand Gladbeck gleich zweimal sehr unrühmlich im Fokus der überregionalen Aufmerksamkeit: 1928 durch den Mord an dem 19-jährigen Abiturienten Helmut Daube und ein knappes Jahr später durch die Schändung jüdischer Gräber auf dem Hauptfriedhof. Während der Mordfall Daube bis heute nicht aufgeklärt werden konnte, waren die Grabfreverler schon nach wenigen Tagen ermittelt. Es handelte sich um zwei jugendliche Nationalsozialisten. Das teilweise deutschlandweite Medienecho darauf ließ in München die Alarmsirenen erschallen, weswegen sich lokale und regionale NSDAP-Größen umgehend gegenüber der Parteileitung erklären mussten. Teils bislang unbekannte Aktenbestände im Bundesarchiv Berlin und im Landesarchiv NRW belegen, dass der Rechtsextremismus viel früher in Gladbeck angekommen war als bislang angenommen.

Der Vortrag bietet mit einer besonderen Perspektive auf die handelnden Personen neue und tiefergehende Einblicke in die Frühphase des Nationalsozialismus in Gladbeck.

Ralph Eberhard Brachthäuser, geb. 1962, katholischer Priester und Kirchenhistoriker, Studium der Philosophie und Theologie mit dem Schwerpunkt Kirchengeschichte an der Ruhr-Universität Bochum und der Päpstlichen Universität Gregoriana in Rom. Kaplanstätigkeit, Unterricht an einem Gymnasium, letzter Pfarrer von Heilig Kreuz in Gladbeck-Butendorf. Seit rund einem Jahrzehnt vollständig in der (Kirchen-)Geschichtsforschung tätig; Gründer der „Pfarrer Brachthäuser-Stiftung“ und Leiter des „Stiftshaus Gladbeck“; zahlreiche wissenschaftliche Publikationen – insbesondere auch zur Gladbecker Geschichte.



Gladbecker Friedhof

© Central-Vereins-Zeitung Berlin, 25.01.1929

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

Leitung: Ralph Eberhard Brachthäuser

Termin: Do, 12.11.2026, 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 5 Tage vor dem Termin möglich!

Der Vortrag möchte die Begrifflichkeiten und Entwicklungen nachzeichnen.

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.

Leitung: Dr. Volker Jakob

Termin: Do, 19.11.2026, 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 (Ticketbestellung) buchbar.

107

Dr. Volker Jakob: Migration – Emigration – Immigration – „Remigration“(?)

Vortrag mit Diskussion

Das lateinische Wort „migrare“ bedeutet wandern. Und die Menschen wandern tatsächlich vom Beginn der Geschichte an. Die Bibel ist voll von derartigen Geschichten. In der Völkerwanderungszeit zwischen Spätantike und früher Neuzeit hat sich dieses Phänomen geradezu institutionalisiert. Man verließ die Heimat in der Hoffnung auf eine bessere, aber immer ungewisse Zukunft. Das gilt auch für Deutschland. Im Mittelalter brachen von hier Hunderttausende im Zuge der Ostkolonisation auf, um jenseits von Oder und Neiße Städte zu gründen und sich dauerhaft niederzulassen. Später dann die Auswanderung von Millionen in das „Gelobte Land“, Amerika. Aber es gab immer auch westfälische Wanderarbeiter,

Grenzgänger nannte man sie, die sich für wenig Geld verdingten oder arme Heuerlinge, die sich als Wal- oder Heringsfänger anwerben ließen. Im Gegenzug kamen Einwanderer ins Land, aus Südeuropa, aus der Türkei, Italien etc. Heute werden mit den Themen „Migration“ im Sinn von Überfremdung und Kontrollverlust Wahlen entschieden. Neu und höchst brisant ist die von Rechtsextremen ins Gespräch gebrachte „Remigration“, was nichts anderes bedeutet als Ausweisung – also Vertreibung.



Dr. Volker Jakob

110
Besuch des alten jüdischen Betsaals
 Führung

Fast 50 Jahre lang war der kleine Betsaal in der Von-der-Recke-Straße 9 das Zentrum des religiösen Lebens der jüdischen Kultusgemeinde in Gelsenkirchen. Heute ist der 1958 geweihte ehemalige Betsaal ein authentisches Zeugnis des jüdischen Lebens der Nachkriegszeit in Gelsenkirchen.



Im Betsaal gibt eine kleine Ausstellung einen Einblick in die Geschichte der Juden in Gelsenkirchen und in ihre Religion. Auch eine alte Thorarolle der Gemeinde sowie einige Exponate des jüdischen Museums Dorsten sind ausgestellt. Die alten Buntglasfenster im Betraum zeigen die jüdischen Feiertage in einer für die 1950er-Jahre typischen Darstellung.

Die Anfahrt nach Gelsenkirchen erfolgt individuell, d. h. die Gruppe trifft sich vor Ort. Männer tragen während der Synagogenführung eine Kopfbedeckung.

Leitung: Dirk Langer
Termin: Mi, 4.11.2026, 17.00 - 18.30 Uhr
Treffpunkt: Alter Betsaal, Von-d.-Recke-Str. 9, 45879 Gelsenkirchen

Entgeltfrei – Anmeldungen tel. unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 5 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 Eva Klein 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.

Leitung: Eva Klein
Termin: Do, 8.10.2026, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Eingang zum Rathaus, Willy-Brandt-Platz

Entgeltfrei – Anmeldungen tel. unter 02043-99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 5 Tage vor dem Termin.

116
Maastricht – eine der schönsten Städte Hollands
 Tagesfahrt mit dem Bus

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 Exkursion.

Leitung: Rainer Stobbe
Termin: Fr, 4.9.2026, 7.30 - 20.30 Uhr
Treffpunkt: Musikschule am Bernskamp
Entgelt: 50,00 € (Busfahrt, Führung)



Maastricht Theater Vrijthof
 © Berthold Werner

117
Besuch des LVR-Freilichtmuseums Lindlar
 Tagesfahrt mit dem Bus

Im LVR-Freilichtmuseum Lindlar, rund 30 Kilometer östlich der Millionenstadt Köln gelegen, erhalten die Besucher:innen eine konkrete Vorstellung von dem komplexen Alltagsleben auf dem Land in den letzten drei Jahrhunderten.



LVR Freilichtmuseum Lindlar, Lingenbacher Hof
 © Pingsjong

Derzeit sind rd. 40 historische Gebäude mit interessanten Ausstellungen und Vorführungen zu besichtigen, die einen fundierten Überblick über das historische Handwerk und die Kulturlandschaft des Bergischen Landes vermitteln. Einen Teil davon besichtigt die Gruppe im Rahmen einer Führung. Darüber hinaus gibt es auf dem 30 Hektar großen Gelände einen Museumsladen sowie ein Museumsrestaurant und genügend Zeit für eigene Erkundungen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung: Rainer Stobbe
Termin: Do, 10.9.2026, 8.30 - 19.00 Uhr
Treffpunkt: Musikschule am Bernskamp
Entgelt: 50,00 € (Busfahrt, Eintritt, Führung)

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

1

118 Lengerich mit Hortensia-Garden und Skulpturenpark

Tagesfahrt mit dem Bus

Lengerich am Südhang des Teutoburger Walds gelegen, ist das Ziel dieser Tagesfahrt. Bei einer historischen Stadtführung werden die bewegte Stadtgeschichte und die Bedeutung Lengerichs für die Industrialisierung erläutert. Zahlreiche Zeitzeugen wie die Evangelische Stadtkirche, das Torhaus Römer, die Gempt-halle und das Heimathaus sind Teil dieser spannenden Zeitreise. Am Nachmittag steht ein geführter Rundgang durch den "Hortensia Garden" mit dem benachbarten Skulpturenpark auf dem Programm. Mit ihren prachtvollen Blüten begeistern Hortensien seit ihrer Kultivierung als Gartenpflanze im 19. Jahrhundert die Menschen. Über 1.200 Pflanzen, darunter viele alte und historische Sorten, zeigen dort ihre besondere Farbenpracht.



Lengerich Skulpturenpark, Jones-Garten
© Detlef Dowidat

Diese Tagesfahrt ist eine Kooperation mit der VHS Dorsten.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung:	Rainer Stobbe
Termin:	Sa, 12.9.2026, 9.00 - 19.30 Uhr
Treffpunkt:	Musikschule am Bernskamp
Entgelt:	50,00 € (Busfahrt, 2 Führungen)

2

3

4

5

6

119 In und um Kleve unterwegs – Britischer Ehrenfriedhof, Historische Gartenanlagen Stadtrundgang mit Käse und Wein

Nach der Busfahrt nach Kleve besuchen wir zuerst den Britischen Ehrenfriedhof Reichswalde – etwa 5 km vom Stadtzentrum entfernt. Hier ruhen 7.654 Soldaten in Reih und Glied. Die Anlage wurde nach den strengen Gestaltungsvorgaben des Commonwealth errichtet und beeindruckt durch ihre Größe. Viele der hier Bestatteten sind unbekannt, doch von einigen sind bewegende Lebensgeschichten überliefert. Danach wandern wir im Rahmen eines etwa 1-stündigen Spaziergangs durch die barocken Gartenanlagen des 17. Jahrhunderts. Wir erfahren viel über das Leben und Wirken des Statthalters Johann Moritz von Nassau-Siegen und entdecken im Forstgarten beeindruckende Gehölze. Nach einer Mittagspause in der Innenstadt von Kleve (auf eigene Faust) gibt es eine Stadtführung für Feinschmecker. Wir erfahren viel Wissenswertes über den früheren Weinanbau in Kleve und die Käseherstellung am Niederrhein. Kleine Anekdoten sorgen für



Kleve Gartenanlagen
© Annegret Gossens

heitere Momente. Unterwegs genießen wir ausgewählte Käseplatten und Wein. Danach bleibt noch Zeit, die Stadt auf eigene Faust zu erkunden, einzukaufen oder ein Eis zu essen.

Die VHS führt diese Veranstaltung zusammen mit dem Verein für Orts- und Heimatkunde durch. **Wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk erforderlich; für mobilitätseingeschränkte Personen ist die Tour nur bedingt geeignet.**

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung:	Dr. Dieter Briese
Termin:	Di, 15.9.2026, 8.00 - 19.30 Uhr
Treffpunkt:	Musikschule am Bernskamp
Entgelt:	55,00 € (Busfahrt, 2 Führungen, inkl. Wein- und Käseverkostung)

7

8

9

10

11

12

120 Emsflöwer und Besuch der Festung Bourtange in den Niederlanden

Tagesfahrt mit dem Bus

Emsflöwer ist ein Gartenbauunternehmen im emsländischen Emsbüren. Das 2004 gegründete Unternehmen ist gemessen an der Gesamtfläche der Verglasung der Gewächshäuser (785.000 m²) das größte Gartenbauunternehmen Europas. Das Unternehmen ging aus der 1954 von Jan Kuipers in De Lutte (Niederlande) gegründeten Gärtnerei Kuipers hervor und befindet sich auch heute noch im Familienbesitz. Die Führung „Entdecke das Paradies“ am Vormittag zeigt die Vielfalt von Schnittblumen und Gemüse, die hier angebaut werden. Zudem gibt es einen Einblick in die Logistik, Betriebsabläufe und Energieversorgung von Europas größter Gärtnerei.

Am Nachmittag steht ein Besuch des liebevoll restaurierten und malerischen Festungsstädtchen Bourtange auf dem Programm. Hier können Sie das historische Jahr 1742 authentisch spüren und erleben. Reisen Sie durch die Geschichte von Bourtange und lassen Sie sich von den von Wilhelm von Oranien in Auftrag gegebenen Befestigungsanlagen überraschen. Sobald Sie die rote Zugbrücke überqueren, scheint die Zeit stehen geblieben zu sein...



Festung Bourtange

Diese Tagesfahrt ist eine Kooperation mit der VHS Dorsten.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung:	Rainer Stobbe
Termin:	Do, 17.9.2026, 8.30 - 20.30 Uhr
Treffpunkt:	Musikschule am Bernskamp
Entgelt:	56,00 € (Busfahrt, Eintritt, 2 Führungen)

121

Besichtigung der Villa Hügel in Essen – „Exklusiver Blick hinter die Kulissen“

Die Villa Hügel im Stadtteil Bredeney wurde in den Jahren 1870 bis 1873 im Auftrag von Alfred Krupp gebaut. Sie war das ehemalige Wohnhaus der Industriellenfamilie Krupp, diente aber auch repräsentativen Zwecken. Mit der Villa Hügel sind Name und Tradition der Familie Krupp eng verbunden. Der Ort steht für den Lebensstil des Großbürgertums und damit für eine Epoche der deutschen Geschichte.

Die Villa liegt an prominenter Stelle über dem Ruhrtal, hat 399 Räume und ist umgeben von einem 28 Hektar großem Park. Die Wohnfläche umfasst rd. 11.100 m², darunter zwei große Hallen mit je 420 m². Sie besteht aus zwei Gebäudetrakten. Das Hauptgebäude („Großes Haus“) diente der Familie Krupp als Wohnsitz und ist durch einen Verbindungstrakt mit dem sog. „Kleinen Haus“ verbunden.

Die Führung bietet einen exklusiven Blick in die Sonderräume des ersten und zweiten Obergeschosses des Hauptgebäudes. Im Anschluss an die Führung besteht die Möglichkeit zu einem individuellen Parkspaziergang.

Wichtig: Es sind wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk erforderlich. Die Führung ist für mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet!

Diese Exkursion ist eine Kooperation zwischen der VHS und dem Verein für Orts- und Heimatkunde.

Eigene Anfahrt, d. h. die Gruppe trifft sich vor Ort. **Achtung für Autofahrer:** Es gibt kaum Parkplätze, daher wird die Anreise mit dem ÖPNV empfohlen. Von Essen Hbf. mit der S6



Villa Hügel
© Dr. Briese

bis Bahnhof „Essen-Hügel“, dann der Beschilderung folgen. Von dort aus sind es noch ca. 300 m Fußweg.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Termin.

Leitung:	Dr. Dieter Briese
Termin:	Mi, 18.11.2026, 11.30 - 13.30 Uhr
Treffpunkt:	Hügel 215, Torhaus, Nähe S-Bahn-Haltestelle Essen
Entgelt:	22,00 € (Führung, Eintritt)

124

Zum Winzerfest in Gladbecks Patenstadt Dernau im Ahrtal

Tagesfahrt mit dem Bus

Von 1960 bis 1972 entstand zwischen Dernau und Bad Neuenahr-Ahrweiler der sogenannte Regierungsbunker der Bundesrepublik Deutschland. Er diente den damaligen Verfassungsorganen aus dem nahegelegenen Bonn als Ausweichsitz für den Verteidigungsfall. Nach dem Ende des Kalten Krieges verlor die Anlage ihre strategische Bedeutung.

Ein kleiner Teil der einst weitläufigen Anlage wurde in ein Museum umgewandelt, das am Vormittag besichtigt wird.

Im Anschluss geht es weiter ins beschauliche Dernau, wo um 14.00 Uhr der 77. Winzerfestumzug mit einem umfassenden Musikprogramm als Jahreshöhepunkt auf die Teilnehmenden wartet. Lassen Sie sich anstecken von der Lebensfreude und der Musik, die der Weinort Dernau zu bieten hat!

Neben einem flachen und bequemen Schuhwerk erfordert ein ca. 15-minütiger Fußweg vom Busparkplatz bis zum Eingang des Regierungsbunkers etwas Kondition.

Diese Exkursion ist eine Kooperation der VHS mit dem Amt für Stadtmarketing/Städtepartnerschaften und dem Verein für Orts- und Heimatkunde.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung:	Thomas Ullrich
Termin:	So, 27.9.2026, 8.30 - 21.00 Uhr
Treffpunkt:	Parkplatz Rathaus
Entgelt:	42,00 € (Busfahrt und Führung)



© Dr. Briese



Ihr direkter Weg zur
VHS-Homepage



125 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, aus Anlass seines 150. Geburtstages in diesem Jahr. 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. Darüber hinaus besteht individuell die Möglichkeit zu einem Besuch des Schlosses Drachenburg, errichtet 1882-1884, als eine Ikone der Rheinromantik.

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



Konrad-Adenauer-Haus
© Birgit Mattern

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung:	Thomas Ullrich
Termin:	Mi, 7.10.2026, 8.00 - 20.00 Uhr
Treffpunkt:	Musikschule am Bernskamp
Entgelt:	52,00 € (Busfahrt, Führung, Berg- und Talfahrt)

126 Enschede – Innenstadt und Synagoge Tagesfahrt mit dem Bus

Das niederländische Enschede mit ca. 160.000 Einwohnern liegt nahe an der deutsch/niederländischen Grenze, nicht weit entfernt von der deutschen Stadt Gronau. Bei einer Führung am Vormittag bekommen Sie einen Eindruck von der Innenstadt mit ihren markanten Villen der früheren Textilbarone und anderen charakteristischen Gebäuden. Außerdem erfahren Sie Näheres zur Geschichte der Stadt, insbesondere über den Untergang der Textilindustrie und der heutigen Wirtschaftsstruktur. In der Mittagspause können Sie die Eindrücke selbst noch vertiefen.



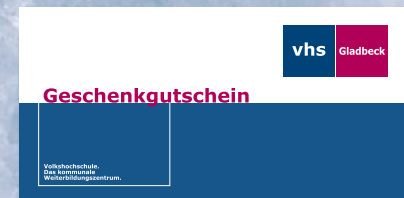
Synagoge Enschede
© Dr. Briese

Am Nachmittag besuchen Sie die schönste Synagoge der Niederlande im Rahmen einer Führung. Das monumentale Gebäude wurde 1928 erbaut und 2004 restauriert. Das architektonische Juwel wird immer noch als Gebetshaus genutzt. Im Anschluss an die Führung werden die Eindrücke bei Kaffee/ Tee und koscherem Kuchen vertieft.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung:	Dr. Dieter Briese
Termin:	Di, 10.11.2026, 8.00 - 19.00 Uhr
Treffpunkt:	Musikschule am Bernskamp
Entgelt:	55,00 € (Busfahrt, 2 Führungen, Eintritt in die Synagoge, koscherer Kuchen)

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.

127
Valkenburg mit Burgruine und
unterirdischem Weihnachtsmarkt
 Tagesfahrt mit dem Bus

Das Mittelalter nimmt bei einem Besuch der Burgruine von Valkenburg a.d. Geul wieder Gestalt an, mit ihrer Geschichte, die bis ins 11. Jahrhundert zurückreicht.



© Visit Zuid-Limburg

Die Überreste der einstmals imposanten Burg, der einzigen Höhenburg der Niederlande, ragen heute noch stolz über die gemütliche kleine Festungsstadt hinaus. Zur Besichtigung der monumentalen Burgruine an diesem Tag gehören Rittersaal, Verteidigungsturm, die ehemalige Kapelle, der Artillerieraum bis zu den unterirdischen Fluchtgängen der Fluweelengrot.

Die Fluweelengrot, jenes Gängelabyrinth unter der Ruine, ist mit der reichen Geschichte der ehemaligen Festung eng verbunden. Die Entstehung der Fluweelengrot reicht vermutlich auch bis in das 11. oder 12. Jahrhundert zurück und geht auf den Mergelabbau der so genannten „Blokbrekers“ zurück. Heute befindet sich dort in der winterlichen Jahreszeit einer der bekanntesten und romantischsten Weihnachtsmärkte der Niederlande.

Bitte bequeme und flache Schuhe tragen!

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung: Rainer Stobbe
Termin: Sa, 28.11.2026, 9.00 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Musikschule am Bernskamp
Entgelt: 60,00 € (Busfahrt, Führung, Eintritt Weihnachtsmarkt)

128
Köln in der Weihnachtszeit mit
Besuch des WDR-Funkhaus
 Tagesfahrt mit dem Bus

Ziel dieser Fahrt ist der größte Sender der ARD mit seinem Funkhaus am Wallrafplatz. Nach einem Einführungsfilm werden der VHS-Gruppe die Hörfunk- und Fernsehstudios in einer Führung ausführlich vorgestellt. Daneben bleibt ausreichend Zeit, individuell die vorweihnachtliche Kölner Innenstadt zu besuchen, über die Adventsmärkte zu bummeln und die Weihnachtskrippen in verschiedenen Kölner Kirchen anzuschauen.



WDR
 © Dirk Langer

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung: Dirk Langer
Termin: Do, 3.12.2026, 9.30 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Musikschule am Bernskamp
Entgelt: 37,00 € (Busfahrt) – die Führung beim WDR ist kostenfrei

129
Winterliches Monschau
 Tagesfahrt mit dem Bus

Monschau ist ein beschauliches Städtchen in der Eifel, nahe der belgischen Grenze. Es ist für sein mittelalterliches Zentrum mit Fachwerkhäusern und verwinkelten Altstadtgassen bekannt und über ihm thront die gleichnamige Burg. Das Rote Haus, ein 1752 erbautes Wohnhaus eines wohlhabenden Tuchfabrikanten, sowie die Fachwerkfassaden entlang des Flusses Rur sind die Wahrzeichen der Kleinstadt.



Monschau Rotes Haus
 © Rureifel Tourismus, Heike Becker

Nach einer Führung durch die historischen kopfsteingepflasterten Gassen besteht die Möglichkeit, den stimmungsvollen und romantischen Weihnachtsmarkt zu besuchen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung: Peter Wirth
Termin: Sa, 5.12.2026, 9.30 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Musikschule am Bernskamp
Entgelt: 57,00 € (Busfahrt, Führung, Shuttle Bus)

Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:
www.vhs-gladbeck.de



1

130 Weihnachtliches Bad Münstereifel Tagesfahrt mit dem Bus

Bad Münstereifel besticht mit einen einzigartigen, unter Denkmalschutz gestellten, historischen Stadtkern mit bedeutenden Baudenkmälern, malerischen Fachwerkgruppen, schönen Plätzen und romantischen Winkeln. Dazwischen durchzieht das Flüsschen Erft die historische Altstadt. Es ist eines der beliebtesten Ausflugsziele der Eifel, umgeben von einer nahezu vollständig erhalten gebliebenen Stadtmauer. Am Vormittag unternimmt die Gruppe eine Führung durch die Altstadt. Am Nachmittag besteht die Möglichkeit zu einem Besuch des Weihnachtsmarkts.



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

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung: Rainer Stobbe
Termin: Di, 8.12.2026, 11.00 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Musikschule am Bernskamp
Entgelt: 54,00 € (Busfahrt, Führung)

131 Weihnachten auf Schloss Moyland Tagesfahrt mit dem Bus

Schloss Moyland ist ein Wasserschloss bei Bedburg-Hau im Kreis Kleve, das zu den wichtigsten neugotischen Bauten in Nordrhein-Westfalen zählt. Das Schloss wurde erstmals 1307 urkundlich erwähnt. Nach Umbauten im Mittelalter und im Barock geht die heutige Schloss- und Gartenanlage auf das späte 19. Jahrhundert zurück. Der Kölner Dombaumeister Ernst Friedrich Zwirner gestaltete ab 1854 das Äußere des Schlosses im neugotischen Stil um. Bis 1945 diente es der Familie von Steengracht als ständiger Wohnsitz und war ein beliebtes Ausflugsziel am Niederrhein. Nach einer Führung durch das Schloss, dort steht die Ausstellung von Joseph Beuys, einem der bekanntesten Künstler des Niederrheins im Mittelpunkt, besteht die Möglichkeit den Kunsthandwerker-Weihnachtsmarkt im umliegenden Park zu besuchen.



Stiftung Schloss Moyland
© Axel Jusseit

Bitte tragen Sie bequeme und flache Schuhe, da die Schlossführung und das umliegende Gelände etwas Kondition erfordern. Die Exkursion ist für mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung: Peter Wirth
Termin: Fr, 11.12.2026, 12.00 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Musikschule am Bernskamp
Entgelt: 53,00 € (Busfahrt, Führung, Eintritt Weihnachtsmarkt)

WDR 2



Bleibt neugierig

Fernsicht: VHS-Reihe zur Länderkunde

Die VHS zeigt regelmäßig interessante Länderporträts, Reiseberichte und Aben-

teuerreportagen. Diese hochwertigen Multivisionen auf Großleinwand und Lichtbildervorräte bieten Reiseinteressierten und Naturfreunden ein besonderes Hör- und Seherlebnis.

150

Reinhard Thieringer: Vietnam – Porträt eines Landes in ständiger Bewegung Multivision auf Großleinwand

Vietnam vom Norden bis hinunter in den Süden zu durchqueren bedeutet insgesamt etwa 1.700 km zurückzulegen. Dabei zeigt sich vom Gebirge und von der weiten Ebene des Roten Flusses mit der Halong-Bucht im Norden, dem zentralen Hochland in der Mitte bis hinunter zur Ebene des gigantischen Mekong-Deltas ein äußerst abwechslungsreiches, von der Landwirtschaft geprägtes Land. Quirlige Metropolen wie Hanoi mit seinem kolonialen Charme und das aufstrebende, moderne Saigon (Ho-Chi-Minh-Stadt) ziehen die Besucher ebenso in

ihren Bann wie die alte Kaiserstadt Hue oder das prächtige, vom Krieg verschont gebliebene Hoi An. Geheimnisvolle Tempel und Pagoden sowie mächtige Palastanlagen zeugen von der reichen Geschichte des Landes, die nicht immer einfach war. Doch heute schauen die Bewohner Vietnams nach vorn, beeindruckt durch ihre offene und positive Art, die bei jeder Begegnung zu spüren ist. Die Multivision belegt dies einfühlsam auf neuen Pfaden zwischen Tradition und dynamischer Aufbruchstimmung: sie zeigt Vietnam hautnah!



© Reinhard Thieringer

Leitung: Reinhard Thieringer
Termin: Fr, 6.11.2026, 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 (Ticketbestellung) buchbar.

151

Dirk Rohrbach: WANDERLUST – 20 Jahre Abenteuer in Amerika Multivisions-Show auf Großleinwand

Dirk Rohrbach blickt zurück auf seine größten Abenteuer. Von der Umrundung Amerikas mit dem Rad bis zu seinen Expeditionen auf dem Yukon und Missouri River. Die Highlights aus zwanzig Jahren, die besten Geschichten und spektakulärsten Bilder, mitreißend erzählt und untermauert von einem grandiosen Soundtrack.

Dirks Reise vom Arzt zum Abenteuerer beginnt 2004 mit einer Auszeit und der Erfüllung eines Traums. In sechs Monaten umrundet er die USA mit dem Rad und kehrt nach fast 15.000 Kilometern in der Weite zunächst zurück nach Deutschland. Dort aber stellt Dirk schnell fest, nichts ist so wie vorher, ein Wendepunkt in seinem Leben. Er entschließt sich, seine Berufe als Arzt und Radiomoderator an den Nagel zu hängen, alles auf eine Karte zu setzen und auszusteigen.

In Kanada baut Dirk Rohrbach ein Kanu aus Birkenrinde und folgt damit dem Yukon River von den Quellseen quer durch Alaska bis zum Beringmeer. Erfüllt und inspiriert wird er zum Nomaden, pendelt seitdem ohne festen Wohnsitz zwischen Europa und Nordamerika. 2013 schwingt er sich wieder aufs Rad, durchquert die USA vom Atlantik zum Pazifik, ehe er fünf Jahre später als erster Europäer auf dem Missouri River von der Quelle bis zum Golf von Mexiko paddelt, 6000 Kilometer Fluss.

Eine Hommage an Amerika und das Leben unterwegs! Anlässlich zu 250 Jahren US-Unabhängigkeitserklärung.

Dirk Rohrbach, 1968 in Hanau geboren, ist Fotograf und Abenteuerer. Er zählt mit seinen preisgekrönten Live-Reportagen zu den renommiertesten und erfolgreichsten Vortrags-



Golden Gate
© Dirk Rohrbach

referenten. Seine fotojournalistischen Projekte wurden mehrfach prämiert und für ZDF/arte verfilmt.

Leitung: Dirk Rohrbach
Termin: Fr, 13.11.2026, 19.30 - 21.45 Uhr
Ort: Ratssaal im Rathaus,
Willy-Brandt-Platz
Eintritt: 12,00 € / Schüler:innen und Studierende 6,00 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

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

152

Peter Gebhard:

Mit dem Bulli durch Europa – Eine Reise zur Seele unseres Kontinents

Multivision auf Großleinwand

25.000 Kilometer, 15 Länder, unzählige Begegnungen: Der bekannte Fotograf Peter Gebhard war erneut mit seinem kultigen VW-Bulli „Erwin“ unterwegs – von den sonnendurchfluteten Gassen Lissabons bis hinauf ans Eismeer in Lappland.

Gemeinsam mit Assistent Tobi entdeckte er Europas stille Winkel und große Geschichten: Muscheltaucher an Spaniens Atlantikküste, ein rostiger Bulli auf einem Pyrenäen-Gipfel, eine junge Allgäuerin, die in Ligurien zur Fürstin eines Bergdorfs wurde. In der Schweiz lebten sie mit einer Bauernfamilie auf der Alm, durchquerten Deutschland im Sommerglücken und erreichten über das Baltikum die endlosen Wälder Finnlands.

153

Clemens Schmale:

Grönland – einst und jetzt

Beamer-Vortrag über die größte Insel der Welt

Grönland ist in aller Munde, aber nur wenige kennen das Land aus eigener Anschauung. Auch US-Präsident Trump war noch nie dort, schickt aber regelmäßig seine Vertreter, um US-Ansprüche auf die größte Insel der Erde zu untermauern. Grönland ist ein besonderes Land. Vor allem ist es kaum grün (wie der Name suggeriert), sondern immer noch fast ausschließlich weiß, nahezu völlig mit Eis bedeckt und entsprechend dünn besiedelt wie kaum ein anderes Land der Welt. Auf mehr als 2 Mio. km² leben mit rd. 56.500 Menschen nur rd. 2/3 der Einwohner Gladbecks, und die auch nur in den Küstenregionen in West- und Südgrönland. Diese Inuit streben – das zeigen alle jüngsten Abstimmungen – nach mehr Unabhängigkeit und möchten mehrheitlich keine US-Bürger werden, aber auch keine Dänen sein, die bislang – bei aller Autonomie Grönlands –

Natürlich gab es auch Pannen auf der abenteuerlichen Tour: gerissene Kupplungsseile, streikende Anlasser, blockierte Getriebe – doch so entstanden oft wunderbare neue Geschichten. Am Eismeer traf Gebhard auf die Sami-Rentierzüchter, die er 25 Jahre zuvor als Fotostudent porträtiert hatte. Der Junge von damals war nun selbst Vater – ein Kreis schloss sich. Und über allem leuchteten die Polarlichter, als poetisches Finale einer bewegendenden Reise.

Mit viel Herz, Humor und Entdeckergeist spürte Peter Gebhard die Vielfalt und Tiefe Europas auf – in Landschaften, Menschen und stillen Momenten voller Magie.



© Clemens Schmale

noch die Oberhoheit besitzen. In die EU beispielsweise hat Grönland nie gewollt.

Der Referent machte sich von Island aus auf den Weg nach Ostgrönland und stellt die Region um die Stadt Tasiilaq vor und die auf Grönland lebenden Menschen mit ihrer ganz eigenen Kultur, Sprache, Tradition und Geschichte. Die ausländischen Besucher fasziniert zudem die unberührt erscheinende Natur, die man meist zu Fuß oder per Boot erkundet – möglichst in Begleitung Einheimischer. Clemens Schmale zeigt Bilder aus dem Spätsommer, wenn viele Eisberge unterwegs sind und weniger Kreuzfahrer. Er traf auch mehrfach den be-



© Peter Gebhard

Leitung: Peter Gebhard

Termin: Fr, 27.11.2026, 19.30 - 21.45 Uhr

Ort: Ratssaal im Rathaus,
Willy-Brandt-Platz

Eintritt: 14,00 € / Schüler:innen und
Studierende 7,00 € / Weitere
Ermäßigungen für Inhaber:innen
der Gladbeck-Card

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

kannten Südtiroler Grönland-Forscher und Autor Robert Peroni. Der Referent besuchte alle Länder Nordeuropas und referiert zuweilen über die Färöer-Inseln, die einen ähnlichen Autonomiestatus haben wie der große Nachbar Grönland.

Leitung: Clemens Schmale

Termin: Do, 24.9.2026, 19.00 - 21.00 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eintritt: 9,00 € / Schüler:innen und
Studierende 4,50 € / Weitere
Ermäßigungen für Inhaber:innen
der Gladbeck-Card

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



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

Vorschau 2/2027

160

Studienreise: Zwickau5-tägige Busreise nach Zwickau
vom 21. – 25.08.2027

Zwickau und Umgebung, so haben wir bei einem ersten Besuch 2025 erfahren, ist eine spannende Region. Bei dieser Studienreise wollen wir das herausragende Automobil – „Horch Museum“ und das Schumann-Haus in Zwickau, den Grenzort Modlareuth, Franzensbad in Tschechien und bei einem Zwischenstopp in Oberwiesenthal die Skiflug-Legende Jens Weißflog besuchen.

Das detaillierte Programm erscheint Ende Oktober 2026, Interessierte können sich unter vhs@vhs-waltrop.de vormerken lassen und erhalten den Flyer direkt nach Erscheinen.



© VHS Waltrop

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

Termin: Sa, 21.08. – Mi, 25.08.2027

Vorschau 2/2027

161

**Studienreise:
Auf den Spuren der Habsburger**10-tägige Busreise nach Salzburg,
Wien und Prag vom 05. – 14.09.2027

Eine 10-tägige Reise voller Sehnsuchtsorte und wohlklingender Kontexte, in Stichworten skizziert: Salzburg mit Stadterkundungen, Landpartie Wolfgangsee, halbtägiger Transfer nach Wien, Stadtentdeckungen, Schloss Schönbrunn mit klassischem Konzert, Ausflug Wienerwald, halbtägiger Pragtransfer, Stadterleben, Ausflug Schloss Melnik, Schiffs-Tour auf der Moldau.



© Stefan Roggenbuck

Das detaillierte Programm erscheint Ende Oktober 2026, Interessierte können sich unter vhs@vhs-waltrop.de vormerken lassen und erhalten den Flyer direkt nach Erscheinen.

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

Termin: So, 05.09. – Di, 14.09.2027

Vorschau 2/2027

162

**Studienreise:
Barcelona – Gaudi lässt grüßen**

5-tägige Flugreise vom 30.09. – 04.10.2027

Barcelona, Strand mit Promenade
© Ralf Roletschek

Wir schauen, wie sich die prächtige und nunmehr höchste Kirche der Welt baulich weiterentwickelt hat. Dann Stadterkundungen, ein Konzertbesuch im Palau de la Musica und die Colonia Güell. Dazu Ausflüge zu Highlights im Umland mit dem UNESCO-Welterbe Kloster Poblet und Figueres – Geburtsort von Dali. Und natürlich Tapas, Bummeln und vielleicht ein erfrischendes Bad im Mittelmeer am nahe gelegenen Stadtstrand Barcas.

Das detaillierte Programm erscheint Ende Oktober 2026, Interessierte können sich unter vhs@vhs-waltrop.de vormerken lassen und erhalten den Flyer direkt nach Erscheinen.

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

Termin: Do, 30.09. – Mo, 04.10.2027



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

Agnes Smeja-Lühr

Stellv. Leiterin der VHS

Tel.: 99 24 18

E-Mail:

agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de

Umwelt & Technik

200

Annektrin Stange: Hitze! Kein Problem? Coole Tipps für heiße Tage

Eigentlich kennen wir alle die Tipps: viel trinken, Schatten suchen, mittags die Rollläden runter. Aber mal ehrlich – wer macht das wirklich konsequent? Und vor allem: Reicht das überhaupt noch aus? Der Klimawandel zeigt uns klar: Hitzeperioden werden länger, Nächte bleiben tropisch, und unsere Städte heizen sich immer weiter auf. Das belastet nicht nur die Umwelt, sondern auch uns – unseren Schlaf, unsere Konzentration, unsere Gesundheit.

Doch was können wir konkret tun? In diesem Vortrag zeigen wir Ihnen, wie Sie sich und Ihr Zuhause clever an die steigenden Temperaturen anpassen – ohne großen Aufwand, aber mit großer Wirkung. Sie be-

kommen praktische Tipps und einfache Lösungen für den Alltag: Wie plane ich meinen Tag hitzeoptimiert? Wie kühle ich meine Wohnung? Wo finde ich kühle Orte und Unterstützung?

Denn eines ist klar: Wissen allein reicht nicht – es kommt auf das Tun an. Und gemeinsam geht's leichter durch den Sommer.

Annektrin Stange ist die städtische Klimaanpassungsmanagerin.

Leitung: Annektrin Stange
Termin: Di, 15.9.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55



Annektrin Stange

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist entweder telefonisch unter 02043-992415 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 5 Tage vor dem Termin möglich!

201

Abteilung Stadtentwässerung: Starkregenvorsorge am eigenen Haus Vortrag mit Diskussion

Die Abteilung Stadtentwässerung des Ingenieuramtes stellt 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: Do, 8.10.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist entweder telefonisch unter 02043-992415 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 5 Tage vor dem Termin möglich!



202

Fahrradtour zu Parks in Gladbeck

In der dicht besiedelten Stadt Gladbeck gibt es nicht nur 11 Naturschutzgebiete, sondern auch 12 Parks, kleinere und größere. Den Wittringer Park kennen viele – ist auch der flächenmäßig größte Park in der Stadt – aber es gibt auch einige kleinere Parks, die im Verborgenen liegen. Und – wer weiß schon, dass der älteste Park schon 1902 in einer Privatinitiative angelegt wurde?

Im Rahmen einer Fahrradtour werden alle 12 Gladbecker Parks angefahren und vor Ort vorgestellt.

Wetterfeste unempfindliche Kleidung ist erforderlich! Unterwegs wird eine Verpflegungspause gemacht (bitte eigene Verpflegung mitbringen). Teilnahmevoraussetzung ist neben einem verkehrssicheren Fahrrad die Freude am Radfahren. Ein Helm wird empfohlen. Das Tempo ist eher gemächlich, von dem Angebot können sich deshalb auch Familien angesprochen fühlen. Die Fahrtstrecke geht mit Pausen über ca. 30 Kilometer.

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

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Radtour.

Leitung: Dr. Dieter Briese
Termin: Sa, 19.9.2026, 13.30 - 18.30 Uhr
Treffpunkt: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 6,00 €

203 Gasometer Oberhausen: Mythos Wald Ausstellungsbesuch mit Führung

Ein urzeitlicher Riesenhirsch, Wolfsgeheul, preisgekrönte großformatige Bilder, der schlafende Bär und dazu die größte Indoor-Lichtskulptur der Welt – die Ausstellung „Mythos Wald“ erweckt unsere Wälder zum Leben und zeigt zugleich deren atemberaubende Schönheit.

In unterschiedlichen Kapiteln präsentiert „Mythos Wald“ die Diversität unserer Waldgebiete, deren Ökosysteme so unterschiedlich sind, wie die Klimazonen in denen sie vorkommen. Um den Äquator liegen die tropischen Regenwälder mit ihrer verschwenderischen Fülle, die mächtigsten Baumriesen wachsen tausende Kilometer weiter nördlich in Kalifornien und in den Transsilvanischen Alpen findet sich Europas letzter Urwald. Facettenreich ist der oft in Märchen und Sagen vorkommende Deutsche Wald mit seinen Eichen, Buchen, Fichten oder Kiefern und gilt dabei auch als Sehnsuchtsort. Neben der Flora steht ebenso die beeindruckende Fauna im Zentrum der sehenswerten Ausstellung, wie zum Beispiel Wolf, Faultier, Eule oder Braunbär.

204 Die neue Emschermündung in Dinslaken Führung

Dr. Dieter Briese ist ausgebildeter Emscherguide und führt die Gruppe durch die neu gestaltete Emschermündung im benachbarten Dinslaken. Mit der Verlegung der Emschermündung in den Rhein um rd. 500 Meter nördlich verwandelte die Emschergenossenschaft einen einst geradlinigen Fluss wieder in eine weitläufige und nahezu ursprüngliche Auenlandschaft, mit neuen Lebensräumen für Flora und Fauna am Niederrhein. Die Renaturierungsarbeiten wurden im Sommer 2025 nach mehr als zehnjähriger Bauzeit abgeschlossen.

Bei diesem Ausstellungsbesuch erfolgt die Anfahrt individuell, d. h. die Teilnehmenden fahren selbst nach Oberhausen.

Die Gruppe trifft sich an der Kasse des Gasometers. Nach der Führung besteht die Gelegenheit zum weiteren Verweilen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Ausstellungsbesuch.

Leitung: Dr. Dieter Briese
Termin: Di, 22.9.2026, 11.45 - 13.30 Uhr
Treffpunkt: Gasometer Oberhausen, Arenastraße 11
Entgelt: 22,00 € (Eintritt, Führung)



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

Letzter Rücktrittstermin: 5 Tage vor dem Termin.

Leitung: Dr. Dieter Briese
Termin: Do, 24.9.2026, 14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Am Hagelkreuz, 46535 Dinslaken
Entgelt: 6,00 € (Verwaltungskostenanteil der VHS) – die Führung der Emschergenossenschaft ist kostenlos.



Waldohreule
© Solvin Zankl

205 Betriebsbesuch bei Teekanne in Düsseldorf

Auf der zweistündigen Werkstour begeben sich Tee-Fans auf eine Reise in die Welt des Tees und erhalten einen umfassenden Eindruck von der Herstellung der verschiedenen Sorten. Der Betriebsbesuch beginnt mit einem Unternehmensfilm im Besucherzentrum. Hier erfahren die Gäste alles über die mehr als 140-jährige Geschichte des Unternehmens und der Traditionsmarke. Nach dem Film steht eine Besichtigung der Produktion auf dem Programm. Hier wird unter anderem gezeigt, wie der Tee in den Doppelkammerbeutel kommt. Im Anschluss besteht noch die Möglichkeit zu einem Besuch des Werkverkaufs.



Bitte tragen Sie bequeme und flache Schuhe, da wir durch die Werkhallen einige Meter zurücklegen werden.

Die Anreise erfolgt individuell, d.h. die Gruppe trifft sich vor Ort. Parkmöglichkeiten befinden sich auf der Kevelaerer Str. 33.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Betriebsbesuch

Leitung: Rainer Stobbe
Termin: Di, 29.9.2026, 14.15 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Tor 1, Kevelaerer Str. 21-23, 40549 Düsseldorf
Entgelt: 10,00 € (Führung, Verwaltungskostenanteil der VHS)

206 Umwelttour zum Abfallkraftwerk AGR-RZR Herten Betriebsbesuch

Die Abfallentsorgungs-Gesellschaft Ruhrgebiet (AGR) betreibt mit dem Abfallkraftwerk RZR (Rohstoffrückgewinnungs-Zentrum Ruhr) in Herten-Süd einen Anlagenkomplex zur thermischen Behandlung von Siedlungs- und Gewerbeabfällen sowie neuindustriellen Sonderabfällen. Dieser verfügt über 4 Verbrennungslinien für Siedlungs- und Gewerbeabfälle sowie 2 für industrielle Sonderabfälle an einem gemeinsamen Standort. Das ist europaweit einzigartig. Jährlich werden hier insgesamt rund 700.000 Tonnen Abfälle thermisch behandelt. Mit der hieraus gewonnenen Energie liefert das Abfallkraftwerk jährlich Energie zur Stromversorgung von umgerechnet über 50.000 Haushalten. 25.000 Haushalte versorgt sie zusätzlich mit klimafreundlicher Wärme.



Mit dem Rundgang durch das Abfallkraftwerk bekommen die Besucher:innen einen Einblick in die Prozesse der sicheren und umweltgerechten Abfallentsorgung und erfahren dabei, welchen Weg der Abfall von der Tonne zu Hause über das Abfallkraftwerk bis hin zur Gewinnung von Energie und Wertstoffen nimmt.

Bitte festes Schuhwerk und unempfindliche Kleidung tragen, die Beine und Arme müssen komplett bedeckt sein. Schutzkleidung wie Helme, Sicherheitswesten und Schutzbrillen werden gestellt.

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

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Betriebsbesuch.

Leitung:	Rainer Stobbe
Termin:	Do, 1.10.2026, 13.45 - 17.00 Uhr
Treffpunkt:	Im Emscherbruch 11, 45699 Herten
Entgelt:	6,00 € (Verwaltungskostenanteil der VHS)

207 RAG-Leitwarte Zeche Pluto Betriebsbesuch

Im Jahr 2018 endete der Steinkohlenbergbau nach rd. 150 Jahren in Deutschland mit der Schließung der Zeche Prosper Haniel in Bottrop. Jedoch endete damit nicht die Arbeit der RAG. Mit der Eröffnung der neuen Leitwarte am Standort Zeche Pluto in Herne-Wanne 2019 setzte die RAG einen weiteren Meilenstein für die Nachbergbauzeit.



In der Leitwarte laufen alle Fäden zusammen, um die Aufgaben des Nachbergbaus zu steuern und zu kontrollieren. Rund um die Uhr überwachen die Mitarbeiter:innen des Leitstands mit modernster Übertragungstechnik eine Vielzahl von Anlagen und deren Prozesse. Dazu zählen neben der wettertechnischen Überwachung der Grubengebäude auch die Wasserhaltungen an allen relevanten Standorten nicht nur im Ruhrgebiet. Wir schauen den Mitarbeiter:innen an diesem Tag über die Schultern und lassen uns die vielfältigen technischen Prozesse aus erster Hand erläutern.

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

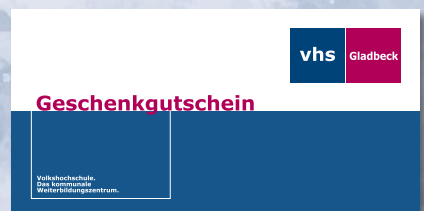
Anmeldeschluss / Abmeldeschluss: 14 Tage vor dem Betriebsbesuch.

Leitung:	Rainer Stobbe
Termin:	Di, 13.10.2026, 13.45 - 17.00 Uhr
Treffpunkt:	RAG Standort Pluto, Wilhelmstr. 98, 44649 Herne-Wanne
Entgelt:	6,00 € (Verwaltungskostenanteil der VHS)

Geschenkkidee 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.



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, Öl-auszüge und Tinkturen.

Bitte bringen Sie eine Tasse und heißes Wasser mit. Es wird ein Tee aus frisch gepflückten Kräutern aufgegossen.



© Silke Jung-Menrath

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

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Veranstaltung.

220 – 222

Lama-Park-Wanderung

Angeleitet und begleitet von engagierten Fachkräften erleben Sie eine (ent-)spannende Begegnung mit Lamas. Wandern Sie gemeinsam mit diesen achtsamen, freundlichen und vorsichtigen Tieren aus Südamerika durch die Parklandschaft des Gesundheitsparks Nienhausen in Gelsenkirchen. Die Wanderung ist für Menschen ab 6 Jahren geeignet. Kinder können nur in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Wanderung.

217

Wildes aus Blüten, Blättern, Wurzeln, Beeren und Samen Wildpflanzen-Exkursion durch den Wittringer Wald

Leitung: Silke Jung-Menrath
Termin: Mi, 30.9.2026, 17.30 - 19.30 Uhr
Treffpunkt: Holzbrücke am Wasserschloss Wittringen, Burgstr. 64
Entgelt: 5,00 €

218

Wildes aus Blüten, Blättern, Wurzeln, Beeren und Samen Wildpflanzen-Exkursion durch den Wittringer Wald

Leitung: Silke Jung-Menrath
Termin: Mi, 7.10.2026, 17.30 - 19.30 Uhr
Treffpunkt: Holzbrücke am Wasserschloss Wittringen, Burgstr. 64
Entgelt: 5,00 €



© Prachtlamas

220

Lama-Park-Wanderung Gruppe 1

Leitung: Andrea Eikelmann
Beate Pracht
Termin: Fr, 28.8.2026, 16.00 - 18.00 Uhr
Treffpunkt: Gesundheitspark Nienhausen, Feldmarkstr. 209, Gelsenkirchen (Prachtlamas neben dem Kinderburg-Café)
Entgelt: 30,00 € (keine Ermäßigung) / Kinder (von 6-13 Jahren) 26,00 €

219

Batmans kleine Geschwister – Fledermausbeobachtung im Nordpark

Fledermäuse waren früher weit verbreitet und erfreuten den Naturfreund durch ihre geheimnisvolle Lebensweise. Doch ist in den letzten Jahrzehnten ein dramatischer Rückgang dieser nützlichen nächtlichen Insektenjäger zu verzeichnen: Alle 20 in NRW heimischen Fledermausarten stehen auf der „Roten Liste“ der vom Aussterben bedrohten Tier- und Pflanzenarten.

Bei der abendlichen Exkursion werden mit Hilfe von Ultraschall-Detektoren und Scheinwerfern Fledermäuse aufgespürt und dabei Interesse an den bedrohten Fledermäusen geweckt, bestehende Vorurteile ihnen gegenüber abgebaut sowie die Notwendigkeit und Möglichkeiten für den Schutz dieser Tiere aufgezeigt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Abend.

Leitung: Michael Korn
Termin: Fr, 11.9.2026, 20.30 - 22.00 Uhr
Treffpunkt: Konrad-Adenauer-Allee/ Ecke Talstraße
Entgelt: 5,00 € / Kinder bis 14 Jahre 2,50 €

221

Lama-Park-Wanderung Gruppe 2

Leitung: Andrea Eikelmann
Beate Pracht
Termin: Sa, 19.9.2026, 11.00 - 13.00 Uhr
Treffpunkt: Gesundheitspark Nienhausen, Feldmarkstr. 209, Gelsenkirchen (Prachtlamas neben dem Kinderburg-Café)
Entgelt: 30,00 € (keine Ermäßigung) / Kinder (von 6-13 Jahren) 26,00 €

222
Lama-Park-Wanderung
 Gruppe 3

Leitung: Andrea Eikelmann
 Beate Pracht
Termin: So, 15.11.2026, 14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Gesundheitspark Nienhausen,
 Feldmarkstr. 209, Gelsenkirchen
 (Prachtlamas neben dem
 Kinderburg-Café)
Entgelt: 30,00 € (keine Ermäßigung) /
 Kinder (von 6-13 Jahren) 26,00 €



Burg Vischering
 © Münsterland e.V.,
 Philipp Foelting

226
Mit dem Rad zur Burg Vischering und Blaudruckerei Lüdinghausen

Mit dem Zug fahren Sie vom Bahnhof Gladbeck West nach Haltern. Mit dem Rad geht es dann zum Halterner Stausee. Am Mühlenbach längs radeln Sie weiter zum Haus Sythen. Nach kurzem Halt bringt Sie die Radroute am Flugplatz Borkenberge vorbei durch Ondrup zum Dortmund-Ems-Kanal. Über den Kanal kommen Sie bald zur Burg Vischering und schließlich zur Blaudruckerei in Lüdinghausen, die zum immateriellen Kulturerbe der UNESCO gehört.

In der Blaudruckerei erhalten Sie zunächst von Frau Schlüter-Bender, die jahrzehntelange Erfahrung und Fachwissen besitzt, und durch ihre Leidenschaft ihre Arbeit mit Handwerk, Kunst und kulturellem Erbe verbindet, eine Einführung in die Geschichte

225
Mit dem Rad zur Ziegenkäsewelt Haltern

Von der VHS Gladbeck radeln Sie durch Wald und Felder nach Altendorf-Ulfkotte. Bald führt die Radroute nach der Hüfeldhalde zwischen Wesel-Datteln-Kanal und Lippe mit Blick auf die Halde „Lipper Höhe“ zur Trasse der ehemaligen Hamburg-Venlo-Bahnstrecke. Auf diesem Bahnradweg geht es dann mit Halt beim ehemaligen Rittergut Haus Ostendorf durch Felder und Wald zu einem Baumtunnel und Sie erreichen die Ziegenkäsewelt Haltern, gelegen zwischen Moor und Heide.

Beim Hofrundgang erfahren Sie, wie aus einem bäuerlichen Familienbetrieb ein Zentrum hochwertiger Käseproduktion geworden ist. Sie lernen dabei die Ziegenkäseherstellung und natürlich die Ziegen selbst kennen. Die Vielfalt der handgefertigten Ziegenkäseprodukte reicht von mildem Frischkäse bis hin zu aromatischen Spezialitäten. Zum Abschluss der Führung probieren Sie beim Käseimbiss die Käseköstlichkeiten des Ziegenkäsehofes Andres.

Auf dem Rückweg radeln Sie zunächst zu einem Bauernhof-Café in Lippramsdorf. Nach der Kaffeepause führt die Radroute wieder zur Bahntrasse der ehemaligen Bahnstrecke Hamburg – Venlo und über Lippe und Wesel-Datteln-Kanal zur Halde „Lipper Höhe“. Vorbei an der Halde Brassert radeln Sie weiter zum Obstbaumuseum in Marl. Durch Polsum mit der Skulptur „Polsumer Möppel“ kommen Sie zum Schloss Lüttinghoff, und vorbei an dem Zechenpark Bergmannsglück kehren Sie nach Gladbeck zurück.

Die Strecke beträgt ca. 65 km

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

Leitung: Heinrich Praß
Termin: Sa, 22.8.2026, 9.00 - 17.30 Uhr
Treffpunkt: VHS Gladbeck, Friedrichstr. 55
Entgelt: 13,20 € (inkl. Käseimbiss)

des Blaudrucks. Anschließend lernen Sie in der Färberei mit dem großen Färberbrunnen und der Werkstatt die Technik des Blaudrucks kennen und wie man beim Färben mit Indigo sein blaues Wunder erleben kann. Danach können Sie sich die Kunstwerke von Frau Schlüter-Bender ansehen, die auch in Museen zu finden sind, wie z. B. im Heimatmuseum Marl. 1990 waren sie auch in der Ausstellung der Handwerkskammer München. zu sehen

Von der Blaudruckerei radeln Sie zum Café INDIGO am Klutensee. Nach der Kaffeepause geht es mit dem Rad zum Rosengarten Seppenrade. Nach einem Parkrundgang führt die Radroute am Seppenrader Riesenammoniten vorbei durch Felder und Wald zum Hul-

lerner Stausee. Danach begleitet die Stever die Radler zum Haltener Stausee und bald wird Haltern erreicht. Durch die Fußgängerzone kommen Sie nun am Alten Rathaus vorbei zum „Essener Überfall“ Brunnen und schließlich zum Bahnhof. Nach ungefähr 50 Kilometern bringt Sie der Zug dann zurück nach Gladbeck.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

Leitung: Heinrich Praß
Termin: Sa, 5.9.2026, 8.45 - 18.00 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Gladbeck West
Entgelt: 26,20 € (inkl. Bahnfahrt mit Radtransport)

Online-Vortragsreihe der Verbraucherzentrale NRW in Kooperation mit den Volkshochschulen



Mit unabhängigem 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 langfristig Kosten zu sparen, den Komfort zu steigern und Impulse für den Klimaschutz zu setzen. Die Online-Vorträge sind kostenlos und werden gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie.



243 – 245 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. Im Vortrag zeigt Energieberater Dr. Reinhard Loch, welche Maßnahmen für die energetische Modernisierung der eigenen Immobilie sinnvoll sind und gibt einen Überblick über Materialien, Bauteile und Systeme. Außerdem werden die Themen Kosten und Förderungen besprochen.

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

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

243 Energetisch sanieren – vom Keller bis zum Dach Online-Vortrag

Leitung: Reinhard Loch
Termin: Mi, 14.10.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

244 Energetisch sanieren – vom Keller bis zum Dach Online-Vortrag

Leitung: Reinhard Loch
Termin: Mi, 9.12.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

245 Energetisch sanieren – vom Keller bis zum Dach Online-Vortrag

Leitung: Reinhard Loch
Termin: Mi, 9.12.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

240 – 242 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. Im Vortrag „Wärmepumpe und ihre Alternativen“ erläutern die Energieberater:innen Volker Butzbach und Sabine Breil die Grundlagen von Wärmepumpentypen, aber auch andere mögliche Heiztechniken und ihre Einsatzmöglichkeiten. Außerdem werden die Themen Kosten und Förderungen besprochen.

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

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

240 Neue Heizung – Wärmepumpe und ihre Alternativen Online-Vortrag

Leitung: Volker Butzbach & Sabine Breil
Termin: Mo, 5.10.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online



241 Neue Heizung – Wärmepumpe und ihre Alternativen Online-Vortrag

Leitung: Volker Butzbach & Sabine Breil
Termin: Mo, 2.11.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

242 Neue Heizung – Wärmepumpe und ihre Alternativen Online-Vortrag

Leitung: Volker Butzbach & Sabine Breil
Termin: Mo, 7.12.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

246 – 248
Sonnenstrom vom Dach
 Online-Vortrag



Strom vom eigenen Hausdach lohnt sich am meisten, wenn er vor Ort verbraucht wird. Doch das ist nicht so einfach, weil die meiste Energie im Privathaushalt morgens und abends benötigt wird, wenn die Sonne kaum scheint. Mit Batterien wird die Energie nach Sonnenuntergang nutzbar. Im Vortrag wird erläutert, welche Chancen die staatlich geförderte Technologie für Privathaushalte bereithält. Unabhängigkeit und Klimaschutz spielen dabei ebenso eine Rolle wie finanzielle Erwägungen, praktische Tipps und Hinweise auf Stolperfallen.

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

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

246
Sonnenstrom vom Dach
 Online-Vortrag

Leitung: Dirk Moberes & Ivan Dimitrov
Termin: Do, 17.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

247
Sonnenstrom vom Dach
 Online-Vortrag

Leitung: Dirk Moberes & Ivan Dimitrov
Termin: Do, 15.10.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

248
Sonnenstrom vom Dach
 Online-Vortrag

Leitung: Dirk Moberes & Ivan Dimitrov
Termin: Do, 19.11.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

249 – 251
Sonnenstrom vom Balkon
 Online-Vortrag



Solarenergie erzeugen, ohne direkt eine Photovoltaik-Anlage auf dem Dach zu haben, ist einfacher als gedacht. Die Lösung dafür sind Solar-Module, die sich am Balkon, an der Hauswand oder auf dem Garagendach betreiben lassen. Sie produzieren klimafreundlichen Strom, senken die eigenen Stromkosten und machen unabhängiger vom Stromversorger. So können auch Mieter:innen die Energiewende voranbringen. Wie das geht und was zu beachten ist, erklären die Energieberater Dirk Moberes und Iván Dimitrov in diesem Online-Vortrag.

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

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

249
Sonnenstrom vom Balkon
 Online-Vortrag

Leitung: Dirk Moberes & Ivan Dimitrov
Termin: Di, 13.10.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

250
Sonnenstrom vom Balkon
 Online-Vortrag

Leitung: Dirk Moberes & Ivan Dimitrov
Termin: Di, 10.11.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

251
Sonnenstrom vom Balkon
 Online-Vortrag

Leitung: Dirk Moberes & Ivan Dimitrov
Termin: Di, 8.12.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

252 – 254
Spitze bei Hitze – Das hitzerobuste Haus
 Online-Vortrag



Mit der Veränderung des Klimas in Folge der Erderwärmung treten immer häufiger extreme Hitzeperioden auf. Temperaturen im Sommer über 35 °C führen zu Überhitzung von Innenräumen. Welche Möglichkeiten der Vorsorge Gebäudeeigentümer:innen gegen diese Klimafolge treffen können, erklärt Energieberater Jens Blome in seinem Online-Vortrag. In einem kurzen Exkurs geht er außerdem auf Starkregen und daraus resultierende mögliche Schäden sowie präventive Maßnahmen ein.

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

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

252
Spitze bei Hitze – Das hitzerobuste Haus
 Online-Vortrag

Leitung: Jens Blome
Termin: Di, 15.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

253
Spitze bei Hitze – Das hitzerobuste Haus
 Online-Vortrag

Leitung: Jens Blome
Termin: Di, 20.10.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online

254
Spitze bei Hitze – Das hitzerobuste Haus
 Online-Vortrag

Leitung: Jens Blome
Termin: Di, 17.11.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Online



Fachbereichsleitung

Agnes Smeja-Lühr
Stellv. Leiterin der VHS
Tel.: 99 24 18
E-Mail: agnes.smeja-luehr@stadt-gladbeck.de

**EDV &
neue Medien**

Kursübersicht EDV & neue Medien

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

- 10 flinke Finger – Tastschreibkurse in den Ferien
- EDV-Grundlagen mit Muße am Vormittag

321 – 329
Android-Smartphone, Google-Konto, Google Fotos, IT-Sicherheit, Linux Mint, Nextcloud

- Android-Smartphone am Vormittag
- Google Fotos
- Arbeiten mit dem Google-Konto
- IT-Sicherheit
- Linux Mint
- Nextcloud

360 – 379
Webseiten mit WordPress, Elektronische Patientenakte, Navigation mit Komoot, DB Navigator, KI trifft Weiterbildung: Bildungsurlaub KI-Tools für die berufliche Praxis, KI live, KI auf Bestellung, ChatGPT, Google Gemini, Microsoft Copilot, Perplexity.AI, NotebookLM, Prompting

- Die eigene Webseite mit WordPress
- Elektronische Patientenakte
- Navigation mit Komoot
- DB Navigator
- KI trifft Weiterbildung: Bildungsurlaub „KI-Tools für die berufliche Praxis“
- KI trifft Weiterbildung: KI live
- KI trifft Weiterbildung: Kurse auf Bestellung
- ChatGPT, Google Gemini, Microsoft Copilot, Perplexity.AI
- NotebookLM
- Prompting-Workshop

390 – 399
iPhone & iPad, MacBook & iMac

- 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!

**Sie haben Fragen?**

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

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 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 ermäßigten Preis – bitte bei der Anmeldung den Nachweis vorlegen.

Leitung: Irene Wischermann
Termine: Mo, 27.7.2026 - Do, 30.7.2026, 9.30 -12.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 4 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 45,60 € (keine Ermäßigung)
Sachkosten: 8,00 €

303 10 flinke Finger – Tastschreiben heute Blockkurs in den Herbstferien 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: Mo, 19.10.2026 - Do, 22.10.2026, 9.30 -12.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 4 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 45,60 € (keine Ermäßigung)
Sachkosten: 8,00 €

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 Intensivseminar in der Kleingruppe

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, 3.11.2026, 9.00 - 12.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 3 Termine, 12 U.Std.
Entgelt: 56,40 € (keine Ermäßigung)
Sachkosten: 6,00 €

316

EDV mit Muße – Modul II

Intensivseminar in der Kleingruppe

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.

Leitung: Klaus Wohlfarth
Termine: ab Di, 24.11.2026, 9.00 - 12.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 3 Termine, 12 U.Std.
Entgelt: 56,40 € (keine Ermäßigung)
Sachkosten: 6,00 €

321 – 322

Android auf Smartphone – Grundkurse

Intensivseminare in der Kleingruppe

Entdecken Sie in diesen Kursen die grundlegende Bedienung Ihres Smartphones. Sie sind 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.

321

Android auf Smartphone – Grundkurs

Intensivseminar in der Kleingruppe

Leitung: Thorsten Bachner
Termin: Mi, 23.9.2026, 9.00 - 12.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 24,60 € (keine Ermäßigung)

322

Android auf Smartphone – Grundkurs

Intensivseminar in der Kleingruppe

Leitung: Thorsten Bachner
Termin: Fr, 9.10.2026, 9.00 - 12.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 24,60 € (keine Ermäßigung)

323

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.

Leitung: Thorsten Bachner
Termin: Fr, 6.11.2026, 9.00 - 12.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 24,60 € (keine Ermäßigung)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

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

Intensivseminar in der Kleingruppe

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.

Leitung: Thorsten Bachner
Termin: Fr, 13.11.2026, 9.00 - 12.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 24,60 € (keine Ermäßigung)

325 Das Google-Konto – Datenschutz und Datensicherheit

Intensivseminar in der Kleingruppe

Das Google-Konto ist das Herzstück eines Android-Smartphones. Erst mit der Anmeldung bei Google können wir die auf einem Smartphone installierten Dienste geräteübergreifend nutzen.

Im Google-Konto verwalten wir persönliche Daten und tätigen grundlegende Einstellungen zum Datenschutz und der Datensicherheit.

Themen:

- Zweifaktor-Authentifizierung
- Passkeys und Sicherheitsschlüssel
- Schutz der Privatsphäre: der Privatsphärecheck
- Der Sicherheitscheck
- Der Google Passwort-Manager
- PlayStore: Zahlungen und Abo

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Thorsten Bachner
Termin: Fr, 27.11.2026, 9.00 - 12.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 24,60 € (keine Ermäßigung)

326 Sicher mit Smartphone und PC – IT-Sicherheit für den Alltag

Intensivseminar in der Kleingruppe

Die Empfehlungen des Bundesamts für Sicherheit in der Informationstechnik (BSI) richtig umsetzen: In diesem praxisnahen Seminar erfahren Sie, wie Sie sich mit einfachen Mitteln wirksam schützen können. Grundlage sind die 10 Basistipps des BSI, die zeigen: Sicherheitsupdates, starke Passwörter, Zwei-Faktor-Authentifizierung, Virenschutz und eine Firewall bilden das Fundament für mehr Sicherheit – und all das lässt sich ohne tiefes Technikwissen umsetzen.

Themen im Überblick:

- Aktuelle Bedrohungen verstehen: Was sind Phishing, Ransomware und Co.?
- Updates, Virenschutz und Firewall: Warum sie unverzichtbar sind und wie man sie einrichtet
- Passwörter & Zwei-Faktor-Authentifizierung: Sicher und trotzdem handhabbar
- Browser und E-Mail-Programm unter dem Aspekt der Sicherheit konfigurieren.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Thorsten Bachner
Termin: Fr, 4.12.2026, 9.00 - 12.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 24,60 € (keine Ermäßigung)



vhs

Gladbeck

327 A – 327 E**Digitale Souveränität: Linux Mint für Ein- und Umsteiger:innen**

Mit dem Ende von Windows 10 suchen viele Nutzer:innen nach einer sicheren und unkomplizierten Alternative. Linux Mint ist

ein freies Betriebssystem, das besonders benutzerfreundlich ist und sich optisch stark an Windows orientiert. In dieser Ver-

anstaltungsreihe lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie Linux Mint installieren, bedienen und im Alltag nutzen.

327 A**Modul 1: Einstieg in Linux Mint – Installation und erste Schritte**

Intensivseminar in der Kleingruppe

Sie möchten Linux Mint als einfache Alternative zu Windows kennenlernen? In diesem Kurs machen Sie die ersten Schritte mit dem Betriebssystem und lernen, es praktisch zu nutzen.

Inhalte:

- Linux Mint gefahrlos testen: Live-System vom USB-Stick starten
- Installation Schritt für Schritt
- Dual Boot: Linux Mint und Windows parallel nutzen
- Benutzeroberfläche kennenlernen: Menü, Dateien, Einstellungen
- Erste praktische Übungen für den Alltag

Zielgruppe: Alle, die Linux Mint ausprobieren oder den Umstieg von Windows vorbereiten möchten.

Starten Sie jetzt und legen Sie die Basis für Ihren sicheren Linux-Einsatz!

Hinweis: Bitte bringen Sie zum Kursabend nach Möglichkeit Ihren eigenen Laptop mit, um die Installation von Linux Mint durchführen zu können. Nehmen Sie auf jeden Fall vorab eine **Datensicherung** an Ihrem Rechner vor, da im Falle eines evtl. Datenverlusts keine Haftung übernommen werden kann.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar

Leitung: Thorsten Bachner
Termin: Do, 17.9.2026, 18.00 - 20.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 19,90 € (keine Ermäßigung)

327 B**Modul 2: Arbeiten mit Linux Mint – Programme und Anwendungen**

Intensivseminar in der Kleingruppe

Sie haben Linux Mint installiert und möchten nun richtig loslegen? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit den wichtigsten Programmen arbeiten, zusätzliche Anwendungen installieren und Ihren Computer für den Alltag optimal nutzen.

Inhalte:

- Standardprogramme für Internet, E-Mail, Signal, WhatsApp, Textverarbeitung, Tabellen und Grafik
- Softwareverwaltung: Programme installieren und aktualisieren
- Dateien und Ordner organisieren
- Praktische Tipps für den Umstieg von Windows

Zielgruppe: Alle, die bereits erste Erfahrungen mit Linux Mint gesammelt haben und das System aktiv im Alltag einsetzen möchten. Werden Sie fit für den täglichen Einsatz von Linux Mint!

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar

Leitung: Thorsten Bachner
Termin: Do, 1.10.2026, 18.00 - 20.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 19,90 € (keine Ermäßigung)

327 C**Modul 3: Linux Mint – Im Alltag effizient arbeiten und anpassen**

Intensivseminar in der Kleingruppe

Sie möchten Linux Mint optimal im Alltag nutzen? In diesem Kurs lernen Sie, das System an Ihre persönlichen Bedürfnisse anzupassen und alle praktischen Funktionen effizient einzusetzen.

Inhalte:

- Desktop individuell einrichten
- Drucker, Scanner und andere Geräte anschließen
- Nützliche Zusatzprogramme entdecken
- Tipps & Tricks für den reibungslosen Alltagseinsatz
- Wine: Windows-Programme unter Linux nutzen
- Spielen unter Windows? Geht das unter Linux?

Zielgruppe: Alle, die Linux Mint bereits installiert haben und das System flexibel und effizient im Alltag einsetzen möchten. Machen Sie Linux Mint zu Ihrem praktischen Alltagsbegleiter!

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar

Leitung: Thorsten Bachner
Termin: Do, 15.10.2026, 18.00 - 20.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 19,90 € (keine Ermäßigung)

Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:
www.vhs-gladbeck.de



327 D

Modul 4: Linux Mint – Sicherheit und Updates

Intensivseminar in der Kleingruppe

Damit Linux Mint zuverlässig und sicher läuft, ist es wichtig, regelmäßige Updates durchzuführen und Daten zu schützen. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr System absichern und Backups effizient nutzen.

Inhalte:

- Regelmäßige Updates durchführen
- Virenschutz: Was wirklich notwendig ist
- Nutzerkonten und Zugriffsrechte sicher verwalten
- Umgang mit Daten und Backups
- Timeshift: Die smarte Backup-Lösung

Zielgruppe: Alle, die Linux Mint bereits nutzen und ihr System sicher, stabil und zuverlässig betreiben möchten.

Sorgen Sie für maximale Sicherheit und bleiben Sie flexibel mit Linux Mint!

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar

Leitung: Thorsten Bachner

Termin: Do, 5.11.2026, 18.00 - 20.15 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgelt: 19,90 € (keine Ermäßigung)

327 E

Modul 5: Nextcloud – Die unabhängige Cloudlösung

Intensivseminar in der Kleingruppe

Nextcloud ist die führende Open-Source-Lösung für sichere Dateiablage, Zusammenarbeit und digitale Souveränität. In diesem Seminar lernen Sie praxisnah, wie Sie Nextcloud optimal nutzen – privat, für Ihr Team oder Ihr Unternehmen.

Inhalte:

- Dateien sicher verwalten, teilen und organisieren
- Teamarbeit effizient gestalten: Kalender, Aufgaben und Online-Office
- Datenschutz & Sicherheit: volle Kontrolle über Ihre Daten
- Integration in bestehende Systeme und mobile Nutzung

Zielgruppe: IT-Verantwortliche in Unternehmen, Organisationen und alle Anwender:innen, die eine datenschutzkonforme und flexible Alternative zu kommerziellen Cloud-Diensten suchen.

Ihr Vorteil: Sie gewinnen Sicherheit im Umgang mit Daten, optimieren Teamprozesse und nutzen Nextcloud effektiv für alle Arbeitsbereiche.

Jetzt anmelden und digitale Unabhängigkeit mit Nextcloud erleben!

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar

Leitung: Thorsten Bachner

Termin: Do, 19.11.2026, 18.00 - 20.15 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgelt: 19,90 € (keine Ermäßigung)

361

Die eigene Webseite mit WordPress – Planung, Gestaltung, Umsetzung

Wochenendseminar in der Kleingruppe

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 Webspace 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, 10.10., und So, 11.10.2026, 9.15 - 15.45 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Dauer: 2 Termine, 16 U.Std.

Entgelt: 78,70 € (keine Ermäßigung)

Sachkosten: 8,00 €



Ihr direkter Weg zur
VHS-Homepage

364 Einfacher Einstieg in die elektronische Patientenakte (ePA) Intensivseminar in der Kleingruppe

Sie möchten die elektronische Patientenakte (ePA) nutzen, wissen aber nicht genau, wie Sie anfangen sollen? In diesem Seminar zeigen wir Ihnen in ruhiger und verständlicher Atmosphäre Schritt für Schritt, wie Sie die ePA auf Ihrem Smartphone einrichten und bedienen können.

Der Kurs richtet sich an alle, die sich eine geduldige Einführung ohne Fachbegriffe wünschen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.



Samir Heni

Das erwartet Sie:

- was Sie für die Nutzung der ePA benötigen
- gemeinsame Installation der App
- Unterstützung bei Anmeldung und Einrichtung
- einfach erklärte Bedienung der wichtigsten Funktionen
- Zeit für Fragen und individuelle Hilfe

Wichtig: In diesem Seminar geht es ausschließlich um die technische Nutzung der App. Gesundheitsdaten und medizinische Inhalte werden nicht behandelt.

Bitte bringen Sie Ihre elektronische Gesundheitskarte mit sowie – wenn vorhanden – Ihr eigenes Smartphone mit Ladekabel.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Samir Heni
Termin: Di, 22.9.2026, 9.30 - 11.00 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 10,60 € (keine Ermäßigung)



365 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 Nachmittag wird die App Komoot im ganz praktischen Einsatz vorgestellt – am PC und auf dem Smartphone / Tablet. Wie plane ich erste einfache Touren? Wie kann ich Touren von anderen nutzen? Wie kann ich Touren auf dem mobilen Gerät und am PC nutzen? Um diese Fragen wird es gehen.

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

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Michael Braun
Termin: Mo, 28.9.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 15,20 € (keine Ermäßigung)

367 Bahnfahren leicht gemacht: Reisen planen mit dem DB Navigator Intensivseminar in der Kleingruppe

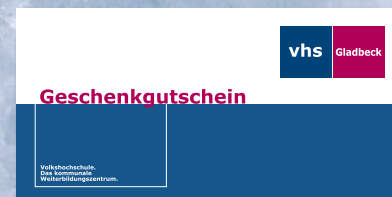
Der DB Navigator als App für Smartphones ist der ideale Reisebegleiter im Nah- und Fernverkehr sowie für U-Bahn, Straßenbahn und Bus und hält in jeder Situation den passenden Service bereit.

In dem Kurs besprechen wir, wie die digitale Buchung von Tickets, auch für Fahrrad oder Hund, im Fern- und Nahverkehr erfolgen kann. Wir werfen einen Blick in die Menüs, in die Reisevorschau, die Echtzeit-Anzeige und vieles mehr.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Michael Braun
Termin: Mo, 28.9.2026, 17.00 - 18.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 15,20 € (keine Ermäßigung)

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.

KI trifft Weiterbildung – Künstliche Intelligenz verstehen und sicher nutzen

Mit unserem Format „KI trifft Weiterbildung“ möchten wir einen barrierearmen Zugang zu Bildung mit Hilfe von KI schaffen und die aktive Teilhabe am gesellschaftlichen Diskurs über KI ermöglichen. Dabei greifen wir praxisrelevante Themenfelder wie Medienkompetenz, berufliche Qualifikation,

Vorschau:

(271) 370

KI-Tools für die berufliche Praxis – Potenziale erkennen und verantwortungsvoll nutzen Bildungsurlaub/Intensivkurs

Künstliche Intelligenz hält zunehmend Einzug in den beruflichen Alltag – von der Text- und Bildgenerierung bis hin zur Datenanalyse oder der Automatisierung von Kommunikationsprozessen. In diesem kompakten dreitägigen Bildungsurlaub erhalten die Teilnehmenden einen fundierten Überblick über zentrale KI-Anwendungen und erproben ihren praktischen Einsatz für den eigenen Berufsalltag.

Im Mittelpunkt stehen leicht zugängliche, leistungsstarke Tools wie ChatGPT, Microsoft Copilot, Google Gemini, Perplexity, Canva, Midjourney, DeepL, Suno oder auch ElevenLabs. Anhand konkreter Anwendungsbeispiele aus verschiedenen Berufsfeldern lernen die Teilnehmenden, wie sie diese Werkzeuge effizient und kreativ nutzen können – z. B. zur Texterstellung, Präsentationsgestaltung, Ideenfindung oder Audio- und Bildproduktion.

Einführend beschäftigen wir uns mit den rechtlichen und ethischen Grundlagen des KI-Einsatzes in Europa. Im Fokus steht dabei ein praxisnaher Überblick über die Inhalte und Auswirkungen des neuen EU AI Acts – und was Unternehmen bei der Nutzung von KI beachten sollten. Der Bildungs-

Sicherheit, Datenschutz und die neuen gesetzlichen Rahmenbedingungen (EU AI Act) auf. Das Kursangebot vermittelt nicht nur Kenntnisse über KI, sondern macht deren Anwendung unmittelbar erfahrbar – für Beruf, Alltag und gesellschaftliche Teilhabe.



urlaub richtet sich an Berufstätige aus allen Branchen, die Chancen und Grenzen von KI besser verstehen und konkrete Tools kompetent in ihren Arbeitsalltag integrieren möchten.

Bitte beachten: Die Kursinhalte können abweichen, da sie stetig den aktuellen Entwicklungen im Bereich der Künstlichen Intelligenz angepasst werden.

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

Leitung:	Michael Braun
Termine:	Di, 5.1., - Do, 7.1.2027, 9.15 - 14.15 Uhr
Ort:	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer:	3 Termine, 18 U.Std.
Entgelt:	104,10 € (keine Ermäßigung)
Sachkosten:	9,00 €

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

372

KI verändert Arbeit – Chancen, Pflichten und Verantwortung Vortrag und Diskussion

Künstliche Intelligenz (KI) verändert unsere Arbeitswelt schneller, als viele erwartet haben. ChatGPT, Copilot oder Perplexity sind längst keine Zukunftsmusik mehr, sondern Teil des Alltags in Unternehmen, Verwaltung und Bildung. Doch mit den neuen Möglichkeiten kommen auch neue Pflichten – rechtlich, organisatorisch und ethisch.

In diesem Vortrag zeigt Michael Braun auf, welche Aufgaben auf Unternehmen, Beschäftigte und die Gesellschaft zukommen, wenn KI zur alltäglichen Arbeitsressource wird. Im Mittelpunkt stehen dabei die Anforderungen des EU AI Act, die Verantwortung von Arbeitgebern, die Qualifizierung der Mitarbeitenden und die ethischen Leitplanken im Umgang mit intelligenten Systemen.

Anhand praxisnaher Beispiele wird deutlich, wie KI heute schon eingesetzt wird. Der Vortrag ordnet ein, welche Chancen sich daraus für den Arbeitsmarkt ergeben, welche Jobprofile und Kompetenzanforderungen sich verändern werden und wie Unternehmen ihre Belegschaft auf den Wandel vorbereiten können. Das soll Grundlage sein für eine abschließende Diskussion, wie wir mit KI-generierten Inhalten umgehen können, wo Grenzen zwischen Automatisierung und Menschlichkeit liegen und welche Verantwortung Führungskräfte und Mitarbeitende tragen.

Leitung:	Michael Braun
Termin:	Mo, 12.10.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Ort:	Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgeltfrei – Anmeldung bis 5 Tage vor dem Termin unter der Tel.-Nr. 99 24 15 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de.

374 A – 374 D**KI live: So kann ich Künstliche Intelligenz im Alltag einsetzen**
Kleingruppenseminare

In unserer „KI live“-Reihe zeigen wir in kleinen Kurs-Häppchen, wie Sie Künstliche Intelligenz im Alltag ganz einfach einsetzen können. Dabei gehen wir in den einzelnen Modulen gezielt auf Anwendungsfälle aus der Praxis ein: Anhand einer konkreten Fragestellung wird die Anwendung der KI gezeigt, so dass man sie zukünftig für diese (und weitere Fälle) einsetzen kann.

Jedes Modul kann separat für sich gebucht werden, es ist keine aufeinander aufbauende Reihe.

374 A**KI live: „Wir kochen mit KI (ChatGPT)“**

Intensivseminar in der Kleingruppe

Was habe ich denn noch im Kühlschrank – und was kann ich daraus kochen? Oder womit kann ich meine Gäste überraschen, wenn sie zum Essen kommen? In diesem Kurs erarbeiten wir, wie man das KI-Tool ChatGPT fürs Kochen einsetzen kann. Wir lassen uns Zubereitungen vorschlagen für das, was noch im Haus ist, fragen nach passenden Rezepten für Allergiker, Veganer oder große Gruppen, und lassen uns für die Rezepte gleich noch die Einkaufsliste aller Zutaten zusammenstellen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor den Seminaren.

Leitung: Michael Braun

Termin: Mo, 14.9.2026, 17.00 - 17.45 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgelt: 4,80 € (keine Ermäßigung)

**374 B****KI live: „Reiseplanung mit KI (ChatGPT & Perplexity)“**

Intensivseminar in der Kleingruppe

Die nächste Reise steht an und Sie wollen sich die Arbeit ersparen, die Sehenswürdigkeiten, Parks und Museen zu einem Reiseplan mühsam zu googeln? Oder Sie haben die Aufgabe, für Ihren Verein oder Ihre Gruppe einen Reiseplan für den nächsten Ausflug zusammenzustellen? Das können Sie ganz schnell in den Griff bekommen – mit KI.

Wir erarbeiten in dem Kurs, wie Sie die beiden KI-Tools ChatGPT und Perplexity anwenden können und wie Sie darin Ihre Reiseplanung erstellen können – von der Zusammenstellung der Programmpunkte über eine Zusammenstellung der möglichen Eintrittspreise und Stationen für kulinarische Pausen bis hin zur Übersicht der öffentlichen Verkehrsmittel, die Sie zwischen den Programmpunkten nutzen können.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor den Seminaren.

Leitung: Michael Braun

Termin: Mo, 14.9.2026, 18.00 - 18.45 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgelt: 4,80 € (keine Ermäßigung)

374 C**KI live: „Eigene Fotos und alte Bilder aufbessern und animieren mit KI (Grok, Gemini)“**

Intensivseminar in der Kleingruppe

Schonmal über einen alten Schuhkarton gestolpert, der noch viele alte Bilder von früher enthält? Leider lässt die Qualität zu wünschen übrig.

Aber KI kann da helfen – von der Optimierung der Qualität bis zu einfachen Animationen der Szene. Das gilt natürlich auch für aktuelle Fotos. Und wer sein eigenes Porträtfoto schonmal mit Hintergründen weit entfernter Urlaubsregionen oder Fantasy-Umgebungen schmücken wollte, bekommt auch hier die richtigen Hinweise, wie sich das mit KI leicht realisieren lässt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor den Seminaren.

Leitung: Michael Braun

Termin: Mo, 14.9.2026, 19.00 - 19.45 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgelt: 4,80 € (keine Ermäßigung)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

374 D

KI live: „Das persönliche Last Minute Weihnachtsgeschenk mit KI erstellen“

Intensivseminar in der Kleingruppe

Das Weihnachtsfest steht vor der Tür, und Sie haben noch nicht das passende Weihnachtsgeschenk für Ihre Liebsten? Dann nutzen Sie doch die Möglichkeiten von Künstlicher Intelligenz, um ein ganz persönliches, individuelles Weihnachtsgeschenk zu erstellen.

In diesem Kurs erfahren Sie nicht nur, wie Sie ein auf den Beschenkten zugeschnittenes Geschenk planen können, sondern Sie können es auch gleich aktiv umsetzen – angefangen Krimi mit dem Beschenkten als Hauptperson über das individuelle Gedicht bis zum individuellen Song, der zum Beispiel die Lebensgeschichte des Beschenkten besingt.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Michael Braun
Termin: Mo, 23.11.2026, 17.00 - 18.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 9,60 € (keine Ermäßigung)



Michael Braun

375

KI-Tools für Alltag und Beruf

Über künstliche Intelligenz als Helfer im Alltag sprechen aktuell alle. ChatGPT schreibt Texte und beantwortet Fragen, Midjourney erstellt Bilder aus Textbeschreibungen, Sora generiert Videos, 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 die aktuell angesagten KI-Tools kennen. Die grundlegenden Funktionen werden gezeigt und einige Beispiele direkt erarbeitet. Gerne können Teilnehmende ihr eigenes, funktionierendes Endgerät mitbringen.

Teilnehmende sollten berücksichtigen, dass es Sinn macht, sich bei den verschiedenen Angeboten im Laufe des Kurses anzumelden.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Michael Braun
Termin: Mo, 7.9.2026, 17.00 - 20.00 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 17,70 €
Sachkosten: 2,00 €

377

KI effektiv nutzen: Prompting Workshop

Intensivseminar in der Kleingruppe

ChatGPT, Copilot, Gemini und andere KI-Anwendungen können beim Schreiben, Recherchieren, Planen oder Lernen eine große Hilfe sein – vorausgesetzt, man weiß, wie man ihnen die richtigen Anweisungen gibt.

Genau hier setzt das sogenannte Prompting an: die Fähigkeit, KI-Systeme gezielt zu steuern, damit sie hilfreiche, präzise und kreative Ergebnisse liefern.

In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie, wie Sie mit guten Eingaben („Prompts“) deutlich bessere Antworten von KI-Systemen erhalten. Sie erfahren, welche Rolle klare Formulierungen spielen und welche Strategien sich in der Praxis bewährt haben. Anhand vieler Beispiele und kleiner Übungen entdecken Sie, wie Sie Prompts Schritt für Schritt verbessern können.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Michael Braun
Termin: Mo, 23.11.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 12,30 € (keine Ermäßigung)
Sachkosten: 1,00 €

**Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:
www.vhs-gladbeck.de**





378

NotebookLM – Mit KI effizient recherchieren, verstehen und schreiben Intensivseminar in der Kleingruppe

Künstliche Intelligenz verändert die Art und Weise, wie wir Informationen recherchieren, strukturieren und verarbeiten. Mit NotebookLM, einer KI-Anwendung von Google, steht ein Werkzeug zur Verfügung, das speziell dafür entwickelt wurde, mit eigenen Dokumenten zu arbeiten und daraus neues Wissen zu erschließen.

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden die grundlegenden Funktionen von NotebookLM kennen. Die Anwendung kann beispielsweise Texte, PDFs oder Notizen analysieren, Inhalte zusammenfassen, Fragen zu Doku-

menten beantworten oder neue Texte auf Basis der bereitgestellten Quellen erstellen. Dadurch eignet sich NotebookLM besonders für Recherche, Lernen, Schreiben und Wissensmanagement.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung:	Michael Braun
Termin:	Mo, 7.12.2026, 18.00 - 18.45 Uhr
Ort:	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt:	4,80 €

379

Die großen LLM-KIs vorgestellt: ChatGPT, Google Gemini, Microsoft Copilot, Perplexity.AI und Mistral im Vergleich

Jeder, der sich mit KI beschäftigt, dürfte inzwischen von ChatGPT gehört haben. Aber in den letzten zwei Jahren sind auch weitere große Large Language Models (LLM) auf den Markt gekommen, die ChatGPT ähneln, aber andere Schwerpunkte haben – und je nach Anwendung andere Vorzüge.

Darauf schauen wir in diesem Kurs – wir stellen alle KI-Tools vor, zeigen außerdem, wie sie anzuwenden sind und eben vor allem, für welchen Zweck sich welches dieser vier Tools am besten eignet.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung:	Michael Braun
Termin:	Mo, 7.12.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort:	Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt:	14,30 €
Sachkosten:	1,50 €

DigitalZeit in der Stadtbücherei

Das digitale Angebot der Stadtbücherei Gladbeck ist vielfältig. Seit vielen Jahren bereits gibt es mit der **Onleihe** ein gut ausgebauten 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 Beratungsangebot bietet

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

Die „**DigitalZeit**“ findet jeden zweiten Dienstag in der Zeit von 16.00 - 18.00 Uhr in der Stadtbücherei statt. Interessierte können sich per E-Mail an digitalzeit@stadtbuecherei-gladbeck.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.

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/)

390 – 399

Einführung in die Apple-Welt

390

iPhone & iPad für Einsteiger:innen – Grundkurs

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 und welche Standard-Apps es gibt.

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

- Aufbau, Bedienung, Gesten sicher anwenden
- Sicher telefonieren und Kontakte verwalten
- Fotos & Kamera – Fotos aufnehmen, speichern und teilen
- Nützliche Alltagsfunktionen – Kalender, Uhr, Wetter, Karten kennenlernen

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

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Arne Lühr

Termin: Mi, 4.11.2026, 18.00 - 21.00 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgelt: 20,20 € (keine Ermäßigung)



395

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 Be-

triebssystem voraus (sowie den Umgang mit Maus und Tastatur) und behandelt die oben aufgeführten Programme des aktuellen macOS-Betriebssystems. Bitte bringen Sie Ihr MacBook bzw. Ihren iMac mit.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Arne Lühr

Termin: Sa, 21.11.2026, 9.30 - 14.30 Uhr

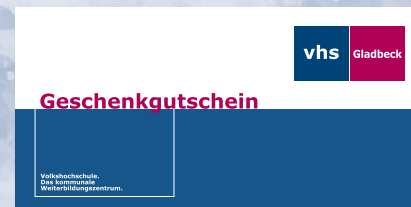
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Entgelt: 29,50 € (keine Ermäßigung)

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.



?



Fachbereichsleitung

Dirk Langer

Leiter der VHS

Tel.: 99 24 49

E-Mail: dirk.langer@stadt-gladbeck.de

**Wirtschaft,
kfm. Praxis
& Recht**

400

Gebündeltes Wissen rund um die Geldanlage – Moderne Strategien mit Garantien, Renditestärke, Guthabenzugriff

Im Kurs werden Besonderheiten aus dem Kapital-, Immobilien-, Versicherungs- und Investmentmarkt besprochen. Man könnte sie als „Geheimwege legitimer Geldvermehrung“ bezeichnen, denn sie sind einem Großteil der Sparer und Anleger vielfach nicht bekannt. Unabhängig vom Alter und Vorkenntnissen der Teilnehmenden gibt dieses Seminar Tipps zu Gewinnsteigerungsmöglichkeiten, dem Einbau nützlicher Anlageflexibilität sowie hohen Sicherheiten und vermittelt auch Basiswissen: Was ist ein Investmentfonds, was ein AIF, eine Fondspolice, etc.? Eine Reihe weiterer spannender

Fragen wird beantwortet, z.B.: Wie kann man Aktienkurschancen nutzen, die gleichzeitig mit einer Festzinsgarantie unterlegt sind? Welcher Automatismus ermöglicht mit Einmalanlagen an Kursabschwüngen zu profitieren und wie erhöht allein die richtige Wahl einer Fondslagerstätte die Rendite? Kann man wirklich permanent zu günstigen Kurspreisen kaufen? Gibt es eine Investmentrente, die nur steigen kann? Bei welcher Kapitalanlage ist der Ertrag von vornherein garantiert aber die Rendite offen? Wer ist der größte Feind der Geldanlage? Abgerundet wird der Vortrag mit einer Reihe

verblüffender Aspekte und AHA-Effekte, die die Teilnehmer:innen versierter mit dem Thema Kapitalanlage umgehen lassen.



Christian Grams

Letzter Rücktrittstermin:
7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Christian Grams
Termin: Sa, 19.9.2026, 13.30 - 17.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 25,00 €

401

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, 13.10.2026, 18.30 - 21.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 20,00 €

402

Gold als Schatz und Währung – Die vielseitige Welt des Goldes und seine zunehmende globale Bedeutung

Gold fasziniert die Menschheit seit Jahrtausenden. Mit einem Streifzug durch die Geschichte wird die Entwicklung von Gold von der symbolischen und kulturellen Bedeutung bis hin zu der Funktion als Zahlungsmittel bis hin zum Goldstandard und als Währungsreserve aufgezeigt.

Doch Gold ist mehr als nur eine historische Größe: Auch heute noch spielt Gold eine wichtige Rolle an den internationalen Finanzmärkten und dient insbesondere in Krisenzeiten als wertbeständige Anlageform. Gegenwärtig befindet sich der Goldpreis auf Rekordniveau, getrieben von den wirtschaftlichen und geopolitischen Problemen und Krisen in der Welt.

Faktoren, die den Goldpreis beeinflussen werden untersucht und die Besonderheiten beim Goldhandel dargestellt. Zudem werden ethische und ökologische Aspekte des Goldbaus thematisiert. Nicht zuletzt wird auf Anlagemöglichkeiten in Gold, die auch für Privat- bzw. Kleinanleger realisierbar sind, dargestellt.

Der Vortrag richtet sich an alle, die sich für Wirtschaft, Geschichte und die faszinierende Welt des Goldes interessieren.

Letzter Rücktrittstermin:
7 Tage vor dem Seminar.



Bernd Martin

Leitung: Bernd Martin
Termin: Di, 3.11.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 12,00 €

**Online-Anmeldungen sind
über die VHS-Homepage möglich:
www.vhs-gladbeck.de**



403 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: Do, 12.11.2026, 18.30 - 21.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 17,20 €

404 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 Vertrag mit dem Pflegeheim?



Dirk Kieslers © Peter Braczko

404 Schulden vermeiden, Geld im Griff – Nachhaltige private Finanzplanung mit praktischen Tipps zur Schuldenprävention und Strategien zum Sparen

Die Verschuldung deutscher Bürger hat in den letzten Jahren stark zugenommen. Insgesamt sind ca. 5,7 Mio. (8,2 %) Menschen überschuldet, wobei die merkliche Zunahme in der Altersgruppe von 18 - 29 Jahre und der über 60-jährigen bedenklich ist. In Gladbeck ist jeder 10. Einwohner überschuldet, insbesondere ist der städtische Süden hiervon betroffen. Mittels einer klugen und vorausschauenden Finanzplanung könnten diese Quoten verringert werden.

Im Rahmen dieses Vortrages werden die verschiedenen Fallstricke, die zu finanziellen Schwierigkeiten bis hin zur Überschuldung und zur Privatinsolvenz führen können, dargestellt, und es wird aufgezeigt, wie durch bewusste Entscheidungen und strategisches Handeln, Schulden vermieden bzw. abgebaut werden können. Von der Analyse persönlicher Finanzen, über die Bedeutung eines soliden Budgets verbunden mit dem intelligenten Umgang mit Krediten bis hin zu Sparstrategien für eine langfristige Vermögensbildung werden konkrete Handlungsempfehlungen gegeben und praktische Beispiele gezeigt, um

Schuldenfallen zu vermeiden, finanzielle Risiken zu minimieren und damit finanzielle Freiheit und Wohlbefinden zu erreichen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Bernd Martin
Termin: Di, 17.11.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

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

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.

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

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Termin.

Leitung: Dirk Kieslers
Termin: Mo, 5.10.2026, 19.00 - 21.45 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 12,00 €

407 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 (insbesondere des Testaments).

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Alexander Unkel
Termin: Di, 6.10.2026, 18.30 - 21.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 12,00 €

Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich: www.vhs-gladbeck.de



408

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 Schwer-

behindertenrecht und dem Recht der Pflegeversicherung geben.

Inhalte:

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

Informationen beim Wohnungskauf:

Wie finde ich heraus, welche Beschlüsse bereits gefasst wurden? Und ob die WEG finanziell gut dasteht?

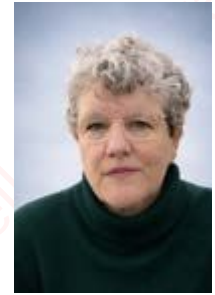
Verwaltung und Beirat:

Welche Aufgaben, Befugnisse und Pflichten haben der Verwalter und der Verwaltungsbeirat?

Das Seminar vermittelt die wesentlichen Grundlagen des Wohnungseigentumsgesetzes (WEG). Behandelt werden u.a. die Unterschiede zwischen Sondereigentum, Gemeinschaftseigentum und Sondernutzungsrechten; die Rollen und Aufgaben von Verwalter und Verwaltungsbeirat. Außerdem sprechen wir über den Ablauf und die Spielregeln der Eigentümerversammlung und gewinnen einen Einblick in Rechte, Pflichten und Mitwirkungsmöglichkeiten als Eigentümer.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Marita Lenz
Termin: Di, 29.9.2026, 18.00 - 20.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 12,00 €



Marita Lenz





Fachbereichsleitung

Silvia Gómez

Tel.: 99 24 55

E-Mail: 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
8. „Leben in Deutschland“ (LiD)
9. 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.



Entgeltermäßigung

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 Werteerhaltung vermittelt.



Jobmesse

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.

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: 165,00 € (keine Ermäßigung)

Im Auftrag des Bundesministeriums des Innern übernimmt die Gesellschaft für Akademische Studienvorbereitung und Testentwicklung e.V. (g.a.s.t.) die Administration und Durchführung des Deutsch-Tests für Zuwanderer (DTZ).

Die VHS Gladbeck ist akkreditiertes Prüfungszentrum für den Deutsch-Test für Zuwanderer (www.gast.de).

g.a.s.t.



Dozentin, Dr. Fitnet Hasekiu

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.



Dozenten für Deutsch als Zweitsprache

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!

Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich: www.vhs-gladbeck.de



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 2026

An-/Abmeldeschluss 6 Wochen vor dem Prüfungstermin.

Termine: Do, 5.11.2026, 18.00 – 19.00 Uhr,
Do, 5.11.2026, 19.15 – 20.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 25,00 € (keine Ermäßigung)



Fachbereichsleitung

Silvia Gómez

Tel.: 99 24 55

E-Mail: 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.



Welche Sprachen können Sie bei uns lernen?

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

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 und 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
sprachtest.cornelsen.de
www.klett.de/einstufungstest
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 Aufbauangeboten, 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

Stufe A1

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

600 Englisch A1 für Anfänger:innen Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Dieser Kurs ist für alle, die kein oder nur sehr wenig Englisch können. Gemeinsam lernen wir die Grundlagen der englischen Sprache. Wir üben einfache Wörter und kurze Sätze für den Alltag, zum Beispiel sich vorstellen, Fragen stellen, einkaufen oder kurze Gespräche führen. Der Schwerpunkt liegt auf Sprechen, Hören und einfachem Verstehen. Der Unterricht findet in ruhigem Tempo statt, ohne Druck – Fehler machen ist erlaubt. Ziel ist es, sich am Ende in einfachen Alltagssituationen auf Englisch verständigen zu können.

Leitung: Veronique Dembeck
Termine: ab Mo, 21.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülsler Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

Palace of Westminster, London



Stufe A2

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

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

Leitung: Annette Böing
Termin: ab Mo, 14.9.2026, 10.15 - 11.45 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

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

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

Leitung: Annette Böing
Termin: ab Do, 17.9.2026, 10.15 - 11.45 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

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

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

Leitung: Annette Böing
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 8.30 - 10.00 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

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

607 F Englisch mit Muße A2.2

Leitung: Annette Böing
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 10.15 - 11.45 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 74,00 €

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

London Eye



Stufe B1

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

Englische Konversation

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.



635 Book Club: Crime Time - English Reading Course (A2/B1) Kleingruppe (5 - 9 Teilnehmende)

This course is designed for learners at A2/B1 level who would like to improve their English through reading, listening, and speaking in a relaxed book club setting. Using short and accessible crime stories from the Crime Time series, participants develop their reading comprehension step by step in an enjoyable and motivating way. Each session focuses on understanding the texts, building essential vocabulary, and practising simple reading strategies to support comprehension. Special attention is given to pronunciation and reading aloud in order to improve fluency and confidence in spoken English.

In addition, participants take part in guided discussions about the stories, characters, and plots. They are encouraged to express

634 F Active English B1

Leitung: Annette Böing
Termine: ab Do, 17.9.2026, 12.00 - 13.30 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 74,00 €

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

637 Englisch Stufe B1.2 Kleingruppe (5 - 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: Easy English B1.1 ab Lektion 7
Zusatzmaterialien zum Lehrwerk „Easy Reader“ werden eingesetzt

Leitung: Emma Webster
Termine: ab Do, 17.9.2026, 16.00 - 17.30 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 11 Termine, 22 U.Std.
Entgelt: 110,00 € (keine Ermäßigung)

their ideas in simple English, ask questions, and interact with others in a supportive learning environment.

The course combines language learning with storytelling and is ideal for learners who enjoy reading and want to improve their English in a communicative and practical way.

The course is taught by an experienced professional native speaker. The reading materials will be announced by the instructor at the beginning of the course.

Leitung: Emma Webster
Termine: ab Do, 17.9.2026, 10.00 - 11.30 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 11 Termine, 22 U.Std.
Entgelt: 110,00 € (keine Ermäßigung)

636 Business English B1+ Kleingruppe (5 - 9 Teilnehmende)

This course is specifically designed for English used in professional and workplace contexts. It is not suitable for holiday, travel, or general everyday language use, but focuses exclusively on communication in business environments.

It is aimed at learners who already have a solid intermediate level (B1) and want to improve their ability to communicate effectively at work or in international professional settings. The course covers practical topics such as business trips, telephone communication, job interviews, CV writing, and attending trade fairs. Learners will also develop vocabulary for key business areas including negotiations, customer service, and general workplace communication.

A strong emphasis is placed on oral communication, particularly speaking and listening skills. Participants will train their ability to understand different accents, including non-native speakers, and improve their confidence in real-time communication. Intercultural communication is an important component, helping learners navigate different professional cultures and expectations. Additional focus is given to negotiations and the differences between American and British English. Reading and writing skills are also developed using authentic business-related materials such as emails, reports, and workplace documents. The course is taught by an experienced professional native speaker. The textbook will be announced by the instructor at the beginning of the course. By the end of the course, participants will be able to communicate more fluently, confidently, and appropriately in a wide range of professional business situations.

Leitung: Emma Webster
Termine: ab Do, 17.9.2026, 17.45 - 19.15 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 11 Termine, 22 U.Std.
Entgelt: 110,00 € (keine Ermäßigung)

639

London – Eine Stadt voller Geschichten
 Vortrag in englischer Sprache

Lyn Michelle Heiming, gebürtig aus der Nähe Londons, nimmt Sie mit auf eine spannende Bilder- und Erzählreise durch Englands Hauptstadt. Entdecken Sie weltbekannte Sehenswürdigkeiten ebenso wie unbekanntere, aber nicht minder faszinierende Orte – und tauchen Sie ein in 1.500 Jahre Stadtgeschichte.

Erfahren Sie, wie die Themse das Stadtbild prägt, welche Rolle berühmte Persönlichkeiten wie Charles Dickens, Guy Fawkes oder Prinz William spielen, und wo das erste englische Wörterbuch entstand.

Fragen wie „Wann wurde Westminster Abbey gebaut – und warum?“, „Wo liegt der Trafalgar Square?“ oder „Was hat es mit dem Namen ‚Buckingham Palace‘ auf sich?“ werden an diesem Abend ebenso beantwortet wie viele andere.

Zum Abschluss besteht die Möglichkeit für Fragen und einen offenen Austausch.

London – A City Full of Stories
 Lecture in English

Lyn Michelle Heiming, originally from the London area, will take you on an exciting visual and storytelling journey through England’s capital. Discover world-famous landmarks as well as lesser-known but equally fascinating places – and delve into 1,500 years of the city’s history.

Learn how the Thames shapes the city’s character, the role played by famous figures such as Charles Dickens, Guy Fawkes, and Prince William, and where the first English dictionary was written.

Questions like “When and why was Westminster Abbey built?”, “Where is Trafalgar Square?”, or “What’s the story behind Buckingham Palace’s name?” will all be answered during the evening, along with many more.

The talk will finish with time for questions and an open discussion.



Tower Bridge, London

Leitung: Lyn Michelle Heiming
Termin: Di, 13.10.2026, 19.30 - 20.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Eintritt: 9,00 €



Vorschau 1/2027

628

Englisch Stufe B1/B2
Compact English Course
 Intensivwoche/Bildungsurlaub

This English intensive course is for everyone who wants to refresh and improve their language skills – whether for work or personal interest. During one week of varied and practical exercises, participants will practise communicating clearly and confidently in everyday situations and in a professional context. The course focuses on topics such as small talk, telephoning, writing emails, talking about your workplace or your town, and having conversations in hotels or restaurants. Important grammar

structures and useful vocabulary – especially for the workplace and for travel – will also be reviewed and strengthened. The lessons are well-organised but also open and dynamic. You will learn through speaking, listening, reading, writing – and through group activities that make learning fun.

Vorausgesetzt werden Kenntnisse auf dem Niveau von etwa sechs Jahren Schulenglisch oder vergleichbare praktische Erfahrung. Wenn Sie unsicher sind, ob der Kurs für Sie passt, beraten wir Sie gerne.

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

Das Lehrwerk wird vor Kursbeginn bekannt gegeben. Eine Teilnahmebescheinigung ist in der Kursgebühr enthalten.

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

Leitung: Lyn Michelle Heiming
Termine: ab Mo., 1.2. - Fr., 5.2.2027, 9.00 - 14.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38
Dauer: 5 Termine, 30 U.Std.
Entgelt: 171,00 € (keine Ermäßigung)

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
4. Spanischsprachiger Vortrag

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).

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. 640 F 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.



Sevilla

640

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, 19.10. -22.10.2026
von 8.30 - 12.15 und 13.00 - 15.15 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, UG,
Seminarraum 3, Bülser Str. 38

Dauer: 4 Termine, 32 U.Std.

Entgelt: 180,00 €

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

Stufe A1

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

659

Spanisch für den Urlaub A1 Intensivkurs am Wochenende

Sie planen eine Reise in ein spanischsprachiges Land und möchten sich vor Ort einfacher verständigen können? In diesem kompakten Wochenendkurs erwerben Sie die wichtigsten Grundlagen der spanischen Sprache – praxisnah, alltagsbezogen und mit Urlaubsflair.

Ob Kanaren, Andalusien, Kuba, Mexiko oder Argentinien – mit über 20 Ländern, in denen Spanisch gesprochen wird, eröffnet Ihnen die Sprache eine ganze Welt voller Kultur, Gastfreundschaft und Lebensfreude. Lernen Sie, wie Sie bei der Ankunft im Hotel einchecken, im Café Ihren Lieblingskaffee bestellen, auf dem Markt nach frischem Obst fragen oder sich am Strand freundlich unterhalten können. Neben hilfreichen Redewendungen entdecken Sie auch kleine kulturelle Unterschiede zwischen den Regionen – damit Sie nicht nur sprachlich, sondern auch interkulturell bestens vorbereitet sind.

In kleinen Lerneinheiten trainieren Sie, wie Sie sich vorstellen, im Restaurant bestellen, einkaufen oder nach dem Weg fragen können. Ziel ist es, sich in typischen Reisesituationen mit einfachen Mitteln zurechtzufinden und ein Gefühl für Klang und Rhythmus der Sprache zu entwickeln.

Der Kurs bietet einen lebendigen Einstieg – mit kurzen Dialogen, Hörübungen, kleinen Rollenspielen und viel Gelegenheit zum Ausprobieren. So legen Sie in 12 Unterrichtsstunden ein solides Fundament für Ihre weitere Sprachreise.

Der Kurs richtet sich an Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse.

Das Unterrichtsmaterial wird gestellt – bringen Sie einfach Neugier und gute Laune mit!

Letzter Rücktrittstermin bei der VHS:
7 Tage vor Beginn.

Leitung: Ana Fernanda Ramirez Viafara

Termine: Sa., 10.10.2026 und So., 11.10.2026
jeweils von 10.00 - 15.15 Uhr

Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7

Dauer: 2 Termine, 12 U.Std.

Entgelt: 60,00 € (keine Ermäßigung)
für Unterrichtsmaterial



Vorschau 1/2027

640

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., 15.3. - Do., 18.3.2027
von 8.30 - 12.15 und 13.00 - 15.15 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage,
Seminarraum 1, Bülser Str. 38
Dauer: 4 Termine, 32 U.Std.
Entgelt: 182,40 €

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

642

Spanisch für Anfänger:innen A1.1

Lehrbuch: *Perspectivas Ya! A1.1* ab Lektion 1

Leitung: Ana Fernanda Ramírez Viáfara
Termine: ab Mo, 21.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 74,00 €

641

Spanisch A1 für Anfänger:innen

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: *Perspectivas Ya! A1.1* ab Lektion 1

Leitung: Ruth Schneider-Granda
Termine: ab Di, 22.9.2026, 9.00 - 10.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, UG,
Seminarraum 3, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

643 F

Spanisch A1.2

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: *Con gusto nuevo A1* ab Lektion 8

Leitung: Dorothe Winkler
Termine: ab Di, 15.9.2026, 16.30 - 18.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, UG,
Seminarraum 3, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

640 F

Spanisch A1.2

Lehrbuch: *Con gusto nuevo A1* ab Lektion 8

Leitung: Dorothe Winkler
Termine: ab Di, 15.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, UG, Semi-
narraum 3, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 74,00 €



Stufe **A2**

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen
der Kenntnisstufen am Anfang des Fremd-
sprachbereichs.

651 F

Spanisch A2.1

Lehrbuch: *Con gusto nuevo A2* ab Lektion 4

Leitung: Dorothe Winkler
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 10.15 - 11.45 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage,
Seminarraum 1, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 74,00 €

645 F

Spanisch A2.2

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: *Con gusto nuevo A2* ab Lektion 7

Leitung: Dorothe Winkler
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 19.45 - 21.15 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 110,00 € (keine Ermäßigung)

Torero-Ronda,
Andalucía



657 F
Spanisch A2 Lektüre
Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)
Lektüre und ausgewählte Grammatikkapitel

Curso de español de nivel A2 centrado en la lectura de textos sencillos. En un grupo reducido de 5 a 9 participantes se trabajan diferentes lecturas adaptadas al nivel, que se leen y se comentan juntos en clase.

De forma complementaria, se repasan aspectos gramaticales básicos seleccionados para apoyar la comprensión de los textos.

El objetivo del curso es mejorar la comprensión lectora, ampliar el vocabulario y ganar seguridad en la lectura del español en un ambiente tranquilo y colaborativo.

Leitung: Dorothe Winkler
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 10.15 - 11.45 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

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

Stufe B1

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

656 F
Spanisch B1.1
Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)
Lehrbuch: Con gusto nuevo B1 ca. ab Lektion 1

„En este curso aprendemos español con mucha alegría y un poco de vino. ¡Los nuevos participantes siempre son bienvenidos!“

Leitung: Dorothe Winkler
Termine: ab Di, 15.9.2026, 19.30 - 21.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 110,00 € (keine Ermäßigung)

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

653 F
Spanisch B1.2
Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)
Lehrbuch: Con gusto nuevo B1 ab Lektion 9

Leitung: Dorothe Winkler
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 8.30 - 10.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 110,00 € (keine Ermäßigung)



Sierra de Aracena

658 F
Conversar en español B1+
Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)
Lehrbuch: Lon gusto nuevo B1 ab Lektion 12

Curso de comunicación en español de nivel B1+. El objetivo principal es desarrollar la fluidez oral y la capacidad de interactuar con seguridad en distintas situaciones. En clase hablamos de temas actuales, de la vida cotidiana y de aspectos socioculturales del mundo hispanohablante.

Trabajamos con artículos de prensa, textos breves y materiales auténticos que sirven de base para el debate y la expresión de opiniones. De forma paralela, se consolidan estructuras gramaticales importantes, como el uso del subjuntivo y la concordancia de los tiempos verbales, siempre aplicadas en contextos comunicativos.

El enfoque es práctico, comunicativo y orientado a la participación activa.

Leitung: Dorothe Winkler
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

659

Peru – Magie, Natur und Tradition
Vortrag in spanischer Sprache

Peru ist ein vielfältiges und faszinierendes Land – reich an Geschichte, beeindruckender Natur und kultureller Vielfalt. In diesem Vortrag begeben wir uns auf eine Reise in das Land der Inka und der Anden. Anhand eindrucksvoller Fotos und persönlicher Erzählungen entdecken wir unter anderem Machu Picchu, den Amazonas und die majestätische Andenlandschaft.

Auch die köstliche peruanische Küche sowie die lebendige Kultur und die einzigartigen Traditionen des Landes werden Thema sein.

Wir freuen uns auf einen gemeinsamen Abend voller Eindrücke und Inspiration!

Perú – Magia, Naturaleza y Tradición
Conferencia en español

Perú es un país rico y diverso, lleno de magia, historia y belleza natural. En esta presentación viajaremos al corazón del país de los Incas y de los Andes. A través de fotografías impresionantes y relatos personales, descubriremos Machu Picchu, la selva amazónica, la majestuosidad de los Andes y mucho más.

Además, conoceremos la riqueza de la gastronomía peruana y celebraremos su cultura vibrante y sus tradiciones únicas.

¡Les esperamos para compartir este fascinante viaje por Perú!



Leitung: Franco Tous
Termin: Di, 10.11.2026, 19.30 - 20.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Eintritt: 9,00 €

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.

671
Französisch von Anfang an A1.1
Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)
Lehr- und Arbeitsbuch: **On y va, A1. Aktualisierte Ausgabe (Hueber Verlag) ab Lektion 1**

Lust auf Französisch? Vielleicht ist eine Frankreichreise schon in den Ferien geplant? In zunächst 11 Unterrichtsterminen können Sie in die französische Sprache "hineinschnuppern". Vielleicht haben Sie auch lang zurückliegende geringe Vorkenntnisse und möchten noch einmal "ganz von vorne" anfangen oder wiederholen. Dann sind Sie in diesem Kurs herzlich willkommen.

Leitung: Annette Hilkenmeier
Termine: ab Di, 15.9.2026, 19.30 - 21.00 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 11 Termine, 22 U.Std.
Entgelt: 110,00 € (keine Ermäßigung)

Stufe A2

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

673 F
Französisch A2
Lehr- und Arbeitsbuch: **On y va, A2 ab Lektion 1**

Leitung: Véronique Legleye
Termine: ab Do, 17.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)



678 F

Französisch

Wiederholungskurs Niveau A2

Lehrbuch: „On y va“ ab Lektion 9, ISBN: 978-3-19-103351-4, Aktualisierte Ausgabe Hueber Verlag

Ce cours s'adresse aux participants de niveau A2 qui souhaitent revoir et consolider leurs connaissances en français. L'accent est mis sur la pratique orale : nous parlons beaucoup en classe pour gagner en aisance et en confiance.

À partir du manuel, nous travaillons également la compréhension orale et nous révisons progressivement les points de grammaire essentiels.

679 F

Französisch A2+/B1

Cours de conversation facile

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Bienvenue! Dans ce cours, nous discutons de sujets liés à la vie quotidienne et à l'actualité. Vous avez également la possibilité d'approfondir vos connaissances de la culture française: régions, gastronomie, chansons et habitudes de vie. L'objectif est de pratiquer la langue de manière simple et conviviale, dans un petit groupe de francophiles.

À bientôt!

Leitung: Blandine Marie Blömker

Termine: ab Mi, 16.9.2026, 16.15 - 17.45 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Dauer: 11 Termine, 22 U.Std.

Entgelt: 110,00 € (keine Ermäßigung)

Les personnes intéressées disposant de solides connaissances en français sont les bienvenues dans ce cours.

Un cours convivial pour réactiver ses bases et progresser pas à pas.

Leitung: Blandine Marie Blömker

Termine: ab Mi, 16.9.2026, 10.30 - 12.00 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülser Str. 38

Dauer: 11 Termine, 22 U.Std.

Entgelt: 81,40 €

Stufe B1

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

674 F

Französisch Auffrischkurs B1.2

Lehr- und Arbeitsbuch: CHAPEAU! B1 ab Lektion 12

Ce cours de révision s'adresse aux apprenants ayant déjà des bases solides de niveau A2 et souhaitant consolider et réactiver le niveau B1.

À l'aide du nouveau manuel, nous reprenons et renforçons les principales structures de la langue. Le travail est complété ponctuellement par des articles actuels issus de la Revue de la presse ou de la revue Écoute. L'objectif est de stabiliser le niveau B1, d'améliorer la compréhension et de gagner en aisance à l'oral et à l'écrit.

Leitung: Annette Hilkenmeier

Termine: ab Di, 15.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7

Dauer: 11 Termine, 22 U.Std.

Entgelt: 81,70 € (keine Ermäßigung)

Les personnes intéressées disposant de solides connaissances en français sont les bienvenues dans ce cours.

676

La France en diagonale: Frankreich von Nordosten nach Südwesten

Vortrag in französischer Sprache

Auf unserer Bilderreise von der deutsch-französischen bis zur französisch-spanischen Grenze durchqueren wir Frankreich von Nordosten nach Südwesten und entdecken sechs außergewöhnliche Regionen.

Elsass, Jura, Burgund, Auvergne, Landes und das Baskenland bieten neben malerischen Landschaften zahlreiche berühmte, aber auch viele weniger bekannte Sehenswürdigkeiten sowie ein großartiges kulturelles Erbe.

La France en diagonale: un voyage de l'Alsace au Pays basque

Conférence / diaporama numérique en français facile

Lors de ce voyage, de la frontière allemande jusqu'à la frontière espagnole, nous traversons la France de Wissembourg à Biarritz. Nous découvrons six régions fascinantes, avec des lieux surprenants et parfois insolites.

L'Alsace, le Jura, la Bourgogne, le Massif central, les Landes et la Côte basque offrent de nombreuses découvertes aux visiteurs curieux.

Leitung: Ralf Petersen

Termin: Di, 17.11.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Eintritt: 9,00 €



677

Le tour de la France en chansons – Eine musikalische Reise durch Frankreich Mitsingabend

Begeben Sie sich auf eine besondere musikalische Entdeckungsreise durch Frankreich – lebendig, abwechslungsreich und voller Chansons zum Zuhören und Mitsingen. In 14 musikalischen Stationen führt dieser Mitsingabend durch verschiedene Regionen Frankreichs und verbindet Musik mit spannenden Einblicken in Geschichte, Gesellschaft und Alltag. Die Lieder spiegeln das Leben der Menschen wider und sind fester Bestandteil des französischen Kulturerbes.

Die Reise beginnt in der „France profonde“, dem ländlichen Frankreich, und führt über die ehemaligen Industrie- und Bergbauregionen im Norden und Osten ins Elsass. Weiter geht es über Lyon, das Zentralmassiv und Marseille bis ans Mittelmeer. Anschließend entdecken wir die Bretagne, bevor wir schließlich in der „ville-lumière“ – Paris – ankommen.

Die Hintergründe zu den Chansons werden anschaulich erklärt, die Liedtexte projiziert. Walter Weitz begleitet die musikalische Reise live mit Gitarre, Banjo oder Ukulele und macht die französische Musiktradition lebendig erlebbar.

Leitung: Walter Weitz
Termin: Di, 24.11.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Eintritt: 10,00 € / Schüler:innen und Studierende 5,00 € / Weitere Ermäßigungen für Inhaber:innen der Gladbeck-Card

Eintrittskarten erhalten Sie im Vorverkauf gegen Barzahlung im Haus der VHS, auf unserer Homepage www.vhsgladbeck.de unter „Ticketbestellung“ oder an der Abendkasse.



Rathaus, Marcq-en-Baroeul

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-Baroeul“, 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 lädt der „Freundeskreis Marq-en-Baroeul“ die französischen „Amis de Gladbeck“ zum Pfingsttreffen nach Gladbeck ein und werden ihnen französischen Gästen wieder ein interessantes Programm bieten.

Der von der VHS unterstützte Freundeskreis ist ein eingetragener Verein (e.V.). Bei Interesse erreichen Sie den Vorstand unter der Handy-Nr. +49 157 88936327.

Der Verein trifft sich im Wechsel jeden 1. Dienstag im Monat um 19.00 Uhr mal im Marktstübchen an der Wilhelmstraße und mal im Restaurant Artemis am Marktplatz.

680 E

Stadtfest Saint Vincent d'Automne in Marcq-en-Baroeul Tagesfahrt in die französische Partnerstadt

Gladbeck und seine französische Partnerstadt Marcq-en-Baroeul verbindet seit über 60 Jahren eine lebendige Freundschaft. Gemeinsam mit der VHS und dem Amt für Kommunikation und Stadtmarketing/Städtepartnerschaften haben Sie die Gelegenheit, diese besondere Städtepartnerschaft bei einer Tagesfahrt nach Nordfrankreich selbst zu erleben.

Anlass der Reise ist das traditionelle Stadtfest „Saint-Vincent d'Automne“, das jedes Jahr rund um die Kirche Saint-Vincent und in den umliegenden Straßen gefeiert wird. Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Fest mit Musik, Kunsthandwerk, Straßenkünstlern, Akrobatik, regionalen Spezialitäten und französischem Flair. Marcq-en-Baroeul zeigt sich an diesem Wochenende von seiner besonders lebendigen und gastfreundlichen Seite.

Die Fahrt bietet außerdem die Möglichkeit, die Kultur und Atmosphäre unserer Partnerstadt kennenzulernen und mit anderen Frankreich-Interessierten ins Gespräch zu kommen.

Die Exkursion ist eine Kooperation mit dem Freundeskreis Marcq-en-Baroeul, dem Verein für Orts- und Heimatkunde sowie dem Amt für Stadtmarketing/Städtepartnerschaften.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Fahrt.

Leitung: Silvia Gómez
Termin: So, 20.9.2026, 8.00 - 21.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Rathaus
Entgelt: 45,00 € (keine Ermäßigung)



Stufe A1

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

686

Italienisch A1 für Anfänger:innen

Ihre ersten Schritte in Bella Italia Lust auf Italien? In diesem Kurs entdecken Sie die Sprache, wie man sie wirklich spricht: mit einfachen Wörtern und Sätzen für den Alltag – sich vorstellen, etwas bestellen, ein kurzes Gespräch führen. Wir sprechen, hören zu und üben in entspannter, fröhlicher Atmosphäre. Schritt für Schritt gewinnen Sie Sicherheit, und am Ende können Sie sich auf Italienisch in Alltagssituationen verständigen – fast so, als wären Sie schon mitten in einem kleinen Straßencafé in Rom.

Leitung: Veronique Dembeck

Termine: ab Mo, 21.9.2026, 19.45 - 21.15 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülser Str. 38

Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.

Entgelt: 74,00 €

Vorschau 1/2027

680

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.

680

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., 21.9.2026 - Fr., 25.9.2026
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.

Leitung: Raffaella Giuliani

Termine: Mo., 15.3. - Fr., 19.3.2027
von 9.30 - 14.30 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, 1. Etage, Seminarraum 2, Bülser Str. 38

Dauer: 5 Termine, 30 U.Std.

Entgelt: 171,00 € (keine Ermäßigung)

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



681

Italienisch A1.1 – Aufbaukurs ab Lektion 8/9

Bildungsurlaub Aufbaukurs

Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1

Dieser einwöchige Intensivsprachkurs dient der Auffrischung und Vertiefung bereits vorhandener Kenntnisse. Er richtet sich an Interessierte, die ihre Italienischkenntnisse kompakt wiederholen und ausbauen möchten.

In kurzer Zeit und bei ganztägigem Unterricht werden zentrale Inhalte gefestigt sowie sprachliche Sicherheit im Alltag weiterentwickelt. Das Angebot richtet sich an Italienisch-Lernende mit Vorkenntnissen auf dem Niveau A1.

Leitung: Raffaella Giuliani

Termine: Mo., 5.4. - Fr., 9.4.2027
von 9.30 - 14.30 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38

Dauer: 5 Termine, 30 U.Std.

Entgelt: 171,00 € (keine Ermäßigung)

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

684 F

Italienisch A1.1 ab Lektion 3

„DIECI A1“ ab Lektion 3 (ISBN 978-3-19-005647-7)

Leitung: Edith Gumbinger

Termine: ab Di, 15.9.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38

Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.

Entgelt: 74,00 €

681 F

Italienisch A1.2

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: Dieci A1, ab Lektion 9

Leitung: Edith Gumbinger

Termine: ab Di, 15.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38

Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.

Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

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: dreessenale@gelsennet.de

Süleyman Şirin, Mobil: 0157/86859339,

Mail: suleymansirin152@gmail.com

Stufe A2

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

682 F

Italienisch A2.1

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A2 ab Lektion 3

Leitung: Edith Gumbinger

Termine: ab Di, 15.9.2026, 16.30 - 18.00 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38

Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.

Entgelt: 100,00 € (keine Ermäßigung)

Stufe A1

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

686 F

Arabisch A1.1

mit geringen Vorkenntnissen

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch: Salam A1 ab Lektion 5/6

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.

Leitung: Hussam Al-Hareezi

Termine: ab Mo, 14.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Dauer: 11 Termine, 22 U.Std.

Entgelt: 110,00 € (keine Ermäßigung)



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

Stufe A1

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

690

Intensivwoche Niederländisch A1 für Anfänger:innen

Bildungsurlaub

Lehrbuch: Goed idee! (ISBN 978-3-12-528506-4)

Sie besuchen regelmäßig die Niederlande und möchten gerne in der Landessprache mit unseren Nachbarn kommunizieren? Dann ist dieser Kompaktkurs genau das Richtige für Sie! In nur vier Tagen lernen Sie die Grundlagen des Niederländischen, um alltägliche Situationen souverän zu meistern.

Egal ob im Supermarkt, beim Reservieren eines Tisches im Restaurant oder beim Gespräch mit dem Vermieter Ihrer Ferienwohnung – nach diesem Kurs können Sie sich in diesen und vielen weiteren Situationen auf Niederländisch verständigen. Außerdem werden Sie in der Lage sein, einfache Texte zu lesen und entdecken interessante Orte, die Sie in den Niederlanden besuchen sollten.

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

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

Leitung: Temilo van Zantwijk

Termine: Mo., 26.10. - Fr., 29.10.2026
von 9.00 - 14.00 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage,
Seminarraum 1, Bülser Str. 38

Dauer: 5 Termine, 30 U.Std.

Entgelt: 165,00 €

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

Vorschau 1/2027

690

Intensivwoche Niederländisch A1 für Anfänger:innen

Bildungsurlaub

Lehrbuch: Goed idee! (ISBN 978-3-12-528506-4)

Sie besuchen regelmäßig die Niederlande und möchten gerne in der Landessprache mit unseren Nachbarn kommunizieren? Dann ist dieser Kompaktkurs genau das Richtige für Sie! In nur vier Tagen lernen Sie die Grundlagen des Niederländischen, um alltägliche Situationen souverän zu meistern. Egal ob im Supermarkt, beim Reservieren eines Tisches im Restaurant oder beim Gespräch mit dem Vermieter Ihrer Ferienwohnung – nach diesem Kurs können Sie sich in diesen und vielen weiteren Situationen auf Niederländisch verständigen. Außerdem werden Sie in der Lage sein, einfache Texte zu lesen und entdecken interessante Orte, die Sie in den Niederlanden besuchen sollten.

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

Leitung: Temilo van Zantwijk

Termine: Mo., 26.7. - Fr., 30.7.2027
von 9.00 - 14.00 Uhr

Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage,
Seminarraum 1, Bülser Str. 38

Dauer: 5 Termine, 30 U.Std.

Entgelt: 171,00 €

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



694

Niederländisch für Anfänger:innen A1.1

Die Niederlande begeistern mit weiten Tulpenfeldern, malerischen Grachtenstädten, wunderschönen Nordseestränden und der offenen, sympathischen Art ihrer Bewohner:innen. Wer Niederländisch lernt, taucht ein in eine entspannte, lebensfrohe Kultur – direkt vor unserer Haustür.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die keine oder nur sehr geringe Vorkenntnisse in der niederländischen Sprache haben. In entspannter und motivierender Atmosphäre erlernen Sie die Grundlagen des Niederländischen mit unserem erfahrenen Dozenten – von der Aussprache über einfache Grammatik bis hin zu ersten Alltagsgesprächen.

Sie üben, sich vorzustellen, nach dem Weg zu fragen, kleine Einkäufe zu machen und einfache Gespräche zu führen – ideal für Reisen, den Beruf oder den Alltag im niederländischsprachigen Raum. Spielerische Übungen, Hörverständnistraining und kurze Dialoge helfen Ihnen, schnell sprachliche Sicherheit zu gewinnen.

Vereenvoudig het leven – beginnen met Nederlands!

Leitung: Marco Bernatzki

Termine: ab Mo., 14.9.2026, 20.00 - 21.30 Uhr

Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7

Dauer: 8 Termine, 16 U.Std.

Entgelt: 59,20 € (keine Ermäßigung)

692 F

Niederländisch für Anfänger:innen A1.1

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Welkom! neu A1 - A2 ab Lektion 3/4

Leitung: Petra Keding
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 10.30 - 12.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 1. Etage, Seminarraum 2, Bülser Str. 38
Dauer: 9 Termine, 18 U.Std.
Entgelt: 90,00 € (keine Ermäßigung)

Stufe A2

Vergleichen Sie hierzu die Beschreibungen der Kenntnisstufen am Anfang des Fremdsprachenbereichs

691 F

Niederländisch A2.1

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Lehrbuch und Übungsbuch: Goed idee! A2 ab Lektion 4, ISBN 978-3-12-528606-1

Die Teilnehmenden haben bereits Grundkenntnisse erworben. Eine Kommunikation auf Niederländisch ist möglich, wenn langsam und deutlich gesprochen wird und das Thema bekannt ist.

Leitung: Marco Bernatzki
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 18.20 - 19.50 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 8 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 88,00 € (keine Ermäßigung)

690 F

Niederländisch A2.2

Kursbuch und Übungsbuch:

Welkom! neu A1 - A2, Lektion 11

Leitung: Petra Keding
Termine: ab Di, 15.9.2026, 10.30 - 12.00 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 9 Termine, 18 U.Std.
Entgelt: 66,60 € (keine Ermäßigung)

Stufe A1

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

695

Dänisch für Anfänger:innen A1

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Dansk for dig A1 - A2 ab Lektion 1

Leitung: Heidi Pfeiffer
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 19.15 - 20.45 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38
Dauer: 8 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 80,00 € (keine Ermäßigung)



696 F

Dänisch A1

Kleingruppe (5 – 9 Teilnehmende)

Dansk for dig A1 - A2 ab Lektion 6

Leitung: Heidi Pfeiffer
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 17.30 - 19.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38
Dauer: 8 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 80,00 €



698 A – 698 B

Polnisch für Schüler:innen

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.



Diese Maßnahme wird finanziert aus Mitteln des Auswärtigen Amtes.



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

698
Polnisch für Schüler:innen
Polnisch als Herkunftssprache für
Schüler:innen mit polnischen Wurzeln
(1. bis 3. Klasse)

Leitung: Joanna Elies
Termine: Ab Di, 15.9.2026, 15.00 - 16.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 1. Etage,
Seminarraum 2, Bülser Str. 38
Dauer: 9 Termine, 18 U.Std.
entgeltfrei

698
Polnisch für Schüler:innen
Polnisch als Herkunftssprache für
Schüler:innen mit polnischen Wurzeln
(4. bis 6. Klasse)

Leitung: Joanna Elies
Termine: Ab Di, 15.9.2026, 16.30 - 18.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 1. Etage,
Seminarraum 2, Bülser Str. 38
Dauer: 9 Termine, 18 U.Std.
entgeltfrei



697
„Janosch, Joseph & Co. – Fantastische Welten oberschlesischer Autoren“
Oberschlesisches Landesmuseum in Ratingen
Exkursion

Diese Exkursion richtet sich speziell an Kinder unseres Polnischkurses und lädt dazu ein, die zweisprachige Welt Oberschlesiens zu entdecken. In der Ausstellung „Ans Licht! Objekte und Geschichte(n) aus der Sammlung des Oberschlesischen Landesmuseums“ begegnen wir spannenden Geschichten, bekannten Autorinnen und Autoren sowie Figuren, die zwischen zwei Sprachen und Kulturen zuhause sind.

Nach der Führung werden die Kinder selbst kreativ: In einem Comic-Workshop binden sie ein kleines Buch und erfinden ihre eigene kurze Geschichte. Mit Stempeln, Schablonen und viel Fantasie entstehen Comics mit oberschlesischen Heldinnen und Helden – vielleicht sogar zweisprachig!

So verbinden sich Literatur, Kunst und Sprache zu einem spielerischen Einblick in die besondere Kultur und Zweisprachigkeit Oberschlesiens.

Diese Maßnahme wird gefördert durch Mittel des Auswärtigen Amtes in Kooperation mit dem Kompetenz- und Koordinationszentrum Polnisch.

Leitung: Joanna Elies
Termin: Sa, 21.11.2026, 11.00 - 16.00 Uhr
entgeltfrei





689 Ukrainisch für Schüler:innen der 2. bis 6. Klasse: Erlernen der kyrillischen Schrift (Herkunftssprachlicher Unterricht)

Dieses entgeltfreie Angebot richtet sich an Kinder im Alter von 7 bis 12 Jahren, die mit Ukrainisch als Familiensprache aufwachsen und vor allem ihre schriftlichen Fähigkeiten in der Herkunftssprache stärken möchten.

Der Fokus des Unterrichts liegt auf dem Erlernen der kyrillischen Schrift – Schritt für Schritt lernen die Kinder, ukrainische Buchstaben zu schreiben und einfache Texte zu verfassen. Ergänzend dazu werden das Lesen sowie der schriftliche Ausdruck gefördert.

Ziel ist es, die Sprachkompetenz im Ukrainischen weiterzuentwickeln, das Vertrauen im Umgang mit der Muttersprache zu stärken und den kulturellen Bezug zur Herkunft zu erhalten.

Die Anmeldung erfolgt über die Fachbereichsleitung Frau Gómez. Die Teilnahme am herkunftssprachlichen Unterricht ist kostenlos.

Leitung: Roman Yavdoshyn
Termine: ab Do, 17.9.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 2. Etage, Seminarraum 1, Bülser Str. 38
Dauer: 11 Termine
entgeltfrei

699 Kreative Begegnungen für junge Ukrainer:innen – Austausch, Spiel und Gemeinschaft

Du möchtest neue Menschen kennenlernen, dich in deiner Muttersprache austauschen und einfach eine gute Zeit in angenehmer Atmosphäre verbringen? Dann bist du hier genau richtig!

In Kooperation mit der Initiative „The Dream-Forgers e.V.“ bietet die VHS ein entgeltfreies Angebot für ukrainische Erwachsene im Alter von 18 bis 35 Jahren. Im Mittelpunkt stehen sogenannte Pen-&Paper-Rollenspiele: Dabei tauchst du gemeinsam mit anderen in spannende Geschichten ein. Jede Person übernimmt eine Rolle und gestaltet die Handlung aktiv mit – ganz ohne Computer, nur mit Stift, Papier und viel Fantasie. Eine Spielleitung führt durch die Geschichte, während ihr gemeinsam Entscheidungen trifft, Herausforderungen meistert und eure eigene Abenteuerwelt erschafft.

Креативні зустрічі для молодих українців – спілкування, гра та нові знайомства

Хочеш познайомитися з новими людьми, поспілкуватися рідною мовою та просто приємно провести час у дружній атмосфері? Тоді запрошуємо тебе до нас!

У співпраці з ініціативою «The Dream-Forgers e.V.» VHS пропонує безкоштовні зустрічі для українців віком від 18 до 35 років.

У центрі наших зустрічей – настільні рольові ігри (Pen-&Paper). Це захопливий формат, у якому ти разом з іншими учасниками створюєш історію: кожен обирає роль і впливає на розвиток подій. Для гри не потрібен комп'ютер – лише папір, ручка та уява. Ведучий допомагає розвивати сюжет, а ви разом приймаєте рішення, долаєте виклики та проживаєте справжні пригоди.



So entstehen nicht nur kreative Erlebnisse, sondern auch echte Begegnungen. Ganz nebenbei stärkst du deine Kommunikationsfähigkeiten, Teamarbeit und dein Selbstvertrauen.

Mach mit und werde Teil einer offenen, kreativen Gemeinschaft!

Це чудова можливість не лише цікаво провести час, а й знайти нових друзів, розвинути навички спілкування, командної роботи та впевненість у собі.

Приєднуйся до відкритої та дружньої спільноти!

Leitung: Yehor Shtatskyi
Termine: Do, 17.9.2026, 18.00 - 20.00 Uhr
Do, 24.9.2026, 18.00 - 20.00 Uhr
Do, 8.10.2026, 18.00 - 20.00 Uhr
Do, 15.10.2026, 18.00 - 20.00 Uhr
Do, 5.11.2026, 18.00 - 20.00 Uhr
Do, 19.11.2026, 18.00 - 20.00 Uhr
Do, 3.12.2026, 18.00 - 20.00 Uhr
Do, 10.12.2026, 18.00 - 20.00 Uhr
Do, 17.12.2026, 18.00 - 20.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, UG, Seminarraum 3, Bülser Str. 38
Dauer: 9 Termine, 24 U.Std.
entgeltfrei



Fachbereichsleitung

Dirk Langer
Leiter der VHS
Tel.: 99 24 49
E-Mail: 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.

Gladbecker Bündnis für Familie -
Erziehung, Bildung, Zukunft

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.info

700

Dr. Hajo Hackstein: „Kinderelend“ – sexueller Missbrauch im Kindesalter

Vortrag mit Diskussion

Und wieder ist eine neue Missbrauchs-Studie erschienen. Es handelt sich diesmal um das Erzbistum Paderborn, das eine erste Studie dieser Art durchführen ließ, die im März 2026 veröffentlicht wurde, und die, wie schon bei anderen Untersuchungen dieser Art, „Abgründe an Vertuschungen“ offenbarte. Für die Opfer, so die Neue Ruhr Zeitung im März dieses Jahres, interessierten sich die anwesenden Täter dabei eher weniger.

Und damit reihte sich auch diese jüngste Studie ein in die mittlerweile jahrzehntelangen „geheimen Verbrechen“ an Kindern und Jugendlichen in unserer Gesellschaft, die erst in den 1970er Jahren von mutigen Frauen und Männern, die als Kinder missbraucht worden waren, publik gemacht wurden.

Die Ausmaße und Formen dieser Verbrechen an Kindern machen immer wieder auf eine verstörende Art und Weise rat- und fassungslos und sind kaum ertragbar, spren-gen sie doch oft die Dimensionen dessen, was Menschen sich vorstellen oder seelisch verkraften können.

Und so müssen wir davon ausgehen, dass in vielen Gesellschaften der Welt die sexualisierte Gewalt an Kindern nicht nur den so häufig genannten Ausnahmefall darstellt, sondern eher ein jahrelanges Martyrium, das zu ihrem furchtbaren Alltag gehört und viele ein Leben lang nicht mehr loslassen wird. Es ist vielfach tatsächlich „Seelenmord“. Was ist zu tun, und wer und was kann helfen?



Dr. Hajo Hackstein

Über vier Jahrzehnte unterrichtete **Dr. Hackstein** als stellv. Schulleiter an der Johannes-Kessels-Akademie in Gladbeck, einem kath. Berufskolleg. Er ist dort und in der weiteren Umgebung vor allem vielen Erziehern/Erzieherinnen und Praxiseinrichtungen bekannt. Seine Studien – wie auch später seine Unterrichtsfächer lagen im Bereich der Soziologie, Pädagogik und Psychologie, worin er auch promovierte. Die zunehmend zahlreicheren Berichte in den Medien sowie damit einhergehende Anfragen von Schülern/Schülerinnen und Fachkräften in den Einrichtungen machten ihm schon früh die Relevanz dieser Thematik deutlich. Seit seinem Ausscheiden aus dem aktiven Schuldienst ist er als Dozent an der VHS Gladbeck oder als freier Referent tätig.

Die Veranstaltung wird von der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung Bottrop/Gladbeck unterstützt.



Leitung: Dr. Hajo Hackstein
Termin: Do, 1.10.2026, 19.30 - 21.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
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 (Ticketbestellung) buchbar.

702

Ausflug: „Zeitkapsel“ – Grabungscamp und Kreativaktion

Ein Tag im Archäologischen Museum in Herne

Kostenloses Angebot im Rahmen des Projekts „Kulturrucksack“ für alle von 10 – 14 Jahren

Bei diesem entgeltfreien Museumsbesuch sehen wir archäologische Funde der Menschheitsgeschichte, die tief unter der Oberfläche verborgen waren – von den ältesten Steingeräten des Neandertalers bis zum Trink- und Essgeschirr aus römischer Zeit. Mit allen Sinnen erfahren wir Wissenswertes aus 280.000 Jahren Vergangenheit, zum Beispiel wie hat man in der Eiszeit eigentlich gelebt und vor allem überlebt!

Außerdem geht es um einen künstlerischen und kreativen Umgang mit den Funden. Und nebenbei lernt ihr, womit es eine Archäologin und ein Archäologe zu tun haben? Und eine richtige Überraschung gibt es schließlich auch noch.

703

Konflikte können auch anders – mit Mediation vom Gegeneinander zum Miteinander Einführungsvortrag

Sie erleben Konflikte als unangenehme Belastung? Sie wünschen sich Leichtigkeit im Umgang mit Streitgesprächen?

Mediation schenkt Lebensqualität. Dieses außergerichtliche Verfahren hat eine einzigartige Besonderheit: Mediation macht aus Streitparteien echte Gewinner auf allen Seiten. Durch gegenseitiges Verstehen ist Zusammenarbeit möglich. So werden zufriedenstellende Lösungen für alle mit Leichtigkeit aufgedeckt.

Der Vortrag stellt Mediation mit all ihren Vorteilen und Fähigkeiten vor. Sie erfahren Wissenswertes über die Einsatzgebiete, Rahmenbedingungen und Möglichkeiten. Begeben Sie sich mit uns auf den chancenreichen Weg der Mediation und entdecken Sie in diesem lebendigen Erlebnis die Viel-

Bitte mitbringen: Dem Wetter angepasste und nicht die beste Kleidung sowie genügend Verpflegung für den Tag.

Leitung: Ester Paheshti & Alesandro Paheshti

Termin: Di, 25.8.2026, 9.00 - 15.00 Uhr

Treffpunkt: Bahnhof Gladbeck-West

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



Vera Reimann

falt der Kommunikation für Ihren Alltag.

Die einzelnen Schritte der Mediation werden vorgestellt. Mit jedem Schritt erleben Sie hilfreiche Tipps für zu Hause. Damit Sie in Zukunft Konflikte als Chancen erleben können. Durch diesen Vortrag können Sie entdecken, wie nützlich Mediation für Sie ganz persönlich sein kann. Lange bevor Gespräche in Konflikten scheitern.

Leitung: Vera Reimann

Termin: Di, 15.9.2026, 18.30 - 20.00 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

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



© LWL, Christoph Kniel

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.



Ihr direkter Weg zur **VHS-Homepage**

704 Mediation erleben – Konflikte verstehen

Tagesworkshop

Dieser Workshop ist für alle gedacht, die sich in schwierigen Situationen mehr Ruhe, Klarheit und Zusammenarbeit wünschen. Denn Konflikte gehören zum Leben – aber sie müssen nicht belasten. Mit Mediation lassen sich neue Wege finden, um Streitigkeiten gelassen und nachhaltig zu lösen. In diesem Tagesseminar erleben Sie, wie Mediation funktioniert – Schritt für Schritt und ganz praktisch. Sie lernen, wie Sie echtes Verstehen erreichen und wie aus einem Gegenüber ein Miteinander werden kann.

Das nehmen Sie mit:

- Ein klares Verständnis für die Struktur und Wirkung von Mediation
- Praktische Übungen für eine zugewandte, lösungsorientierte Kommunikation
- Kleine Tricks mit großer Wirkung – für mehr Souveränität im Streit
- Neue Perspektiven, wie Konflikte auch Chancen sein können

Erleben Sie wie befreiend es sein kann, Konflikte nicht länger als Belastung zu sehen, sondern als Möglichkeit zur gesicherten Klärung. Sie lernen, wie Sie Missverständnisse auflösen und Lösungen finden, die für alle Beteiligten tragbar sind – ganz ohne Verlierer.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Vera Reimann
Termin: Sa, 7.11.2026, 10.00 - 17.00 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 35,00 €

705 Telefontraining

Klingelt das Telefon, kommt es darauf an, schnell die passenden Worte parat zu haben. Dieses Seminar knüpft dort an, wo es in der Telefonpraxis schwierig wird. Die Profis wissen: Es kommt darauf an, schnell Sympathie aufzubauen, einen professionellen Einstieg zu finden und Einwände kundenorientiert zu behandeln. Damit werden Geschäfte angebahnt und abgeschlossen. Individuelles Training macht dieses Seminar sehr effektiv.

Seminarinhalte:

- Erstkontakt zum Telefonpartner sicher aufbauen
- Stimme und Sprache optimieren
- Bedürfnisse des Kunden erkennen
- Gesprächsleitfäden professionell entwickeln
- Fragetechniken und Argumentation einsetzen
- Mit wenigen Worten eine sympathische Brücke zum Gesprächspartner aufbauen
- Mit aggressiven Gesprächspartnern professionell umgehen
- Geschäfte anbahnen und sicher abschließen

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Trainer:in des Dahms Privatinstituts
Termin: Sa, 28.11.2026, 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 Kursleiter:innen der VHS Gladbeck ist dieses Seminar entgeltfrei.

717 Das Glück beginnt im Kopf – die Formel für innere Zufriedenheit und Lebensqualität

Onlinevortrag



Wir alle wünschen uns, glücklich zu sein. Die Glücksforschung zeigt, dass unsere Gedankenwelt unser Glücksempfinden maßgeblich beeinflusst. Glücklich zu sein, ist keine Glückssache – sondern das Ergebnis einer bewussten inneren Haltung und tagtäglicher Entscheidungen. Dieser Vortrag lädt ein, diese Formel zu entschlüsseln und die Macht der inneren Einstellung zu nutzen, um sich ein erfülltes Leben zu gestalten – ohne ständig äußerem Glück nachzujagen.

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 Teilnehmenden kurz vor dem Termin per E-Mail zugesandt!

Leitung: Steve Windisch
Termin: Mo, 21.9.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Ort: VHS Zoom, VHS Zoom1
Entgelt: 10,00 €

vhs

Gladbeck

718 Mental stark dank Resilienz – die 7 Säulen psychischer Widerstandskraft Onlinevortrag



In herausfordernden Situationen brauchen wir vor allem psychische Widerstandskraft. Sie hilft uns gelassen und souverän zu sein mutig und entschlossen für unsere Bedürfnisse einzustehen und dabei mental stark und zuversichtlich zu bleiben.

Wie schaffen es manche Menschen sich einfach nicht unterkriegen zu lassen und Herausforderungen souverän zu meistern? Die Forschung verfügt über beeindruckende Erkenntnisse, welche Faktoren unsere Resilienz direkt beeinflussen. Dieser Onlinevortrag zeigt Ihnen diese Schutzfaktoren auf und wie es uns allen möglich ist, diese zu erlernen, zu stärken und zu trainieren.

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: Steve Windisch
Termin: Do, 24.9.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Ort: VHS Zoom, VHS Zoom1
Entgelt: 10,00 €

719 Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner Onlinevortrag



Sie lernen verblüffende Kopfrechenticks, mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner. Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch unbekannt, machen viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches.



Helmut Lange

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. Inhalte dieser Veranstaltung sind auch Bestandteil des Onlineseminars Nr. 721.

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

Leitung: Helmut Lange
Termin: Do, 8.10.2026, 19.00 - 21.30 Uhr
Ort: VHS Zoom, VHS Zoom1
Entgelt: 25,00 € (keine Ermäßigung)

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 zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert.

Der Bestsellerautor und Diplom-Pädagoge **Helmut Lange** hat zum Thema „Vokabeln 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. Inhalte dieser Veranstaltung sind auch Bestandteil des Onlineseminars Nr. 721.

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

Leitung: Helmut Lange
Termin: Do, 15.10.2026, 16.00 - 18.00 Uhr
Ort: VHS Zoom, VHS Zoom1
Entgelt: 25,00 € (keine Ermäßigung)

**Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:
www.vhs-gladbeck.de**





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.

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 müsen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen! Just for fun!

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: Sa, 31.10.2026, 9.00 - 16.30 Uhr

Ort: VHS Zoom, VHS Zoom1

Entgelt: 60,00 €

Für Kursleiter:innen der VHS Gladbeck ist dieses Seminar entgeltfrei.



Niklas Düllings

Leitung: Niklas Düllings

Termin: Mi, 4.11.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Ort: VHS Zoom, VHS Zoom1

Entgelt: 10,00 €

Für Kursleiter:innen der VHS Gladbeck ist dieses Seminar entgeltfrei.



Fachbereichsleitung

Dirk Langer
Leiter der VHS
Tel.: 99 24 49
E-Mail: dirk.langer@stadt-gladbeck.de

Kulturelle Bildung

800

Patrick Nederkoorn: Die orangene Gefahr

VHS-Herbstsemestereröffnung 2026

Was passiert, wenn durch den Anstieg des Meeresspiegels 17 Millionen orangefarbene Klimaflüchtlinge mit ihren Wohnwagen auf der linken Spur nach Deutschland rollen? Sind die Deutschen dann bereit, die so geliebten Holländer aufzunehmen?

„Die orangene Gefahr – Die Holländer kommen“ ist das erste deutschsprachige Programm des niederländischen Kabarettisten Patrick Nederkoorn. Die Premiere wurde im Frühjahr 2022 im Haus der Springmaus in Bonn gefeiert. Es ist eine amüsante und bitterböse Auseinandersetzung mit den Eigenarten unserer beiden Nationen und dem Thema Migration im Klimawandel. Das Programm wurde nominiert für

den Prix Pantheon und gewann den Oberburger Mühlstein, den Komiker Jackpot, den Silbernen Reinheimer Satirelöwe und den Zweiten Preis der Tuttlinger Krähe.

Leitung: Patrick Nederkoorn
Termin: Mi, 9.9.2026, 19.30 - 22.00 Uhr
Ort: Mathias-Jakobs-Stadthalle, Friedrichstr. 53
Eintritt: 22,00 € im Vorverkauf / Schüler und Studierende 12,00 € / Abendkasse 24,00 € (inkl. eines Freigetränks)

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



© Nico Brons

801

**Peter Leitzen: Philosophisches Abend-Café
Gibt es Zukunft in der Vergangenheit?**

Eine Antwortsuche in der philosophischen Tradition utopischen Denkens

Sind Utopien, wie die wörtliche Übersetzung des griechischen Worts ou-topos nahelegt, Vorstellungen, die keinen Ort haben, also ein Nirgendwo sind? Oder könnte die Idee des Philosophen Ernst Bloch zutreffend sein, dass Utopien unter Umständen etwas sind, was noch keinen Ort hat.

In der abendländischen Philosophie hat es immer wieder Versuche gegeben, Utopien zu entwerfen, die ein gutes Leben zum Inhalt haben. Diese Gegenentwürfe – im Kontrast zu Defiziten aktueller Lebensordnungen – waren nicht nur Visionen von einer idealen politischen Ordnung, sondern auch Entwürfe einer übersichtlichen, auf kleine Gruppen und Interaktionen bezogenen Konstellation. So könnte z. B. die Idee der Freundschaft, wie sie Michel de Montaigne beschrieben hat, in die Tradition utopischen Denkens hineingehören.

Auch die Hoffnung auf eine zwischenmenschliche Praxis, die von der Annahme einer unbeschädigten Intersubjektivität ausgeht, wie sie etwa bei Hannah Arendt und Jürgen Habermas gedacht wurde, könnte als ein utopisch aufgeladener Entwurf eines gelungenen Zusammenlebens betrachtet werden. Die Gartenphilosophie des antiken Philosophen Epikur, in dem der Garten als Ort des Rückzugs und als Schutz vor den Katastrophen der Welt eingerichtet wird, kann ebenfalls in die Reihe utopischer Entwürfe einordnet werden. Eine Diskussion der vorgestellten Ideen soll sich anschließen.



Peter Leitzen

Leitung: Peter Leitzen
Termin: Di, 6.10.2026, 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 5 Tage vor dem Termin möglich!



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

802 Die Bucheckern lesen wieder ... „Glück gehabt!“

Lesung

Und wieder geht ein neues Lese-Programm der beliebten Bucheckern des Gelsenkirchener Consol Theaters an den Start. Sie stellen klar: Bei ihren Texten handelt es sich garantiert um keine Kalendersprüche! Vielmehr haben sie diesmal Geschichten vom kleinen Glück ausgewählt, vom versteckten Glück, vom bösen Glück und vom verschuselten Glück – ein Glücks-Cocktail zum Genießen eben!



Eine Veranstaltung des Vereins für Orts- und Heimatkunde e.V. und der Volkshochschule in Kooperation mit dem Consol Theater Gelsenkirchen.

Leitung: Die Bucheckern
Termin: Sa, 12.9.2026, 16.00 - 18.00 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Der Eintritt ist frei, es wird um eine Spende gebeten!

Eine Anmeldung zu diesem **entgeltfreien Vortrag** ist telefonisch unter 02043/992415 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 5 Tage vor dem Termin möglich!

803 “New Come Up“- Der Poetry Slam-Workshop mit Marian Heuser

Du hast etwas zu sagen? Deine Ideen und Worte brauchen eine Bühne? Du magst Comedy, Lyrik, Storytelling und Rap, aber willst dich nicht entscheiden müssen? Dann melde dich an zum Poetry Slam Workshop!

Hohe Wortkunst, „deepe“ Gedichte, witzige Kurzgeschichten und kritischer Rap – der Workshop vermittelt das Phänomen Poetry Slam und bringt Texte live auf die Bühne. Unter der Leitung des erfahrenen Slam-Poeten Marian Heuser alias Peter Panisch, geht es unverkrampft an die zwei Grundelemente des Poetry Slams: Den Text und den Vortrag.

Vorkenntnisse in Sachen Poetry Slam sind nicht erforderlich. Das Workshop-Angebot richtet sich an junggebliebene Menschen jeden Alters. Die Ergebnisse des Workshops werden am Freitag, 4.12.2026, beim „2. Gladbecker New Comer Slam“ im Lesecafé der Stadtbücherei, Friedrich-Ebert-Str. 8, uraufgeführt.

Marian Heuser ist seit 2008 als Poetry Slammer, Moderator und freier Autor tätig. Er wurde niedersächsisch-bremische Poetry Slam Meister 2012 und NRW-Vizemeister 2017. Seine Texte erschienen in diversen Anthologien (u. a. Best of Slam Poetry (Vol.1) [Lektora] und „Best of Niedersachsen“ [Blaulichtverlag]). Heuser ist Gründer der Slam-Reihe „World of WORDcraft“ (WoW Slam), sowie als Moderator und Kulturmanager tätig.

Seit 2012 ist Heuser in der Nachwuchsförderung aktiv. Er hat einen Lehrauftrag für Poetry Slam an der FH Dortmund inne und ist Gastdozent an der Akademie der kulturellen Bildung (Remscheid). Jüngst coachte er den literarischen Nachwuchs bei der NRW-



© Anna-Lisa Konrad

Ferienakademie des Westfälischen Literaturbüros in Unna. Mehrere seiner ehemaligen Schüler:innen / Student:innen qualifizierten sich inzwischen für die Teilnahme an (U20) Landesmeisterschaften.

Der Workshop ist eine Kooperation der VHS mit dem Kulturrat, der Stadtbücherei und WoW Poetry Slam!

Leitung: Marian Heuser
Termine: Sa, 17.10. & So, 18.10.2026,
10.00 - 15.00 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 2 Termine, 12 U.Std.

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!

804 Der „New Come Up“ Poetry Slam – Newcomer:innen erobern die Bühne im Lesecafé der Stadtbücherei

Am Freitag, 4. Dezember, gehört die Bühne im Lesecafé der Stadtbücherei einzig und allein den Poetry Slam New Comer:innen. Mit ihren frischen Texten treten sie erstmals ins Rampenlicht und teilen ihre Worte und Gedanken der Welt mit. Wie beim Poetry Slam üblich, wird dies in einem Wettbewerb stattfinden, aber dieser ist hier besonders Einsteiger:innen-freundlich gewählt:

Pro Auftretender/m reicht ein einziger Text zur Teilnahme und das Publikum kürt anschließend die Sieger:innen in den Kategorien „Herz“, „Humor“ und „Tiefgang“. So gilt eben nicht das „the winner takes it all“-Prinzip und die Zuhörer:innen müssen ganz genau hinhören. Und das ist auch gut so, denn es gilt nicht weniger als die Losung: Respect the poets!

Los geht es um 19.30 Uhr. Die Moderation übernimmt Workshop-Leiter Marian Heuser höchstpersönlich. Der Eintritt ist frei!

Der Abend ist eine Kooperation der VHS mit dem Kulturamt, der Stadtbücherei und der WoW Poetry Slam-Agentur.

Leitung: Marian Heuser
Termin: Fr, 4.12.2026, 19.30 - 21.30 Uhr
Ort: Lesecafé der Stadtbücherei,
Friedrich-Ebert-Str. 8

Eine Anmeldung zu diesem entgeltfreien Vortrag ist telefonisch unter 02043/992415 oder per Mail: vhs@stadt-gladbeck.de bis 5 Tage vor dem Termin möglich!



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



806 Kunsthfahrt zur Sonderausstellung: Franz Marc – Die Suche nach einer besseren Welt Tagesfahrt mit dem Bus nach Düsseldorf zur Kunstsammlung NRW

Franz Marcs expressionistische Werke faszinieren mit leuchtenden Farben und tief berührenden Themen. Besonders seine Tierdarstellungen ziehen die Betrachter:innen in ihren Bann. Sie stehen für Harmonie und eine innige Verbundenheit mit der Natur – Werte, die in unserer heutigen Zeit oft verloren gehen. Obwohl Franz Marc (1880–1916) ein eher zurückgezogenes Leben führte, war er alles andere als ein Einzelgänger. Als engagierter Künstler und Kritiker baute er ein weitreichendes Netzwerk zwischen Paris, Berlin und München auf. Gemeinsam mit Wassily Kandinsky gründete er die Redaktionsgemeinschaft „Der Blaue Reiter“ und setzte sich leidenschaftlich für die moderne Kunst ein.

Die Ausstellung in der Kunstsammlung Nordrhein-Westfalen in Düsseldorf bietet Ihnen einen umfassenden Einblick in das Werk dieses außergewöhnlichen Künstlers.

8TL 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.



Franz Marc, Fuchs
© Medienzentrum Wuppertal

Neben dem Ausstellungsbesuch bleibt im Anschluss genügend Zeit für einen Besuch der Weihnachtsmärkte Düsseldorf.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

Leitung: Susanne Peters-Schildgen
Termin: Di, 24.11.2026, 9.00 - 19.00 Uhr
Treffpunkt: Musikschule am Bernskamp
Entgelt: 54,00 € (Busfahrt, Eintritt, Führung)



Leitung: Jörg Wilms
Termine: ab Mo, 21.9.2026, 19.30 - 22.00 Uhr
Ort: Ratsgymnasium, Aula,
Mittelstraße 50 - 52
Dauer: 5 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 32,00 €



Frank Goosen

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 Kulturamt, der VHS und der Mathias-Jakobs-Stadthalle durchgeführt.

Folgende Veranstaltungen sind in den nächsten Monaten vorgesehen:



Murzarella

Frank Goosen liest aus „Lovely Rita“
03.09.2026, 19.30 Uhr



Benjamin Eisenberg

DreierPasch mit Benjamin Eisenberg, Patrizia Moresco und Matthias Brodowy
01.10.2026, 19.30 Uhr



Patrizia Moresco

Murzarella: Murzarellas Music-Puppet-Comedy: Bauchgesänge ... ab in die zweite Runde
12.11.2026, 19.30 Uhr



Matthias Brodowy

Die Veranstaltungen finden im Lesecafé der Stadtbücherei statt.

Dort sind auch Karten im Vorverkauf zu erhalten.



Ruhrtriennale
Festival der Künste

SIDDHARTHA

Eine Reise zur Erleuchtung.

HERMANN HESSE, LISABOA
HOUBRECHTS, CAROLINE SHAW,
LETTISCHER RUNDfunkCHOR

10.–13. Sept Musiktheater Gladbeck
Maschinenhalle Zweckel,
Uraufführung

Die Ruhrtriennale findet vom 20. Aug – 20. Sept 2026 statt.

Tickets und das gesamte Programm auf ruhrtriennale.de

Foto: SIDDHARTHA © Amelke Dholander

Gesellschafter und öffentliche Förderer

Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen



REGIONALVERBAND
RUHR

Projektförderung

ammodo
art



Flanders
State of the Art



Fachbereichsleitung

Agnes Smeja-Lühr
Stellv. Leiterin der VHS
Tel.: 99 24 18
E-Mail: 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.

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.



Chorleiter Stephan Arnold

Leitung: Stephan Arnold
Termine: ab Mo, 31.8.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Dauer: 15 Termine, 45 U.Std.
Entgelt: 99,00 €

Uli Siebenborn ist Musiker, Trommellehrer und Diplom-Pädagoge. Seit mehr als 20 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, 26.9.2026, 15.00 - 17.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Entgelt: 13,90 € (keine Ermäßigung)

Die Sachkosten in Höhe von 5,00 € (Leihgebühr für eine Trommel) zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.

904 F – 908 F

Folkgitarre für Anfänger:innen

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, 6.10.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38
Dauer: 9 Termine, 18 U.Std.
Entgelt: 57,60 €

Die Sachkosten in Höhe von ca. 3,00 € für Kopien zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.



Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:
www.vhs-gladbeck.de



908 F Folkgitarre für Fortgeschrittene

Haben Sie Lust, in netter Runde das Gitarrenspiel zu erlernen oder zu vertiefen? Dieser Kurs wendet sich an alle, die im Anfänger:innen-Kurs mitgespielt haben und/oder ihre Gitarre entstauben und/oder als Refresher ihre Kenntnisse auffrischen möchten.

Dabei werden keine Notenkenntnisse benötigt. Notwendig ist der Spaß am Gitarrenspiel 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, 3.9.2026, 19.15 - 20.15 Uhr
Ort: Berufskolleg Gladbeck, kaufmännische Abteilung, Herderstr. 3
Dauer: 10 Termine, 13,33 U.Std.
Entgelt: 42,70 €

Die Sachkosten in Höhe von ca. 3,00 € für Kopien zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.

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, 7.9.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
Ort: Markuskirche, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 64,00 €

Die Sachkosten in Höhe von ca. 3,00 € für Kopien zahlen Sie bitte direkt an den Kursleiter.



913 F Spielkreis 2

Leitung: Rainer Migenda
Termine: ab Di, 8.9.2026, 17.30 - 19.00 Uhr
Ort: Berufskolleg Gladbeck, kaufmännische Abteilung, Herderstr. 3
Dauer: 9 Termine, 18 U.Std.
Entgelt: 57,60 €
Sachkosten: 3,50 € für Kopien

915 F Spielkreis 3

Leitung: Daniel-Gaetano Grillo
Termine: ab Mi, 7.10.2026, 20.00 - 21.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38
Dauer: 9 Termine, 18 U.Std.
Entgelt: 57,60 € für Kopien

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, 8.10.2026, 19.15 - 20.45 Uhr
Ort: Berufskolleg Gladbeck, kaufmännische Abteilung, Herderstr. 3
Dauer: 9 Termine, 18 U.Std.
Entgelt: 57,60 €
Sachkosten: 3,50 €



920 F Die Montagsmaler – Bunt und kreativ in die Woche

Mit diesem Kurs 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 Pappsteller, Haushaltsschwamm, Küchenrolle, Kreppklebeband, Baumwolllappen, Folie oder alte Zeitungen zum Unterlegen.

Leitung: Karin Schwarz
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 10.30 - 12.45 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 11 Termine, 33 U.Std.
Entgelt: 105,60 €

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 Farbmischen, 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, 7.9.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 13 Termine, 39 U.Std.
Entgelt: 128,70 €



SCHLOSSEREI MÜLLER

Europastraße 46c · 45968 Gladbeck

☎ **0 20 43/9 34 98 89**

schlossereigladbeck@yahoo.de · www.schlosserei-gladbeck.de

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

927

Malen und Zeichnen – Kreativmalerei

In diesem Kurs steht das kreative Gestalten im Mittelpunkt. Gemeinsam werden verschiedene Mal- und Zeichentechniken erkundet – vom freien, intuitiven Malen über experimentelle Mischtechniken bis hin zu vertiefenden zeichnerischen Übungen.

Die Teilnehmenden werden individuell begleitet und dort abgeholt, wo sie stehen. Neben der Förderung der eigenen Ausdruckskraft liegt der Fokus auch auf der Erweiterung technischer Kenntnisse – von Acryl- und Aquarellmalerei bis zu Mixed Media.

Durch angeleitete Fantasiereisen und kreative Aufgaben werden persönliche Themen und Wünsche bildnerisch umgesetzt.

Der Kurs ist geeignet für Anfänger:innen und Fortgeschrittene.

Bringen Sie gerne vorhandenes Material wie Farben, Pinsel, Stifte, Papier oder Leinwand sowie Wunschmaterialien mit. Eine Materialbestellung ist möglich.

Leitung: Katya Ayoub

Termine: ab Mi, 16.9.2026, 18.00 - 20.15 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Dauer: 12 Termine, 36 U.Std.

Entgelt: 115,20 €



© Katya Ayoub

**NUTZEN SIE UNSERE EXPERTISE & ERFAHRUNG
ZU IHREM VORTEIL**



ZIELGERICHTET, ERFOLGREICH, ZUVERLÄSSIG, PARTNERSCHAFTLICH

Das **#NetzwerkHandwerkGladbeck** ist ein Zusammenschluss von Gladbecker Handwerksbetrieben und steht für eine partnerschaftliche Zusammenarbeit auf Augenhöhe. Mit jahrelanger Erfahrung im Handwerk arbeiten wir stets lösungsorientiert und lassen dabei nie die ganzheitliche Betrachtung aus dem Auge.

#NetzwerkHandwerkGladbeck

www.handwerk-gladbeck.de

929 F Offene Malwerkstatt

Die Offene Malwerkstatt ist ein Treffpunkt für alle, die Lust auf kreatives Arbeiten haben – auch ohne Vorkenntnisse und vor allem ohne Leistungsdruck.

Dieser Nachmittag 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. Inspirationen sind vorhanden, eigene Ideen sind ebenfalls willkommen.

Kursleiterin Karin Schwarz ist es wichtig, die Teilnehmer:innen individuell zu beraten und zu unterstützen und auch Fortgeschrittenen zu helfen, ihre Technik zu verbessern und ihren eigenen Stil zu finden und zu fördern.

931 F Kreativzeit mit Acryl, Aquarell und Mixed Media für alle Erfahrungsstufen

Dieser Kurs bietet Ihnen einen unkomplizierten Einstieg in die Welt des Malens und Zeichnens mit Acryl, Aquarell und Mixed Media. Einsteiger:innen lernen mit kleinen Übungen die grundlegenden Maltechniken und Basiswissen zu Farblehre, Komposition sowie Licht- und Schattenwirkung.

Geübte Kreative können ihre Malpraxis weiter vertiefen und individuelle Ideen und Wunschmotive umsetzen. Wir malen in lockerer Atmosphäre und finden in der Gruppe immer wieder aufs Neue Inspiration und Austausch. Auch die Kombination verschiedener Mal- und Zeichentechniken, etwa mit Spachtelmasse, Collagen oder Drucktechniken, können in dem fortlaufenden Kurs erprobt werden.

Bringen Sie gerne vorhandenes Material (Farbe, Pinsel, Stifte, Papier oder Leinwand) mit. Materialbestellung ist möglich.

Ob klassische Aquarell- und Gouache-Malerei oder ausdrucksstarkes experimentelles Arbeiten mit Acryl, Spachtelmassen und Marmormehl, Einsatz von Aquarellkreiden, Kohle, Tusche – hier ist alles möglich.

Was jeder und jede mitbringen sollte: vorhandenes Material wie Malgründe, Pinsel und Farben, Bleistift, Radiergummi, Küchenrolle, Kittel oder altes Oberhemd.

Verschiedene Malgründe, Farben, Tuschen, Kreiden, Farbstifte und Spachtelmassen sind im Kurs vorhanden und werden nach Verbrauch berechnet.

Leitung: Karin Schwarz
Termine: ab Do, 17.9.2026, 11.00 - 13.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 11 Termine, 33 U.Std.
Entgelt: 105,60 €

Leitung: Kerstin Katemann
Termine: ab Do, 17.9.2026, 17.30 - 19.45 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 9 Termine, 27 U.Std.
Entgelt: 86,40 €



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.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Seminar.

Leitung: Frank Konopka
Termin: Mi, 2.9.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Entgelt: 20,20 € (keine Ermäßigung)



957 Grundkurs Fotografie Intensivkurs in der Kleingruppe

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.



© Frank Konopka

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihren Kameratyp an. Zum ersten Treffen ist es wichtig, die eigene Kamera mit Bedienungsanleitung mitzubringen.

Leitung: Frank Konopka
Termine: Do, 3.9.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Do, 10.9.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Sa, 12.9.2026, 9.00 - 12.15 Uhr
Do, 17.9.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Do, 24.9.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 5 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 84,30 €

958 - 959 Foto-Walks: Mit der Kamera Wittringen erkunden Exkursion in der Kleingruppe

An einem der schönsten Orte in Gladbeck bei einem Spaziergang die eigene Kamera und den Blick für schöne Fotos entdecken ist das Ziel dieser Foto-Spaziergänge. In übersichtlichen Gruppen erkunden Sie unter fachlicher Anleitung Wittringen und sehen anschließend mit einem neuen Blick Ihre Bilder. Es ist sinnvoll, neben der Kamera auch ein Stativ, aufgeladene Akkus und die Betriebsanleitung mitzunehmen.

958 Foto-Walk: Mit der Kamera Wittringen erkunden Exkursion in der Kleingruppe

Leitung: Frank Konopka
Termin: Sa, 26.9.2026, 10.00 - 13.00 Uhr
Treffpunkt: Holzbrücke am Wasserschloss
Wittringen, Burgstr. 64
Entgelt: 20,80 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.



959 Foto-Walk: Mit der Kamera Wittringen erkunden Exkursion in der Kleingruppe

Leitung: Frank Konopka
Termin: Sa, 10.10.2026, 10.00 - 13.00 Uhr
Treffpunkt: Holzbrücke am Wasserschloss
Wittringen, Burgstr. 64
Entgelt: 20,80 € (keine Ermäßigung)

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion.

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 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.



Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:
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 grob schamottierter 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, 15.9.2026, 9.30 - 11.45 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 11 Termine, 33 U.Std.
Entgelt: 112,20 €
Sachkosten: 13,00 € (Brenngebühr und Brennhilfsmittel)

Für Ton und Glasuren entstehen zusätzliche Kosten, die direkt mit der Kursleiterin abgerechnet werden.

971 F Keramik für Anfänger:innen und Fortgeschrittene abends

Leitung: Kornelia Jockenhöfer
Termine: ab Di, 15.9.2026, 18.30 - 20.45 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 11 Termine, 33 U.Std.
Entgelt: 112,20 €
Sachkosten: 13,00 € (Brenngebühr und Brennhilfsmittel)

Für Ton und Glasuren entstehen zusätzliche Kosten, die direkt mit der Kursleiterin abgerechnet werden.

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, 17.9.2026, 17.30 - 20.30 Uhr
Ort: Anne-Frank-Realschule, Kortestr. 13
Dauer: 10 Termine, 30 U.Std.
Entgelt: 96,00 €

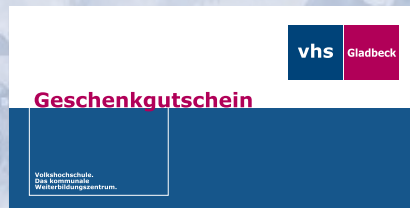


© Ralf Augustin

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.



ellen Gebrauch.



Fachbereichsleitung

Dr. Edesa Paheshti

Tel.: 99 23 09 / 47 93 758

E-Mail:

edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de

Gesundheits- bildung

Körperschulung und Bewegung

Viele körperliche Beschwerden entstehen durch Bewegungsmangel – vor allem im Alltag. Unsere Gesundheitskurse bieten sowohl einen unkomplizierten Einstieg als auch eine Vertiefung in gesundheitsfördernde Bewegung. Ziel ist es, das körperliche Wohlbefinden spürbar zu steigern.

Gezielte Übungen zur Muskelkräftigung, Dehnung und Entspannung unterstützen den Aufbau und die Entlastung des Halteapparats, verbessern die körperliche Leistungsfähigkeit und lindern Verspannungen.

1000 F Fitness für Generation 50 Plus abends, 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, 3.9.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
Ort: Sporthalle der Albert-Schweitzer-Schule, Weusterweg 3
Dauer: 12 Termine, 24 U.Std.
Entgelt: 88,80 €



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 die Fitness für Arbeit, Freizeit und insgesamt

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: Beate Maidhof
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 9.30 - 10.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1, Friedrichstr. 55
Dauer: 9 Termine, 12 U.Std.
Entgelt: 44,40 €

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, Sportschuhe, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.

samt das tägliche Leben zu steigern.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, Sportschuhe, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.



Ingeborg Busch

Leitung: Ingeborg Busch
Termine: ab Do, 10.9.2026, 20.15 - 21.15 Uhr
Ort: Sporthalle des Ratsgymnasiums, Mittelstr. 50
Dauer: 12 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 59,20 €

1005 F Gruppe 2 vormittags

Leitung: Beate Maidhof
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 10.45 - 11.45 Uhr
Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1, Friedrichstr. 55
Dauer: 9 Termine, 12 U.Std.
Entgelt: 44,40 €

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, Sportschuhe, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.

1006 F Gruppe 3 abends

Leitung: Sabine Schneider
Termine: ab Mo, 5.10.2026, 19.30 - 21.00 Uhr
Ort: Sporthalle der Pestalozzischule, Brahmsstr. 22
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 74,00 €

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, Sportschuhe, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

1018 F Pilates 50 Plus

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 Bewegungskompetenz und somit das Wohlbefinden.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Sportkleidung, Antirutschsocken, eine Matte, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

Leitung: Angelika Kostiuik
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 8.30 - 9.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Dauer: 12 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 65,60 €

1022 F – 1023 F Pilates

„Es ist der Geist, der sich den Körper formt.“ Aus dieser Erkenntnis entwickelte Joseph Pilates ein fundiertes Trainingssystem, das auf die Effizienz der Motorik und die Körperwahrnehmung ausgerichtet ist. Dadurch wirkt die Methode sowohl präventiv als auch korrektiv. Das vielseitige Trainingsprogramm fördert Stabilität, Mobilität, Kraft, Ausdauer und Entspannung. Im Mittelpunkt 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 Theraband mittlerer Stärke, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

1020 F Rückenschule und Wirbelsäulengymnastik

In diesem Kurs stärken wir gezielt die Rückenmuskulatur, um Rückenerkrankungen effektiv vorzubeugen. Durch abwechslungsreiches Training fördern wir die Beweglichkeit und unterstützen die Gesundheit der Teilnehmenden – für einen starken Rücken und mehr Lebensqualität bis ins hohe Alter.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Sportkleidung, Antirutschsocken, eine Matte, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

Leitung: Sabine Schneider
Termine: ab Mo, 5.10.2026, 10.30 - 12.00 Uhr
Ort: Musikschule, Ballettstudio,
Bernskamp 1
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 74,00 €

1022 F Pilates Workout am frühen Abend

Leitung: Daniele Schwander
Termine: ab Do, 10.9.2026, 18.30 - 19.45 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 16,67 U.Std.
Entgelt: 68,40 €

1023 F Pilates Workout am Abend

Leitung: Daniele Schwander
Termine: ab Do, 10.9.2026, 20.00 - 21.15 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 16,67 U.Std.
Entgelt: 68,40 €



1024 F Business Pilates für städtische Mitarbeitende

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.

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, ein Theraband mittlerer Stärke und evtl. eine Erfrischung.

Leitung: Angelika Kostiuik
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 16.30 - 17.30 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus,
Raum 24 (Oase), Friedrichstr. 7
Dauer: 12 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 65,60 €

1025

Yogi-Lates

Die perfekte Verbindung aus Yoga und Pilates

Yogi-Lates vereint die fließenden Dehnungen und die Entspannung des Yoga mit der gezielten Kräftigung und Körperstabilität aus dem Pilates. Der Kurs eignet sich für jedes Fitnesslevel, unabhängig davon, ob die Teilnehmenden Anfänger:innen oder Fortgeschrittene sind.

Durch sanfte und zugleich wirkungsvolle Übungen werden Beweglichkeit, Haltung, Balance und die Tiefenmuskulatur verbessert. Gleichzeitig unterstützt Yogi-Lates dabei, Stress abzubauen, Verspannungen zu lösen und neue Energie zu tanken.

Ein ganzheitliches Training für Körper und Geist, das kräftigt, mobilisiert und entspannt.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, eine Matte, eine Decke, dicke Socken, ein Kissen, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

Leitung: Angelika Kostiuik
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 19.15 - 20.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, EG, Kleiner Saal, Bülser Str. 38
Dauer: 12 Termine, 12 U.Std.
Entgelt: 45,60 €

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 Aerobic-einheiten 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, 7.9.2026, 19.30 - 21.00 Uhr
Ort: Sporthalle der Mosaikschule, Zum Stadtwald 3 b
Dauer: 11 Termine, 22 U.Std.
Entgelt: 81,40 €



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 wiederkommen.

Bitte bringen Sie zu allen Zumba-Kursen mit: bequeme Kleidung, Sportschuhe und evtl. eine Erfrischung.



Sylvia Grillo
 © Frank Konopka

FREIBAD SV13 GLADBECK
GANZJÄHRIG GEÖFFNET!
ÖFFNUNGSZEITEN UND AKTUELLE KURSTERMINE UNTER: 02043 26044
WWW.SV13.DE

1027 F Zumba®

Leitung: Michelle Schierenberg-Florian
Sylvia Grillo
Termine: ab Mo, 7.9.2026, 18.15 - 19.15 Uhr
Ort: Turnhalle der Pestalozzischule,
Brahmsstr. 22
Dauer: 6 Termine, 8 U.Std.
Entgelt: 28,80 €

1028 F Zumba®

Leitung: Michelle Schierenberg-Florian
Sylvia Grillo
Termine: ab Mi, 9.9.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
Ort: Erich-Kästner-Realschule,
Pädagogisches Zentrum,
Kortenkamp 11
Dauer: 6 Termine, 8 U.Std.
Entgelt: 28,80 €

1031 tanZen – Körper-Energie-Arbeit Workshop

Zen wird oft als „Offenbarung der Einfachheit“ beschrieben. tanZen lädt dazu ein, diese Einfachheit durch den eigenen Körper in Bewegung zu erfahren, achtsam und im Hier und Jetzt. Auf den eigenen Körper zu hören ist bereits der erste Akt des Bewusstseins.

Im Workshop beginnen wir mit einem Warm-up, um in Kontakt mit unserem Körper zu kommen. Der Fokus liegt dabei auf der Atmung und der Verbindung mit der Erde. In einer zweiten Phase wird der Improvisation und der Suche nach der eigenen Originalität in der Bewegung viel Platz gegeben. Gemeinsam versuchen wir, einen „Raum“ zu schaffen, in dem Fantasie und Kreativität frei durch den Körper fließen können.



Antonio Rusciano

1029 F Zumba®

Leitung: Michelle Schierenberg-Florian
Sylvia Grillo
Termine: ab Mo, 2.11.2026, 18.15 - 19.15 Uhr
Ort: Sporthalle der Pestalozzischule,
Brahmsstr. 22
Dauer: 6 Termine, 8 U.Std.
Entgelt: 28,80 €

1030 F Zumba®

Leitung: Michelle Schierenberg-Florian
Sylvia Grillo
Termine: ab Mi, 4.11.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
Ort: Erich-Kästner-Realschule,
Pädagogisches Zentrum,
Kortenkamp 11
Dauer: 6 Termine, 8 U.Std.
Entgelt: 28,80 €

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

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

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, Socken und evtl. eine Erfrischung.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Antonio Rusciano
Termin: Fr, 27.11.2026, 14.00 - 17.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Entgelt: 38,00 € (keine Ermäßigung)

1031 Tango Argentino – Workshop für Anfänger:innen

Der argentinische Tango ist eine besondere Form der nonverbalen Kommunikation zwischen zwei Menschen. In der gemeinsamen Bewegung entsteht ein Dialog, der Geschichte erzählt. Tangotanz macht in jedem Alter Freude. Vorkenntnisse oder besondere körperliche Fitness sind nicht erforderlich.

Dieser Workshop richtet sich an Anfänger:innen und vermittelt die Grundlagen dieses faszinierenden Tanzes. In freundlicher und entspannter Atmosphäre erlernen Sie die ersten Schritte und entdecken die vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten des argentinischen Tangos.



Alice Cerrato & Antonio Rusciano
© Herbert Wierich

Für diesen Workshop zum Kennenlernen brauchen Sie keine Partnerin/keinen Partner – Sie können sich als Einzelperson anmelden.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung und Schuhe mit glatter Sohle.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Antonio Rusciano
Termine: Sa, 7.11.2026, 14.00 - 16.30 Uhr
& So, 8.11.2026, 13.00 - 15.30 Uhr
Ort: Fritz-Lange-Haus,
EG, Saal, Friedrichstr. 7
Dauer: 2 Termine, 6,67 U.Std.
Entgelt: 70,00 € (keine Ermäßigung)

1033

**Move and Groove:
Urban Style Workshop
für Jugendliche: 12 – 17 Jahre
Beginner/Intermediat**

Groove, Energie und starke Beats: In diesem Workshop lernen Jugendliche verschiedene Urban Dance Styles kennen und verbinden Bewegung mit Musik. Elemente aus Hip-Hop, Commercial, Reggaeton und Afro fließen in abwechslungsreiche Choreografien ein. Schritt für Schritt werden neue Moves erarbeitet und zu einer gemeinsamen Choreo kombiniert.

Der Workshop richtet sich an Einsteiger:innen sowie an Teilnehmende mit Tanzerfahrungen. Im Mittelpunkt stehen Rhythmusgefühl, Ausdruck, Teamspirit und vor allem die Freude am Tanzen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Ester Paheshti
Termine: Sa, 24. & So., 25.10.2026,
jeweils 11.00-12.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Dauer: 2 Termine, 4 U.Std.
Entgelt: 10,00 € (Schüler:innen)



Ester Paheshti

1034 – 1035

**Orientalischer Tanz
Workshop für Mädchen und Frauen
Mindestalter: 16 Jahre**

Der orientalische Tanz eröffnet einen neuen Zugang zur eigenen Ausdruckskraft und fördert Körperbewusstsein sowie Selbstvertrauen. Im Mittelpunkt stehen Bewegungsfreude, Sinnlichkeit und ein ganz Erleben von Körper, Geist und Seele.

Die Kursleiterin verfügt über langjährige Erfahrungen im orientalischen Tanz und bildet sich regelmäßig durch Workshops und Fortbildungen weiter. Seit vielen Jahren leitet sie erfolgreich Tanzgruppen verschiedener Altersstufen.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung. Getanzt wird barfuß, in Baumwollsocken oder mit Schlappchen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor den Workshops.

1034

**Orientalischer Tanz I
Workshop für Mädchen und Frauen
ohne Vorkenntnisse
Mindestalter: 16 Jahre**

In wertschätzender Atmosphäre vermittelt die Dozentin basisschritte, grundlegende Armbewegungen sowie erste einfache Schrittkombinationen. Kleine Choreografie-Elemente ermöglichen schnelle Erfolgserlebnisse und Freude am Tanzen.

Ein Angebot, das Lebensfreude weckt und neue Energie schenkt.

Leitung: Irina Gabriel
Termin: Sa, 12.9.2026, 11.00 - 14.15 Uhr
(inkl. 15 Minuten Pause)
Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Entgelt: 26,00 € (keine Ermäßigung) /
13,00 € (Schüler:innen)



Irina Gabriel

1035

**Orientalischer Tanz II
Workshop für Mädchen und Frauen
mit Vorkenntnissen
Mindestalter: 16 Jahre**

Dieser Workshop richtet sich an Mädchen und Frauen mit ersten Erfahrungen im orientalischen Tanz, die ihre Kenntnisse vertiefen und erweitern möchten. Gemeinsam wird eine lebendige Choreografie im Stil Pop-Oriental erarbeitet.

Pop-Oriental ist eine moderne, dynamische Tanzform, die klassische Elemente des orientalischen Tanzes mit aktueller Musik und Einflüssen zeitgenössischer Tanzstile verbindet. Ausdrucksstarke Bewegungen, präzise rhythmische Akzente und mitreißende Musik sorgen für Energie, Freude und neue tänzerische Impulse.

Leitung: Irina Gabriel
Termin: Sa, 19.9.2026, 11.00 - 14.15 Uhr
(inkl. 15 Min. Pause)
Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Entgelt: 26,00 € (keine Ermäßigung) /
13,00 € (Schüler:innen)

1036

Albanische Volkstänze

Workshop für Schüler:innen

Alter: 12 – 15 Jahre

Lernt die lebendige Tanzkultur aus Albanien und aus dem Kosovo kennen und entdeckt die Vielfalt regionaler Tänze.

In diesem Workshop werden traditionelle Tänze wie Valle Kosovare, Vallja e Kukësit und Vallja e Rugovës vermittelt, sodass die Teilnehmenden sich mit den Bewegungen und Abläufen vertraut machen können.

Dieser Workshop ist für Schüler:innen im Alter 12 – 15 Jahre geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung. Getanzt wird barfuß, in Baumwollsocken oder mit Schläppchen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

1037

Albanische Volkstänze

Workshop

Mindestalter: 16 Jahre

Lernen Sie die lebendige Tanzkultur aus Albanien und aus dem Kosovo kennen und entdecken Sie die Vielfalt regionaler Tänze.

In diesem Workshop werden traditionelle Tänze wie Valle Kosovare, Vallja e Kukësit und Vallja e Rugovës vermittelt, sodass die Teilnehmenden sich mit den Bewegungen und Abläufen vertraut machen können.

Der Kurs ist für alle geeignet, die Freude am Tanzen haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



Teuta Gashi

Leitung: Teuta Gashi

Termin: Sa, 31.10.2026, 12.00 - 14.45 Uhr
(inkl. 30 Min. Pause)

Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38

Entgelt: 9,00 € (Schüler:innen)

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung. Getanzt wird barfuß, in Baumwollsocken oder mit Schläppchen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Teuta Gashi

Termin: Sa, 31.10.2026, 16.00 - 18.45 Uhr
(inkl. 30 Min. Pause)

Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38

Entgelt: 19,50 € (keine Ermäßigung) /
9,80 € (Schüler:innen)

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, 9.9.2026, 16.30 - 17.45 Uhr

Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1,
Friedrichstr. 55

Dauer: 12 Termine, 20 U.Std.

Entgelt: 82,00 €



Marianne Becker

1040 Feldenkrais-Workshop

Schwerpunkt: Schulter, Nacken und Kiefer

Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich entstehen häufig durch Stress und einseitige Belastungen im Alltag. Auch die Kiefermuskulatur – obwohl vergleichsweise klein – zählt zu den kräftigsten Muskelgruppen unseres Körpers und reagiert besonders sensibel auf innere Anspannung. Über muskuläre Verbindungen beeinflusst sie Nacken und Schulter stärker, als vielen bewusst ist.

In diesem Workshop widmen wir uns diesen Zusammenhängen mit ruhiger, achtsamer Bewegungsarbeit. Sanfte, fein abgestimmte Übungen unterstützen Sie dabei, Kiefer, Nacken und Schultern bewusst wahrzunehmen und behutsam zu mobilisieren. Ziel ist es, Spannungsmuster zu erkennen und Schritt für Schritt zu einem ausgewogenen Muskeltonus zurückzufinden. Die meisten Sequenzen werden entspannt in Rücken- oder Seitenlage am Boden ausgeführt.

Bitte bringen Sie mit: bequeme, warme Kleidung, Wollsocken, eine Matte, eine Decke, evtl. eine Erfrischung und eine gute Portion Entdeckungslust. Kopfunterlagen sind für den Kopf vorhanden.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Marianne Becker
Termin: Sa, 10.10.2026, 10.00 - 13.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Entgelt: 30,40 € (keine Ermäßigung)

1041 Feldenkrais-Workshop: Balance

Unter dem Einfluss der Schwerkraft ist unser Gleichgewichtssystem in Verbindung mit unserem Sehsinn und unserem 6. Sinn, der Eigenwahrnehmung des Körpers (Propriozeption) ständig damit beschäftigt, uns auszubalancieren. Diese Fähigkeit zur Balance ist keine feste Größe, sie lässt sich entwickeln und verfeinern.

In diesem Workshop werden wir über Bewegungssequenzen der Feldenkrais-Methode mit unseren Sinnen experimentieren und unsere Balance suchen. Die Bewegungssequenzen finden je nach Thema im Liegen oder Sitzen am Boden sowie im Stehen und Gehen statt.

Bitte bringen Sie mit: bequeme, warme Kleidung, Wollsocken, eine Matte, eine Decke, eine Erfrischung, ggf. einen Snack für die Mittagspause und eine gute Portion Entdeckungslust. Kopfunterlagen werden zur Verfügung gestellt.

Ein empfehlenswertes Video zum Thema Propriozeption (unser 6. Sinn) finden Sie in der ARD-Mediathek „Unser geheimnisvoller 6. Sinn – W wie Wissen“ vom 12. Februar 2022.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Marianne Becker
Termine: Sa., 7.11.2026 von 10.00 bis 15.00 Uhr (inkl. 30 Min. Pause)
Ort: (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Entgelt: 45,60 € (keine Ermäßigung)



1045 Stretch & Relax – Ausgleich für Körper und Geist

Dieser Kurs bietet die perfekte Synergie aus sanfter Beweglichkeit, faszialer Arbeit und wohlthuender Entspannung. Er richtet sich an alle, die ihren Körper nach einem langen Tag sanft dehnen, verklebte Faszien lösen und den Geist zur Ruhe bringen möchten. Durch eine Kombination aus statischen und dynamischen Fasziendehnungen, gehaltenen Positionen aus dem Yin Yoga sowie bewussten Atemübungen wird der Körper beweglicher und der Geist entspannter. Zum Abschluss jeder Einheit erfolgt eine wohlthuende, 20-minütige Meditationsreise, die zusätzlich dabei hilft, Stress abzubauen und neue Energie zu tanken.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, eine Matte, eine Decke, ein kleines Kissen, dicke Wollsocken und evtl. eine Erfrischung.

Leitung: Kristina Bechmann
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 17.00 - 18.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55
Dauer: 5 Termine, 10 U.Std.
Entgelt: 37,00 €

1046 Yogazeit für Schwangere Workshop

Die Schwangerschaft ist eine ganz besondere Zeit im Leben einer Frau. Bei all den Veränderung, die diese Zeit mit sich bringt, tut es gut, sich bewusst Raum und Zeit für sich selbst und die Verbindung zum Baby zu nehmen.

Sanftes Hatha Yoga fördert durch Entspannung, Atemübungen und gezielt ausgewählten Bewegungen das Wohlbefinden sowie die Stärkung von Körper und Geist. Speziell auf die Schwangerschaft abgestimmte Mini-Meditationen runden die gemeinsame Yoga-praxis ab. Zeit und Raum für gemeinsamen Austausch und Fragen stehen ebenfalls zur Verfügung.

1048 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.



Nina Lüdiger

Dieser Workshop richtet sich an Schwangere ab der 12. Schwangerschaftswoche. Sowohl Anfängerinnen als auch Frauen mit Yoga Erfahrung sind herzlich willkommen.

Die auf die Bedürfnisse der Schwangerschaft abgestimmte Yogazeit zielt darauf ab, eine inspirierende und nährnde Zeit zu schaffen. Zudem können einzelne Techniken in den Alltag integriert und der persönliche Methodenkoffer im Hinblick auf die Geburt erweitert werden.

Bitte bringen Sie mit: eigene Yogamatte, eine Decke, ausreichende Getränke, einen kleinen Snack, eine Teetasse, gemütliche Kleidung im Zwiebelprinzip sowie dicke Socken.

Dieser Workshop richtet sich an Schwangere ab der 12. Schwangerschaftswoche. Sowohl Anfängerinnen als auch Frauen mit Yoga Erfahrung sind herzlich willkommen.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Nina Lüdiger
Termin: Sa, 26.9.2026, 12.00 - 16.00 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Entgelt: 28,50 €

1048 F Yoga Grundkurs

Leitung: N. N.
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 16.45 - 18.15 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche,
EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 74,00 €



1055 F Yoga Grundkurs

Leitung: Man Lai Bittner
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1,
Friedrichstr. 55
Dauer: 12 Termine, 24 U.Std.
Entgelt: 88,80 €

1061 F Yoga-Aufbaukurs

Leitung: Man Lai Bittner
Termine: ab Mi, 16.9.2026, 19.45 - 21.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1,
Friedrichstr. 55
Dauer: 12 Termine, 24 U.Std.
Entgelt: 88,80 €



Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:
www.vhs-gladbeck.de



1062 F Yoga für Anfänger:innen Kleingruppe

Yoga für Anfänger:innen ist ein schrittweiser Prozess, der durch Übung Fortschritte macht. Der Fokus liegt auf dem Körpergefühl, mit gleichmäßigen Bewegungen und einem langsameren Tempo. Daher eignet es sich gut für den Aufbau einer Yoga-Grundlage. Der Schlüssel liegt in konsequentem Üben, jede Sitzung kann zu mehr körperlicher und geistiger Stabilität beitragen. Langsame Atemübungen in Kombination mit Yoga-Asanas können Stress abbauen und Entspannung fördern.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, eine Übungsmatte, eine Decke, Wollsocken und evtl. eine Erfrischung.

Leitung: Man Lai Bittner
Termine: ab Mo, 14.9.2026, 10.15 - 11.45 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Büler Str. 38
Dauer: 12 Termine, 24 U.Std.
Entgelt: 108,40 €



1068 F Yoga gegen Rückenschmerzen

Leitung: Man Lai Bittner
Termine: ab Di, 15.9.2026, 10.45 - 12.15 Uhr
Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1, Friedrichstr. 55
Dauer: 13 Termine, 24 U.Std.
Entgelt: 88,80 €

1069 Yoga auf und mit dem Stuhl



Stuhl-Yoga ist eine Yoga-Variante, bei der die Übungen auf und mit einem Stuhl als Stütze ausgeführt werden. Sie eignet sich für Menschen jeden Alters und Fitnesslevels, besonders für diejenigen mit Gleichgewichtsproblemen, Gelenkschmerzen oder eingeschränkter Beweglichkeit.

Die Übungen sind sorgfältig ausgewählt, um gezieltes Dehnen zu ermöglichen, die Muskulatur zu stärken, Flexibilität und Gleichgewicht zu fördern sowie Stress abzubauen. Gleichzeitig unterstützen Sie Entspannung und Konzentration.

Wir gehen dabei individuell auf Ihre Bedürfnisse ein.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, eine Decke, dicke Wollsocken und evtl. eine Erfrischung. Bei Bedarf können Sie ein Sitzkissen für den Stuhl mitbringen.

Leitung: Man Lai Bittner
Termine: ab Di, 15.9.2026, 12.45 - 13.45 Uhr
Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1, Friedrichstr. 55
Dauer: 12 Termine, 16 U.Std.
Entgelt: 59,20 €

1070 Selbstverteidigung & Taekwondo für Mädchen und Frauen – Mehr Selbstvertrauen, Sicherheit und Fitness im Alltag Kooperation mit dem TSC Gladbeck e. V. Mindestalter: 14 Jahre

In diesem Kurs lernen Frauen effektive Selbstverteidigungstechniken in Kombination mit Bewegungs- und Grundtechniken des Taekwondo – einer koreanischen Kampfkunst, die Körper und Geist gleichermaßen stärkt. Sie üben nicht nur wirkungsvolle Techniken, um sich in Gefahrensituationen besser schützen zu können, sondern werden Schritt für Schritt auch an Tritte, Schläge und Bewegungsabläufe herangeführt, die leicht erlernbar sind und Spaß machen.

Ziel des Kurses ist es, mehr Selbstvertrauen und Sicherheit im Alltag zu gewinnen und sich dabei gleichzeitig fit zu halten.



Stella Bozukyan und Hacik Bozukyan

Das Training ist abwechslungsreich und richtet sich an Mädchen und Frauen (Mindestalter: 14 Jahre) – unabhängig von sportlicher Erfahrung. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Sportkleidung, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung. Trainiert wird barfuß.

Leitung: Stella Bozukyan & Hacik Bozukyan
Termine: ab Do, 17.9.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Ort: Trainingshalle des TSC Gladbeck, Rentforter Str. 52
Dauer: 10 Termine, 20 U.Std.
Entgelt: 74,00 €

1071 Bauch weg statt Diätfrust: Die fünf größten Abnehm-Fehler und wie Sie sie vermeiden

Workshop

Ständiges Kalorienzählen, strenge Diäten und trotzdem bleibt der Erfolg aus? Viele Menschen machen unbewusst immer wieder die gleichen Fehler und genau das verhindert dauerhaftes Abnehmen. In diesem Seminar erfahren Sie, welche 5 Abnehm-Fehler fast alle begehen und wie Sie sie endlich vermeiden können. Sie bekommen klare, leicht umsetzbare Strategien, die sofort wirken und Ihr Abnehm-Ziel realistisch machen. Schluss mit Frust, starten Sie Ihren Weg zu einem schlankeren Bauch und mehr Leichtigkeit!

Robert Esser ist Ernährungswissenschaftler und Abnehmexperte.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Robert Esser
Termin: Do, 8.10.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 1. Etage, Seminarraum 2, Bülser Str. 38
Entgelt: 13,20 € (keine Ermäßigung)



Robert Esser

1072 Abnehmen ab 40: Warum es plötzlich schwerer wird und was wirklich hilft?

Workshop

Sie essen nicht anders als früher und trotzdem nehmen Sie zu? Ab 40 verändert sich unser Körper: Hormone, Muskelabbau und ein Träger Stoffwechsel machen es schwerer, Gewicht zu verlieren. Doch es gibt Lösungen! In diesem Seminar erfahren Sie, was genau hinter diesen Veränderungen steckt und welche Strategien wirklich funktionieren, speziell für Frauen und Männer ab 40. So verstehen Sie Ihren Körper besser und können gezielt abnehmen, statt sich weiter zu quälen.

Robert Esser ist Ernährungswissenschaftler und Abnehmexperte.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Robert Esser
Termin: Do, 15.10.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 1. Etage, Seminarraum 2, Bülser Str. 38
Entgelt: 13,20 € (keine Ermäßigung)

1073 Energie statt Müdigkeit: Gesunde Ernährung trotz stressigem Alltag

Workshop

Sie sind ständig müde, schlapp und ohne Antrieb, obwohl Sie genug essen? Oft liegt es nicht an zu wenig Nahrung, sondern an den falschen Lebensmitteln und Gewohnheiten. In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie sich auch im hektischen Alltag so ernähren können, dass Ihr Körper wieder mehr Energie bekommt. Mit einfachen Tipps, die sofort umsetzbar sind, lernen Sie, welche Mahlzeiten und Snacks wirklich Power geben und wie Sie Müdigkeit nach dem Essen vermeiden. Perfekt für alle, die endlich wieder fitter, wacher und leistungsfähiger durchs Leben gehen möchten.

Robert Esser ist Ernährungswissenschaftler und Abnehmexperte.

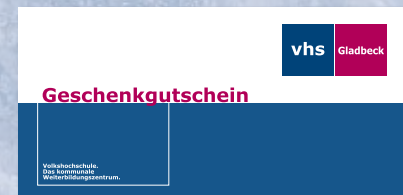
Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

Leitung: Robert Esser
Termin: Do, 5.11.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, 1. Etage, Seminarraum 2, Bülser Str. 38
Entgelt: 13,20 € (keine Ermäßigung)

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.





Sabine Schüren

1074 – 1075

Ganzheitlich gesund: Yoga, Ayurveda & die Kunst der Selbstfürsorge Intensivseminar/Bildungsurlaub

„Tu deinem Leib etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen.“
(Teresa von Avila)

Im Alltag sind wir häufig gefordert, mehrere Dinge gleichzeitig zu bewältigen. Ständige Erreichbarkeit, digitale Informationsflut und ein hohes Arbeitstempo führen oft dazu, dass wir unsere eigenen Bedürfnisse aus dem Blick verlieren. Die Kunst der Selbstfürsorge bedeutet, bewusst innezuhalten, achtsam mit sich selbst umzugehen und Körper, Geist und Seele in Balance zu bringen. Yoga und Ayurveda bieten hierfür wertvolle Werkzeuge, die im Beruf wie im Privatleben spürbar unterstützen können.

Dieser Bildungsurlaub widmet sich ganzheitlicher Gesundheit und zeigt Wege auf, wie wir mit Yoga, Ayurveda und Achtsamkeit zu einem gesunden Rhythmus zurückfinden. Entschleunigung, Körperbewusstsein und bewusstes Innehalten stärken nicht nur die Gesundheit, sondern auch Konzentrationsfähigkeit, Motivation und Erfolg im Alltag und Beruf.

Die Teilnehmenden lernen, die Signale ihres Körpers besser wahrzunehmen und gezielt

zu entspannen. Alle vorgestellten Techniken sind so gestaltet, dass sie sich leicht in den (Berufs-)Alltag integrieren lassen.

Inhalte:

- 1. Tag:** Tiefenentspannung und Yoga (Theorie und Praxis)
- 2. Tag:** Stress verstehen – Wirkung von Entspannung, Yoga Flow
- 3. Tag:** Ayurveda – Empfehlungen für ein typgerechtes, gesundes Leben
- 4. Tag:** Die sieben Säulen der Gesundheit, Rückenyooga, Yin Yoga
- 5. Tag:** Selbstfürsorge im Alltag – Kurzentspannungstechniken für zuhause

Dieser Bildungsurlaub bietet eine ganzheitliche Einführung in die Prinzipien von Yoga und Ayurveda. Die Verbindung von Theorie und Praxis vermittelt wertvolle Impulse für ein gesundes, ausgeglichenes Leben – im Einklang mit Körper, Geist und Seele.

Das Angebot entspricht den Erfordernissen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG). Für die Teilnahme an dieser Veranstaltung kann beim Arbeitgeber Freistellung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz beantragt werden (Bildungsurlaub).

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.

Bitte bringen Sie mit:

Schreibunterlagen, bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Matte, eine Decke, ein Sitzkissen, Getränke und Verpflegung. Meditationsbänke sind vorhanden.

Anmeldungen sind im Haus der VHS, Friedrichstr. 55, Telefon 02043/99-2415 oder per E-Mail an vhs@stadt-gladbeck.de möglich.

Antragstellung beim Arbeitgeber: spätestens 6 Wochen vor Kursbeginn; letzter Rücktrittstermin bei der VHS: 2 Wochen vor Kursbeginn.

1074

Ganzheitlich gesund: Yoga, Ayurveda & die Kunst der Selbstfürsorge Intensivseminar/Bildungsurlaub

Leitung: Sabine Schüren
Termine: Mo, 17.8.2026 – Do, 20.8.2026, 9.30 Uhr – 16.00 Uhr und Fr, 21.8.2026, 9.30 – 13.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1, Friedrichstr. 55
Dauer: 5 Termine, 31,33 U.Std.
Entgelt: 251,00 € (keine Ermäßigung)
Sachkosten: 4,00 € (Tee und Ayurveda Suppe)

1075

Ganzheitlich gesund: Yoga, Ayurveda & die Kunst der Selbstfürsorge Intensivseminar/Bildungsurlaub

Leitung: Sabine Schüren
Termine: Mo, 26.10.2026 – Do, 29.10.2026, 9.30 Uhr – 16.00 Uhr und Fr, 30.10.2026, 9.30 – 13.30 Uhr
Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1, Friedrichstr. 55
Dauer: 5 Termine, 31,33 U.Std.
Entgelt: 251,00 € (keine Ermäßigung)
Sachkosten: 4,00 € (Tee und Ayurveda Suppe)



Ihr direkter Weg zur
VHS-Homepage



1076 – 1077

Yin Yoga weihnachtlich Workshop

Die Adventszeit ist eine Zeit der Ruhe und Besinnung – die gönnen wir uns an diesem Nachmittag. Der Schwerpunkt der Yin-Übungen liegt auf der Entspannung des Rückens, während wir unseren Geist mit weihnachtlichen Texten, Geschichten, Düften und Musik zur Ruhe kommen lassen. Ein Genuss für alle Sinne! Beim Yin Yoga werden die Asanas länger gehalten (ca. 3-5 Minuten), so wird eine tiefere Wirkung bis ins Bindegewebe (Faszien) hinein spürbar und der Energiefluss in den Meridianen ange-regt. Wir unterstützen den Körper mit Hilfs-mitteln, so dass locker und ohne Muskel-kraft geübt werden kann. Körperliche Verspannungen können sich lösen, der Geist kommt zur Ruhe und ein wunderbares Gefühl der tiefen Zufriedenheit kann sich einstellen.

1080 F

Tai Chi Chuan (Yang-Stil)

für Teilnehmer:innen mit Vorkenntnissen im klassischen Yang-Stil
nach Alt-Meister Yang Chengfu (1. Teil)
Kleingruppe

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. Je nach Fortschritt kann auch der zweite Teil der Form unterrichtet werden. In Folgekursen kann auch der dritte Teil der Form unterrichtet werden.

Gönnen Sie sich drei Stunden tiefer Entspannung und gehen Sie gelöst und zuversichtlich in die Weihnachtszeit!

*Ein entspannter Mensch
ist ein gesunder Mensch.“ (Laotse)*

Bitte bringen Sie mit: bequeme, wärmende Kleidung, dicke Socken, eine Yoga-Matte, eine Decke, ein Yoga- oder normales Kissen und evtl. eine Erfrischung.

Letzter Rücktrittstermin: 7 Tage vor dem Workshop.

1076

Yin Yoga weihnachtlich Workshop

Leitung: Sabine Schüren

Termin: Fr, 11.12.2026, 18.00 - 21.00 Uhr

Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1,
Friedrichstr. 55

Entgelt: 30,40 € (keine Ermäßigung)

1077

Yin Yoga weihnachtlich Workshop

Leitung: Sabine Schüren

Termin: Sa, 12.12.2026, 15.00 - 18.00 Uhr

Ort: Haus der VHS, Seminarraum 1,
Friedrichstr. 55

Entgelt: 30,40 € (keine Ermäßigung)

1081

Tai Chi Chuan (Yang-Stil) für Beginnende Kleingruppe

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, 22.9.2026, 17.00 - 18.30 Uhr

Ort: Fritz-Lange-Haus, Raum 24 (Oase),
Friedrichstr. 7

Dauer: 10 Termine, 24 U.Std.

Entgelt: 146,40 € (keine Ermäßigung)

Leitung: Michael Kather

Termine: ab Di, 22.9.2026, 18.45 - 20.15 Uhr

Ort: Fritz-Lange-Haus, Raum 24 (Oase),
Friedrichstr. 7

Dauer: 12 Termine, 24 U.Std.

Entgelt: 146,40 € (keine Ermäßigung)



Foto aus Semester 2/2023
© Frank Konopka

1086 F – 1087 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.

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).

1086 F Medizinisches Qi Gong

Leitung: Young-Soon Moon
Termine: ab Di, 15.9.2026, 19.00 - 19.45 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Dauer: 11 Termine, 11 U.Std.
Entgelt: 50,60 €

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe oder warme Socken, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

1087 F Medizinisches Qi Gong

Leitung: Young-Soon Moon
Termine: ab Di, 15.9.2026, 20.00 - 20.45 Uhr
Ort: (ehem.) Markuskirche, EG, kleiner Saal, Bülser Str. 38
Dauer: 11 Termine, 11 U.Std.
Entgelt: 50,60 €

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe oder warme Socken, ein Handtuch und evtl. eine Erfrischung.

1088 Walking und Beweglichkeit am Samstag im Wittlinger Wald

Starten Sie mit uns aktiv in den Samstag. An drei Septemberwochenenden laden wir Sie in den Wittlinger Wald ein, um die spät-sommerliche Natur zu genießen und sich gemeinsam in Bewegung zu bringen. Beim Walking trainieren wir viele Muskelgruppen und stärken die Ausdauer. An der frischen Luft macht das gleich doppelt Freude.

Zwischendurch gibt es kleine Bewegungspausen mit einfachen Gymnastik- und Dehnübungen. Dazu erhalten Sie hilfreiche Tipps rund um Haltung, Beweglichkeit und Gesundheit.

Im Vordergrund steht der Spaß an der Bewegung, das gemeinsame Erleben in der Natur und das gute Gefühl, etwas für sich zu tun. Trainiert wird bei jedem Wetter.

Bitte nehmen Sie mit: dem Wetter angepasste Kleidung, für das Walking geeignete Schuhe und eventuell eine kleine Erfrischung. Es wird nicht mit Walkingstöcken gelaufen!

Leitung: Ingeborg Busch
Termine: ab Sa, 12.9.2026, 10.00 - 11.15 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz am Ellinghorster Sportplatz, Ellinghorster Str. 40
Dauer: 3 Termine, 5 U.Std.
Entgelt: 15,00 €



1093 F – 1094 F

Aktive Mittagspause – Gesundheitskurse für mehr Wohlbefinden im Arbeitsalltag für städtische Mitarbeitende

Langes Sitzen und zu wenig Bewegung gehören für viele zum Büroalltag – kein Wunder, dass Rücken, Nacken oder Konzentration oft leiden. Die Aktive Mittagspause sorgt für einen gesunden Ausgleich: In kurzen, effektiven Einheiten werden unter fachkundiger Anleitung Mobilisation, Kräftigung und Entspannung kombiniert – einfach, alltagstauglich und ohne Umziehen.

Neueinsteiger sind jederzeit herzlich willkommen!

Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe oder warme Socken, eine Matte und evtl. eine Erfrischung.



© Frank Konopka



1093 F Gruppe 1

Leitung: Angelika Kostiuik

Termine: ab Mi, 16.9.2026, 12.10 - 12.40 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Dauer: 12 Termine, 8 U.Std.

Entgelt: 30,40 €

1094 F Gruppe 2

Leitung: Angelika Kostiuik

Termine: ab Mi, 16.9.2026, 12.50 - 13.20 Uhr

Ort: Haus der VHS, Friedrichstr. 55

Dauer: 12 Termine, 8 U.Std.

Entgelt: 30,40 €

1095

Gelassen und souverän im stressigen Alltag – wie wir Stresskompetenz gezielt aufbauen Online-Vortrag



Stress gilt laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als „die größte Gesundheitsgefahr des 21. Jahrhunderts“. Zeitdruck, hohe Anforderungen im Alltag und der innere Kritiker führen häufig dazu, dass wir uns zusätzlich selbst unter Druck setzen. Die Folgen zeigen sich oft deutlich: Verspannungen, Herz-Kreislauf-Beschwerden sowie Verdauungs- und Schlafstörungen.

Doch es gibt wirksame Wege, dem entgegenzuwirken. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihr Stresslevel nachhaltig senken, gelassener mit Belastungen umgehen und Stress gezielt abbauen können. Dabei wird deutlich, dass erfolgreiches Stressmanagement weit über reine Entspannung hinausgeht. Sie lernen, wie Sie Ihre persönliche Stresskompetenz aufbauen und langfristig stärken können.

Bemerkung: Den Zoom-Link erhalten die Teilnehmer:innen rechtzeitig per E-Mail.

Leitung: Steve Windisch

Termin: Mo, 14.9.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: online via ZOOM

Entgelt: 10,00 € (keine Ermäßigung)

1096

Gelassen und souverän im stressigen Alltag – Gesundheit beginnt im Kopf – wie Gedanken den Körper beeinflussen Online-Vortrag



Unser Denken und unsere Emotionen haben einen größeren Einfluss auf unsere körperliche Gesundheit, als vielen bewusst ist. Stress kann den Körper schwächen, während eine positive innere Haltung Heilungsprozesse unterstützen kann.

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Gedanken und Gefühle auf den Körper wirken – und wie Sie diesen Zusammenhang gezielt für Ihr Wohlbefinden nutzen können. Sie erhalten inspirierende Einblicke und alltagstaugliche Impulse, um gelassener mit Belastungen umzugehen und Ihre innere Widerstandskraft zu stärken.

Der Vortrag zeigt, wie wir nicht auf Krankheit reagieren, sondern aktiv zur Förderung unserer Gesundheit beitragen können.

Bemerkung: Den Zoom-Link erhalten die Teilnehmer:innen rechtzeitig per E-Mail.

Leitung: Steve Windisch

Termin: Mo, 9.11.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

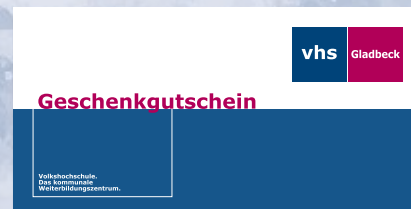
Ort: online via ZOOM

Entgelt: 10,00 € (keine Ermäßigung)

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.



?



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.



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).

**KOCHEN
MACHT SPASS!**



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.

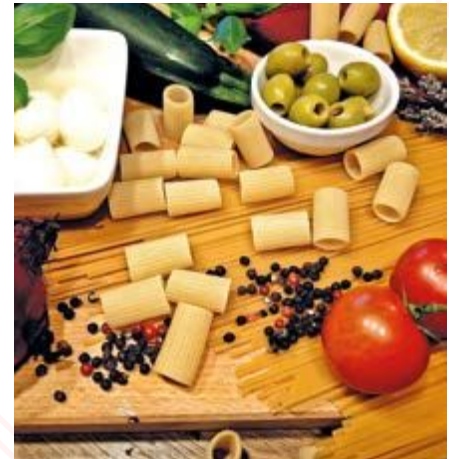


Das Entgelt und die Sachkosten beziehen sich auf einen Erwachsenen mit einem Kind. Wird ein zweites Kind zum Kurs mitgebracht, erhöhen sich die Sachkosten um 6,00 €.

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 orientalischtürkischen 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

Lieblingsstücke, 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 €



Fachbereichsleitung

Dr. Edesa Paheshti

Tel.: 99 23 09 / 47 93 758

E-Mail: 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 Kursleiterin geht 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.

Die Kurse „Lesen und Schreiben von Anfang an“ wenden sich an Menschen mit Deutsch als Erstsprache sowie an Personen, die über sehr gute Deutschkenntnisse verfügen.



Weiterführende Informationen finden Sie im Imagefilm des Alphanetz NRW unter: <https://alphanetz-nrw.de/alphanetz-nrw/imagefilm2/>

Für diejenigen, die online Schreiben und Rechnen lernen oder ihre Kenntnisse in den Schulfächern Deutsch, Mathe und Englisch verbessern möchten gibt es das vhs-Lernportal: www.vhs-lernportal.de

<https://www.vhs-gelsenkirchen.de/programm/www.vhs-lernportal.de>

Online-Anmeldungen sind über die VHS-Homepage möglich:
www.vhs-gladbeck.de



Katrin Tilly-Schettgen

1201 F Lesen und Schreiben von Anfang an Gruppe 1

Leitung: Katrin Tilly-Schettgen
Termine: ab Mi, 9.9.2026,
18.30 - 20.45 Uhr
Ort: Berufskolleg Gladbeck,
Herderstr. 3, Raum 3009
Dauer: 13 Termine, 39 U.Std.
Sachkosten: 20,00 € 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, 10.9.2026, 8.15 - 9.45 Uhr
Ort: Caritas-Werkstätten,
Mühlenstr. 1 - 3
Dauer: 13 Termine, 26 U.Std.



Schulabschlüsse nachholen – Ihre Chance!

Die Volkshochschule bietet die Möglichkeit, folgende staatlich anerkannte Schulabschlüsse nachträglich zu erwerben:

- Erster Schulabschluss (vormals „Hauptschulabschluss“)
- Erweiterter erster Schulabschluss (vormals „Hauptschulabschluss nach Klasse 10 A“)
- Mittlerer Schulabschluss (Fachoberschulreife)

Teilnahmevoraussetzungen

- Erfüllung der allgemeinen Schulpflicht (Vollzeitschulpflicht und Berufsschulpflicht).
- Bereitschaft zur regelmäßigen Teilnahme und aktiven Mitarbeit im Unterricht.

Unterricht und Organisation

Der Unterricht findet in Präsenz in der ehemaligen Markuskirche, Bülser Str. 38, statt. Die Lehrgänge orientieren sich am Schuljahr der allgemeinbildenden Schulen in Nordrhein-Westfalen und übernehmen deren Ferienregelung.

Sprachprüfung

Spätaussiedler:innen und Ausländer:innen können unter bestimmten Voraussetzungen anstelle des Faches Englisch eine Sprachprüfung in ihrer Herkunftssprache ablegen.

Beratung und Anmeldung

Eine Aufnahme oder Vormerkung für einen Lehrgang ist nur nach einem persönlichen Beratungsgespräch möglich. Wir empfehlen daher, sich frühzeitig zu informieren und einen Termin zu vereinbaren.



Bitte bringen Sie zum Beratungstermin folgende Unterlagen im Original mit:

- gültiger Personalausweis
- tabellarischer Lebenslauf
- letztes Abschluss- oder Abgangszeugnis

Ihre Ansprechpartnerin

Dr. Edesa Paheshti
Tel. 99 23 09 & 47 93 758
E-Mail: edesa.paheshti@stadt-gladbeck.de

1210

Erster Schulabschluss-Lehrgang

1. Semester

In diesem Lehrgang werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte/ Politik und Biologie erteilt.

Die Abschlussprüfungen finden in den Fächern Deutsch, Mathematik und Englisch als zentral organisierte standardisierte Prüfungen statt.

Leitung: Dr. Edesa Paheshti

Termine: ab Di, 15.9.2026, montags bis freitags

Ort: (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38

Dauer: 75 Termine, 240 U.Std.

1211

Erweiterter Erster Schulabschluss-Lehrgang

1. Semester

In diesem Lehrgang werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte/ Politik, Informatik 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 Ersten Schulabschluss (vormals „Hauptschulabschluss“) verfügen.

Leitung: Dr. Edesa Paheshti

Termine: ab Mo, 14.9.2026, montags bis freitags

Ort: (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38

Dauer: 50 Termine, 270 U.Std.

**Neue Schulabschlusslehrgänge beginnen Montag, 14.9.2026!
Anmeldungen noch möglich!**

1212 Mittlerer Schulabschluss-Lehrgang 3. Semester

In diesem Lehrgang werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte/ Politik, Informatik 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“) verfügen.

Leitung: Dr. Edesa Paheshti
Termine: ab Mo, 14.9.2026,
montags bis freitags
Ort: (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38
Dauer: 75 Termine, 300 U.Std.

1213 Erweiterter Erster Schulabschluss- Lehrgang 2. Semester

In diesem Lehrgang werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte/ Politik, Informatik 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 Ersten Schulabschluss (vormals „Hauptschulabschluss“) verfügen.

Leitung: Dr. Edesa Paheshti
Termine: ab Mo, 14.12.2026,
montags bis freitags
Ort: (ehem.) Markuskirche, Bülser Str. 38
Dauer: 50 Termine, 270 U.Std.



(ehem.) Markuskirche
© 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. 0209/638 414 200

und

Ruhrkolleg Essen

(Tagesschule):
Seminarstraße 9 - 13
45138 Essen
Tel. 0201/26 36 40

Weiterbildungskolleg Emscher - Lippe



Abendgymnasium und Kolleg
der Stadt Gelsenkirchen

Raum für Bildung

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.

Bei Lehrgängen zum nachträglichen Erwerb eines schulischen Abschlusses der Sekundarstufe I entscheidet die Volkshochschule nach pflichtgemäßem Ermessen über das Vorliegen der Teilnahmevoraussetzungen. Dies umfasst insbesondere die Entscheidung über die Aufnahme in den Lehrgang, den Wechsel in einen höheren Kurs sowie die Zulassung zu Abschluss- oder Einzelprüfungen. Ein Anspruch auf Teilnahme an dem Lehrgang oder auf Zulassung zu Prüfungen besteht nicht, sofern die erforderlichen Voraussetzungen nicht nachgewiesen werden. Die Aufnahme in einen Lehrgang sowie die Entscheidung über eine verbindliche Anmeldung oder die Aufnahme in eine Warteliste erfolgen nur nach einer persönlichen Beratung. Im Rahmen des Beratungsgesprächs wird zwischen den Bewerber:innen und der Volkshochschule eine Vereinbarung über die Teilnahme an Schulabschlusslehrgängen geschlossen. Die Volkshochschule kann den Vertrag während eines Unterrichtsabschnittes aus wichtigem Grund mit sofortiger Wirkung kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere vor, wenn beachtliche Verstöße gegen die Teilnahmebedingungen vorliegen.

Entgelte/Ermäßigung

Die Grundlage der Entgeltberechnung und der Entgelt Ermäßigung 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.vhs-gladbeck.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 zurückzahlen – 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.

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)



Die Stadt Gladbeck als Trägerin der VHS ist Mitglied im „**Landesverband der Volkshochschulen von NRW e.V.**“ (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)



The European Language Certificates (telc)

Die VHS Gladbeck ist akkreditiertes Prüfungszentrum für Europäische Sprachen. (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)



Im Auftrag des Bundesministeriums des Innern übernimmt die Gesellschaft für Akademische Studienvorbereitung und Testentwicklung e.V. (g.a.s.t.) seit dem 01.01.2023 die Administration und Durchführung des Deutsch-Tests für Zuwanderer (DTZ).

Die VHS Gladbeck ist akkreditiertes Prüfungszentrum für den Deutsch-Test für Zuwanderer (www.gast.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 Verarbeitung zur 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 Systeminstellungen ihres Browsers zu deaktivieren. Gespeicherte Cookies können in den Systeminstellungen 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 Haftungsverpflichtungen 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 indiziert 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
Datenschutz-Generator.de
von RA Dr. Thomas Schwenke
vom Websiteinhaber angepasst



Allgemeine Informationen

Monat	KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Juli	26	22.06.	23.06.	24.06.	25.06.	26.06.	27.06.	28.06.
	27	29.06.	30.06.	01.07.	02.07.	03.07.	04.07.	05.07.
	28	06.07.	07.07.	08.07.	09.07.	10.07.	11.07.	12.07.
	29	13.07.	14.07.	15.07.	16.07.	17.07.	18.07.	19.07.
August	30	20.07.	21.07.	22.07.	23.07.	24.07.	25.07.	26.07.
	31	27.07.	28.07.	29.07.	30.07.	31.07.	01.08.	02.08.
	32	03.08.	04.08.	05.08.	06.08.	07.08.	08.08.	09.08.
	33	10.08.	11.08.	12.08.	13.08.	14.08.	15.08.	16.08.
	34	17.08.	18.08.	19.08.	20.08.	21.08.	22.08.	23.08.
	35	24.08.	25.08.	26.08.	27.08.	28.08.	29.08.	30.08.
September	36	31.08.	01.09.	02.09.	03.09.	04.09.	05.09.	06.09.
	37	07.09.	08.09.	09.09. <small>Semestereröffnung</small>	10.09.	11.09.	12.09.	13.09.
	38	14.09. <small>Beginn der Kurse</small>	15.09.	16.09.	17.09.	18.09.	19.09.	20.09.
Oktober	39	21.09.	22.09.	23.09.	24.09.	25.09.	26.09.	27.09.
	40	28.09.	29.09.	30.09.	01.10.	02.10.	03.10. <small>Tag der Dt. Einheit</small>	04.10.
	41	05.10.	06.10.	07.10.	08.10.	09.10.	10.10.	11.10.
	42	12.10.	13.10.	14.10.	15.10.	16.10.	17.10.	18.10.
	43	19.10.	20.10.	21.10.	22.10.	23.10.	24.10.	25.10.
November	44	26.10.	27.10.	28.10.	29.10.	30.10.	31.10.	01.11.
	45	02.11.	03.11.	04.11.	05.11.	06.11.	07.11.	08.11.
	46	09.11.	10.11.	11.11.	12.11.	13.11.	14.11.	15.11.
	47	16.11.	17.11.	18.11.	19.11.	20.11.	21.11.	22.11.
Dezember	48	23.11.	24.11.	25.11.	26.11.	27.11.	28.11.	29.11.
	49	30.11.	01.12.	02.12.	03.12.	04.12.	05.12.	06.12.
	50	07.12.	08.12.	09.12.	10.12.	11.12.	12.12.	13.12.
	51	14.12.	15.12.	16.12.	17.12.	18.12.	19.12.	20.12.
Januar	52	21.12.	22.12.	23.12.	24.12.	25.12.	26.12.	27.12.
	01	28.12.	29.12.	30.12.	31.12.	01.01.	02.01.	03.01.
	02	04.01.	05.01.	06.01.	07.01.	08.01.	09.01.	10.01.

Ferien

Feiertage

