



DAS PROGRAMM 2024_2025

Volkshochschule.
Das kommunale
Weiterbildungszentrum.

vhs

waltrop

Wir sind wieder komplett!

Vorwort

Mit unserer neuen Leiterin Alexandra Wittor und der pädagogischen Mitarbeiterin Maren Punge sind wir nun wieder ein komplettes Team, das Ihnen das Programm 24/25 präsentiert. Die knapp 500 Angebote sind neu zusammengestellt und damit übersichtlicher sortiert. Ab sofort finden Sie die Yoga- und Entspannungskurse bei den Bewegungsangeboten im Studienbereich 6 – „Gesundheit, Bewegung & Ernährung“, die mehrtägigen Rad- und Studienreisen stellen wir Ihnen im Studienbereich 2 – „Familie, Mensch & Persönlichkeit“ vor. Ausstellungs- und Kulturfahrten sind bei den kreativen Angeboten im Studienbereich 3 – „Kultur, Kreativität & Handwerk“ angesiedelt.

Nach dem erfolgreichen Start der Schwerpunktthemen „Demenzwoche“ und „Gemeinsam gegen Einsamkeit“ setzen wir diese Reihen im Herbst 2024 und im Frühjahr 2025 fort und hoffen, der wachsenden Nachfrage damit nachzukommen.

Im Rahmen unserer Digitalisierungsinitiative gibt's für Sie im Studienbereich 5 eine ganze Anzahl von neuen anwendungsbezogenen Einführungen, die der zunehmenden Bedeutung der sog. „Künstlichen Intelligenz“ (KI) Rechnung tragen. Das wöchentliche gebührenfreie Digital-Coaching-Angebot wird fortgesetzt, so dass Sie sich mit allen Grundlagen-Fragen an unsere Digitalexperten wenden können.

Wir wünschen Ihnen eine gute Übersicht beim Stöbern durchs Programm und freuen uns, wenn Sie das für Sie Passende und Gewünschte finden. Ansonsten gilt wie immer: Rufen Sie durch oder schreiben uns, wir helfen gerne beim Finden Ihres Wunschangebotes.

Ihr Team der VHS

... ach ja, und dann hat sich wieder ein Fake-Kurs ins Programm geschummelt, ein Kurs, den es so nicht gibt und auch nicht geben wird. Was es damit noch auf sich hat, erfahren Sie auf Seite 7.



4 Generationen VHS-Leitung: A. Wittor
und die aktiven Ehemaligen C. Schmale,
R.-D. Möhle und H.-J. Behn

PROGRAMM

der Volkshochschule Waltrop

Stellvertretende VHS-Leitung
Pädagogischer Mitarbeiter
Andreas Guderian
fon_02309 9626 13
a.guderian@vhs-waltrop.de



Leitung
Alexandra Wittor
fon_02309 9626 14
a.wittor@vhs-waltrop.de



Pädagogische Mitarbeiterin
Maren Punge
fon_02309 9626 11
m.punge@vhs-waltrop.de



Verwaltung
Volker Schneider
fon_02309 9626 16
v.schneider@vhs-waltrop.de



Sekretariat
Cathrin Warzecha
fon_02309 9626 12 _ c.warzecha@vhs-waltrop.de
Claudia Gödde
fon_02309 9626 17 _ c.goedde@vhs-waltrop.de
Sabine Sachse



Service-Technik
Dieter Hertel,
Rüdiger Holzhüter und
Yusuf Uyanik



VHS Waltrop_Ziegeleistraße 14_45731 Waltrop
fon_02309 9626 0
fax_02309 9626 20
vhs@vhs-waltrop.de
www.vhs-waltrop.de

 www.facebook.com/VHSWaltrop

Geschäftszeiten

Mo. - Fr.: 09:00 - 12:00 Uhr

Di., Do: 14:00 - 16:00 Uhr

Während der Schulferien sind die Büros der VHS nur vormittags geöffnet.

Während der Herbstferien vom 14. bis 25.10. sind die VHS-Büros geschlossen.

Studienjahr

2024_2025

Inhalt

Information zur Anmeldung
Übersicht der Veranstaltungen und Reisen

004
007

Studienbereich 1 - Aktuelles Forum

Waltrop Forum – Religion & Gesellschaft
Politik & Gesellschaft
Stadt(geschichte) Waltrop
Stadtführungen in Waltrop
Recht & Geld
Länderkunde-Matinéen
Vorträge zu Ökologie & Klima
Ausflüge in die Natur

013
014
020
024
028
033
036
042
044



Studienbereich 2 - Familie, Mensch & Persönlichkeit

Pädagogik
Gemeinsam
Stilberatung
Geschichten schreiben
Blicke hinter Kulissen
Radfahren / Mobilität
Radreisen
Studienreisen

049
050
051
056
057
058
061
066
068



Studienbereich 3 - Kultur, Kreativität & Handwerk

Lesung
Ausstellungen
Kulturfahrten
Konzerte
Kulturgenuss
Literatur
Musik
Tanz
Fotografie
Kreatives Gestalten
Handwerk
Nähen

077
078
080
081
088
089
093
094
098
101
102
103
104



Inhalt

Studienbereich 4 - Sprachen

Sprachenforum
Sprachenberatung
Wichtige Hinweise zu den Sprachkursen
Englisch
Französisch
Spanisch
Italienisch
Niederländisch
Sonstige Sprachen
Alphabetisierung
Deutsch als Fremdsprache

Studienbereich 5 - Beruf, Alltag & digitale Kompetenz

MS 365
Word / Excel
Smartphone / Tablet
Handy-Fotografie / Fotobuch
Social Media
Digitale Steuererklärung
Datensicherheit
Digitale Tools
Berufliche Beratung / Arbeitszeugnis
Raspberry PI
Amateurfunk
Bildungsurlaub
Nachhaltigkeitscoach

Studienbereich 6 - Gesundheit, Bewegung & Ernährung

Gesundheitsvorträge
Wirbelsäulengymnastik
Rücken fit + aktiv
Pilates / Zumba
Bewegungsabenteuer für Familien
Fitness
Sport für Frauen
Stand Up Paddling
Boule
Achtsamkeit
Yoga und Entspannung
Aquafitness
Kochen

105

107

112

114

117

124

127

130

133

134

136

137

139

142

143

144

145

146

147

149

150

159

160

161

162

165

167

168

175

176

177

177

178

179

180

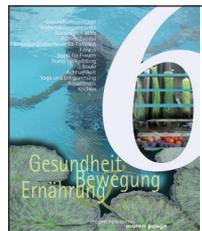
181

182

182

187

190



Semesterbeginn:
16. September 2024

Frühjahrssemester 2025:
17. Februar 2025

So melden Sie sich an!

schriftlich:
VHS Waltrop
Ziegeleistraße 14
45731 Waltrop

telefonisch/per Fax:
02309 9262-0
02309 9626-20

online/per E-Mail:
www.vhs-waltrop.de
vhs@vhs-waltrop.de

... oder persönlich zu den
Öffnungszeiten

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs bearbeitet.

Für die Anmeldung benötigen wir

- Ihre Anschrift
- Ihre IBAN-Bankverbindung
- Angaben zum gewünschten Kurs

Reservierungen

Unverbindliche Reservierungen sind für kurze Zeit auf Anfrage möglich.

Anmeldebestätigungen

Schriftliche Anmeldebestätigungen erfolgen nur bei mehrtätigen Fahrten. Falls Ihr Kurs ausgebucht ist, nicht durchgeführt werden kann oder sich Änderungen ergeben, informieren wir Sie im Vorfeld.

Sprachkurse

Alle neuen Teilnehmenden, die Kurse im Englischen, Französischen, Italienischen und Spanischen belegen möchten, melden sich möglichst nach telefonischer Rücksprache mit Frau Wittor unter 0151 19545653 an. **Wir empfehlen unsere kostenfreie Sprachenberatung.**

Sprachkursberatung
05.09.2024, 17.00 - 19.00 Uhr
04.02.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

Anmeldeschluss

Einen Anmeldeschluss gibt es nur in Einzelfällen. Melden Sie sich so frühzeitig wie möglich an. Sollte ein Kurs zu einem bestimmten Zeitpunkt keine hinreichende Teilnehmer:innenzahl aufweisen, sind wir gezwungen, ihn abzusagen.

Warteliste

Sollte ein Kurs ausgebucht sein, so lassen Sie sich auf die Warteliste setzen, denn zuweilen erfolgen Rücktritte, oder Kurse werden zusätzlich eingerichtet. Wir informieren Sie dann umgehend. Eine Verpflichtung Ihrerseits, sich dann verbindlich anzumelden, besteht natürlich nicht.

Anmelde- und Beratungstag am 05.09.2024, 9.00 - 19.00 Uhr

Am Donnerstag, dem 05.09. sind wir durchgängig telefonisch und persönlich erreichbar. Ab 17.00 Uhr beraten wir Sie zu den Sprach- und EDV-Kursen sowie zum Bildungsurlaub.

VHS-Extra und Raumanmietung (Weiterbildung auf Bestellung)

Die Volkshochschule bietet einen zusätzlichen Service für Firmen sowie für Interessierte an, die in kurzer Zeit ein individuelles Lernprogramm benötigen. In Klein- und Kleinstgruppen, ggf. auch für Einzelpersonen, wird auf Lernbedarfe individuell eingegangen. Auch Angebote, die nicht zum regulären Programm zählen, können - auf Bestellung - vermittelt werden. Bei Interesse wenden Sie sich an uns.

Sollten Sie zu Bildungs- oder kulturellen Zwecken einen Raum anmie-

ten wollen, so machen wir Ihnen auf Anfrage ggf. ein entsprechendes Angebot.

Stornierung, Nicht-Teilnahme, Ermäßigung

Bitte lesen Sie unbedingt zu den Themen „Gebühren, Rücktritt usw.“ die Hinweise am Ende des Programmheftes, um sich und uns unnötige Kosten, Irritationen oder Verärgerungen zu ersparen.

Datenschutz

Die Erklärung dazu finden Sie ganz am Ende des Hefts!



Logo-Legende

Tages-/Abendkasse



Unter diesen Zeichen finden Sie Einzelveranstaltungen (Vorträge, Kulturveranstaltungen, etc.), für die Sie sich im Vorfeld anmelden können oder Tickets an der Tages-/Abendkasse erhalten.

Kaffee-/Teetasse



Unter diesem Zeichen signalisieren Ihnen unsere Kompakt- und Intensivkurse sowie manche Einzelveranstaltungen, dass die jeweilige Gebühr bereits die Verpflegung mit Kaffee, Tee oder einem anderen Getränk enthält.

Neu in der VHS



Dieses Symbol macht deutlich, dass es sich bei einem Kurs um ein neues Seminarangebot handelt. Bei Einzelveranstaltungen und Fahrten, deren Themen meist „neu“ sind, wird auf das Symbol verzichtet.

Unsere Arbeit ist qualitätstestiert nach LQW3 von con!flex (Bamberg).



Qualitätstestiert bis 10.12.2025

Querverweise



Dieses Zeichen weist auf das KOOP-Angebot einer benachbarten VHS oder auf eine eigene Veranstaltung hin.

Vorverkauf



Für zahlreiche kulturelle Veranstaltungen gibt es auch einen Vorverkauf in Waltrops Naturkostladen „Mavita“.

Die Schulferien-Termine bis zum Sommer 2025

Herbstferien 2024	Weihnachten 2024/2025	Ostern 2025	Pfingsten 2025	Sommer 2025
14.10.-26.10.24	23.12.24-06.01.25	14.04.25-26.04.25	08.06.25-10.06.25	14.07.-26.08.25

Unterrichtsfreie Tage: Tag der Deutschen Einheit & beweglicher Ferientag 03.-04.10.24; Allerheiligen 01.11.24; Rosenmontag & Faschingsdienstag 03.-04.03.25; Tag der Arbeit 01.05.25; Christi Himmelfahrt & beweglicher Ferientag 29.-30.05.25; Fronleichnam 19.06.25.

Fotos Programmheft und Umschlag: Michael Ogiermann, Bernd Uppena, Medienhaus Waltrop, VHS Waltrop, Veranstalter, Adobe Stock, Fotolia.de, Pixelio, Archiv.

Satz & Layout Programmheft: Lara Baumann & Michael Braun (Medienhaus Waltrop)

Bankverbindung der Volkshochschule Waltrop:

Sparkasse Vest Recklinghausen
IBAN: DE62 4265 0150 0030 0678 70
BIC: WELADED1REK

Übersichten

Übersichten für Kurzenschlossene, Reiseliebende und Wissensdurstige

In der Rubrik der Übersichten haben wir eine Reihe von interessanten Veranstaltungen für Sie zusammengestellt. Auf einen Blick sind zunächst auf den Seiten 8/9 Einzelveranstaltungen ohne Voranmeldung aufgeführt. Sie können sich ein Ticket im ermäßigten Vorverkauf sichern oder aber den Eintritt spontan an der Tages- oder Abendkasse -sofern nicht ausgebucht- zahlen. Im Programmheft sind die Veranstaltungen mit dem Logo für die Tages- oder Abendkasse gekennzeichnet.

Anschließend zeigt die Übersicht auf den Seiten 10/11 unsere mehrtägigen Studienfahrten und Exkursionen. Bitte beachten Sie, dass es Anmeldefristen und Mindestteilnehmendenzahlen gibt, sichern Sie sich daher frühzeitig einen Platz.

Für Wissensdurstige sind unsere Bildungsurlaube auf der Seite 11 aufgeführt. Die meisten Kurse finden in den Räumlichkeiten des HBBK statt.

Gebühren und Inhalte können Sie dem Ankündigungstext unter der jeweiligen Kursnummer im Programmheft oder online entnehmen.



Wettbewerb „Fake ist in“- Finde den Fehler

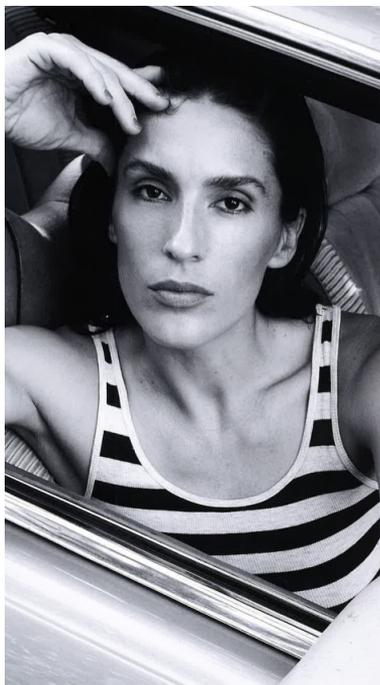
Es gibt viele ungewöhnliche und kuriose VHS-Kursangebote und hin und wieder möchte man meinen: „Das gibt's doch gar nicht!“- Doch, bei der VHS Waltröp. Aber seit Jahren gibt es -im Fake-Zeitalter- einen Kurs oder Workshop, den gibt's wirklich nicht. Während die Fake-Rede von Politik und Wirtschaft gar nicht gerne enttarnt werden möchte, heißt es bei uns: **Finde den Fehler! Wo versteckt sich der Bildungs-Fake? Wenn Sie's wissen, melden Sie sich (bis spätestens 30.09.2024) oder melden Sie sich einfach online dafür an. Drei Gewinner:innen gewinnen wieder Bildungsgutscheine bis 100,00 EUR.**

Wir möchten die Fake-Detektive später der Presse vorstellen. Also, machen Sie bitte nur mit, wenn Sie mit der späteren Veröffentlichung Ihres Namens und Fotos einverstanden sind.

Good luck! Good fake! Bonne chance!

Einzelveranstaltungen

- 1501** 29.09.2024, 10.30 Uhr
Die Ukraine: ein zerrissenes Land zwischen Westen und Osten - Matinée
HBBK
- 3000** 01.10.2024, 19.30 Uhr
Andrea Petković: Zeit, sich aus dem Staub zu machen - Lesung
Yahoo
- 1001** 10.10.2024, 19.30 Uhr
Demokratie und Revolution - Lesung
Stadthalle Waltrop
- 1002** 28.10.2024, 19.30 Uhr
Die Reise zum Klima - Live-Reportage von Markus Mauthe
Dreifaltigkeitskirche Waltrop
- 1010** 04.11.2024, 19.30 Uhr
Trump, Putin, Höcke und das Schicksalsjahr 2024: Wie wehrhaft ist die Demokratie?
Stadthalle Waltrop, Foyer
- 2020** 06.11.2024, 19.30 Uhr
Die Freiheit, alleine zu sein - Lesung
HBBK
- 1502** 10.11.2024, 10.30 Uhr
Film-Reisereportage Axel Ronig: Costa Rica
HBBK
- 1012** 19.11.2024, 19.00 Uhr
Korruption und Lobbyismus – Herausforderungen an Deutschland und Europa - Vortrag
Stadthalle Waltrop



- 24.11.2024, 10.30 Uhr
Auf den Spuren der Seidenstraße – eine Vortragsreise durch Zentralasien
HBBK
- 08.12.2024, 10.30 Uhr
Im Land der himmelhohen Berge – Durch Kirgistan und den Tien-Shan - Matinée
HBBK
- 13.12.2024, 20.00 Uhr
Trio Séférian: Hommage à Aznavour zum 100. Geburtstag - Chansonabend
Yahoo

1503

1504

3040

Einzelveranstaltungen

- 1013** 09.01.2025, 19.00 Uhr
**Argumente gegen Stammtisch-
parolen: Populismus aus der Mitte
der Gesellschaft - Workshop**
HBBK
- 1004** 20.01.2025, 19.30 Uhr
**Chronik eines angekündigten
Genozids - Wie geht Versöhnung
(in Ruanda)? - Vortrag**
Haus der Begegnung, St. Peter
- 1505** 09.02.2025, 10.30 Uhr
**Namibia – Naturschönheit,
SWAPO-Staat und deutsches
Erbe - Matinée**
HBBK
- 1005** 10.02.2025, 19.30 Uhr
**MEDINA – Ursprünge des Islam
- Entdeckungen in der Stadt des
Propheten - Vortrag**
Haus der Begegnung, St. Peter
- 1506** 16.02.2025, 10.30 Uhr
**Äthiopien – Ursprungsland
des Kaffees & Wiege der
Menschheit - Matinée**
HBBK
- 3001** 19.02.2025, 17.00 Uhr
**Ausstellungseröffnung der
Kunstaussstellung des Mal-
und Zeichenateliers**
Rathaus
- 1507** 09.03.2025, 10.30 Uhr
**Katalonien – Vom Dalí-Dreieck
bis zur Weltstadt Barcelona -
Matinée**
HBBK
- 09.03.2025, 14.00 Uhr
2. Waltroper Freizeitbörse
Stadthalle Waltrop
- 2023**
- 18.03.2025, 19.30 Uhr
**Cannabis: Raus aus dem
Schmuddel-Image, hinein in die
Teestubengemütlichkeit? -
Vortrag**
HBBK
- 6024**
- 20.03.2025, 20.00 Uhr
**The Munster Men – live -
Folk-Konzert**
Yahoo
- 3041**
- 24.03.2025, 19.30 Uhr
**Zivilcourage – Mut zum Wider-
spruch und Widerstand - Vortrag**
Haus der Begegnung, St. Peter
- 1006**
- 30.03.2025, 10.30 Uhr
**Laos - ein Land zum Staunen -
Matinée**
HBBK
- 1508**
- 03.04.2025, 10.30 Uhr
**Is(s) gut jetzt! Mit neuen
Ernährungsgewohnheiten zu
mehr Leistungsfähigkeit -
Lesung**
HBBK
- 6025**
- 13.06.2025, 19.00 Uhr
**Ausstellungseröffnung der
Kunstaussstellung „Ein Leben
für die Kunst“ – Werke von
Emilia Fernandez**
Kulturforum Kapelle
- 3002S**

Übersicht Exkursionen / Studienfahrten

- | | | | |
|-------------|--|--|--------------|
| 3003 | 27.09.2024
Klein Tokio am Rhein - Tagesfahrt zur Japanischen Kultur in Düsseldorf | 26.01.2025
Gerhard Richter – Verborgene Schätze. Werke aus Rheinischen Privatsammlungen - Ausstellungs-fahrt nach Düsseldorf | 3005 |
| 2821 | 15.-22.10.2024
Die schönsten Orte Andalusiens - 8-tägige kombinierte Flug-Busrundreise | 28.-30.03.2025
Leipziger Buchmesse - Wochenendfahrt zur Literatur | 3011 |
| 3061 | 26.10.2024
Fahrt zur Spirituosenmesse „Aqua Vitae“ in Mülheim | 06.04.2025
Maurice de Vlaminck – Rebell der Moderne - Ausstellungsfahrt Wuppertal | 3006 |
| 2820 | 28.11.-01.12.2024
UNESCO-Welterbe und Weihnachtsmärkte im Elsass entdecken mit Colmar, Straßburg und Heidelberg - Busreise | 28.04.-02.05.2025
London - die britische Hauptstadt entdecken - kombinierte Bus- Schiffsreise | 2827 |
| 2810 | 05.12.2024
Besuch des Weihnachtsmarktes in Aachen und der Schokoladenfabrik Lindt | 01.-04.05.2025
Paris auf den Spuren der Kunst - 4-tägige Fahrt nach Frankreich | 3012S |
| 3004 | 08.12.2024
Otto Mueller – Ausstellung zum 150. Geburtstag des Künstlers - Ausstellungsfahrt nach Münster | 14.-21.05.2025
Versiliaküste und Toskana entdecken mit Florenz, Lericci, Siena, San Gimignano, Lucca und Carrara - Busreise | 2828S |
| 2825 | 13.12.-15.12.2024
Leipzig im Advent mit Besuch des Weihnachtsoratoriums in der Thomaskirche - Busreise | 25.-29.05.2025
Mit dem „fiets“ durch die Veluwe - 5-tägige Radreise durch die Niederlande | 2630S |
| 3010 | 12.-14.01.2025
Hamburgs Kulturhighlights: Wagner, Elphi und Künstlerdorf Worpswede - Bus - Kultur- und Konzertfahrt | 05.-09.06.2025
Leipzig entdecken und erleben - Fahrt für Alleinstehende | 2831S |

Übersicht

Exkursionen / Studienfahrten / Bildungsurlaube

2631S	17.-24.08.2025 Von der Müritz bis nach Potsdam - 8-tägige Radreise entlang der Havel	14.-17.04.2025 Englisch für Anfänger:innen - Bildungsurlaub in der Kleingruppe	4180
2832	21.-25.08.2025 Erzgebirge, Chemnitz, Kulturhauptstadt 2025 und das tschechische Bäderdreieck entdecken - Busreise	14.-17.04.2025 Französisch für Anfänger:innen - Bildungsurlaub in der Kleingruppe	4230
3007	23.08.2025 Musikfest am Schloss Nordkirchen »SOMMER. NACHT. MUSIK.«	14.-17.04.2025 Spanisch für Anfänger:innen - Bildungsurlaub in der Kleingruppe	4320
B2834	19.09.-26.09.2025 Grado, Triest und Nova Gorica per Bus erkunden	14.-17.04.2025 Italienisch für Anfänger:innen - Bildungsurlaub in der Kleingruppe	4420
B2835	September 2025 Zwischen Seidenstraße und Tien-Shan -Studienreise Kirgistan & Zentralasien	14.-17.04.2025 Niederländisch für Anfänger:innen - Bildungsurlaub in der Kleingruppe	4512
B2836	01.-05.10.2025 Barcelona - die katalonische Hauptstadt entdecken	22.-25.04.2025 English Refresher Intensive - Bildungsurlaub in der Kleingruppe für TN mit mittleren Vorkennt- nissen - Stufe A2/B1	4181
B2838	28.11.-01.12.2025 Brüssel, Brügge und Gent im Advent entdecken	14.-18.07.2025 Kennenlernen und Einüben von Strategien zum Stressabbau - Bildungsurlaub	5502S
B2839	12.-14.12.2025 Leipzig im Advent mit Besuch des Weihnachtsoratoriums in der Thomaskirche - Busreise	13.-17.10.2025 Stressabbau, Entspannung, Hatha-Yoga und Meditation zur Stärkung - Bildungsurlaub	5501
B2840	Frühjahr 2026 Inselvielfalt Südostasiens - Natur und Kultur der Philippinen		



Kursleiterinnen und Kursleiter gesucht!

Die
Volkshochschule
Waltrop sucht
zuweilen für alle
Programmbereiche
nebenberufliche
Mitarbeiter/innen.



Vorausgesetzt
werden

- fachliche Qualifikation
- didaktisches Geschick
- Freude an der Arbeit mit Erwachsenen
- Zuverlässigkeit

**Bitte schreiben Sie uns, wenn Sie interessiert sind,
oder rufen Sie die Studienbereichsleiter an,
wenn Sie noch Fragen haben!**



(02309) 9626 -0

WALTROP FORUM –
RELIGION UND GESELLSCHAFT
POLITIK & GESELLSCHAFT
STADT(GESCHICHTE) WALTROP
STADTFÜHRUNGEN IN WALTROP
RECHT & GELD
LÄNDERKUNDE-MATINÉEN
VORTRÄGE ZU ÖKOLOGIE
& KLIMA
AUSFLÜGE IN DIE
NATUR

aktuelles **FORUM**

ANSPRECHPARTNERIN **ALEXANDRA WITTOR**



1

Aktuelles Forum

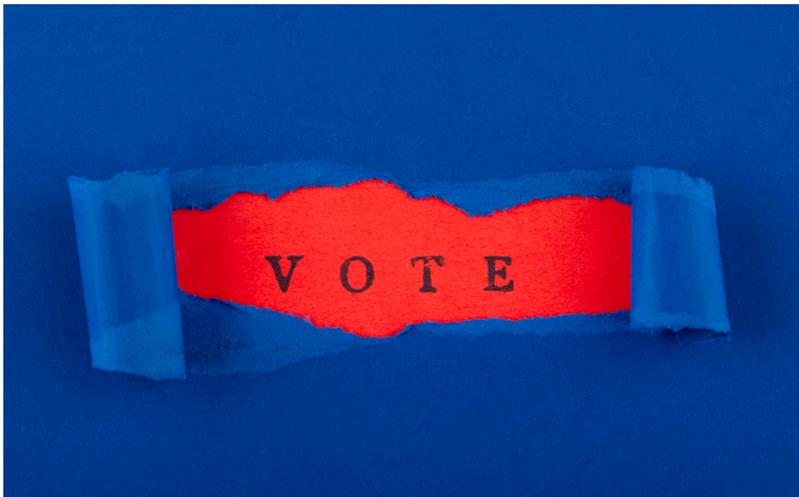


Volkshochschulen: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Dies gilt auch für die VHS Waltrop, die vor mehr als 75 Jahren am 1. Januar 1947 das Licht der Welt erblickte. Ein besonderer Stellenwert unserer Arbeit kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt, sondern allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und vertieft werden.

Das Programmangebot des Studienbereichs „Aktuelles Forum“ ist vielfältig und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und globales Lernen ist eine wesentliche gesellschaftliche Aufgabe. Die Volkshochschulen halten hier ein Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor.

Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen und finden oft in Kooperation mit anderen gesellschaftlichen Gruppen statt.



1

Waltrop Forum – Religion und Gesellschaft

„Waltrop Forum – Religion und Gesellschaft“

Das seit 1986 etablierte und beliebte Christliche Freitagforum in Waltrop fand bereits im Vorjahr im neuen Gewand als „Waltrop Forum – Religion und Gesellschaft“ mit vielen interessanten Themen aus den Bereichen Kirche, Theologie, Politik und Gesellschaft statt. Freuen Sie sich auch im kommenden Jahr auf eine Reihe von großartigen Veranstaltungen mit unterschiedlichsten Referent:innen. Insgesamt sechs Abende sorgen in bereits bekannter Qualität mit musikalischer Untermalung und Verköstigung durch den Weltladen Waltrop für gute Unterhaltung und Gelegenheit zum Austausch.

Gemeinsam im Team haben die Akteur:innen der evangelischen und katholischen Kirchengemeinden und der Volkshochschule Abwechslung in der Programmgestaltung geschaffen. Neben der Darstellung im Programmheft gibt es auch in diesem Jahr wieder einen kompakten Flyer für unterwegs. Achten Sie auf die Auslage! Anmeldungen sind ab sofort über die VHS möglich.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen mit Ihnen –
Ihr Team vom Waltrop Forum

**WALTROP
FORUM**
RELIGION & GESELLSCHAFT



1

Waltrop Forum – Religion und Gesellschaft

In Kooperation mit dem Waltrop Forum - Religion und Gesellschaft:

Demokratie und Revolution - Wege aus der selbstverschuldeten ökologischen Unmündigkeit Lesung und Diskussion

Bernd Ulrich
Stadthalle Waltrop, Foyer

Junge Menschen brechen auf der Straße das Recht und berufen sich dabei auf das Klima-Urteil des Bundesverfassungsgerichts, nach dem die Lebenden nicht das Recht haben, die Freiheit künftiger Generationen zu halbieren. Die Bundesregierung hält sich nicht an das Pariser Abkommen und stößt zugleich an die Grenzen des Wachstums und der Schuldenbremse, weil die Kosten der Klimakrise und des Klimawandels zugleich aufgebracht werden müssen.

Es ist ein Widerspruch entstanden zwischen Demokratie und Ökologie, zwischen dem unabwendbaren Zeitdruck und der anscheinend gottgegebenen Langsamkeit der Demokratie. Die Historikerin Hedwig Richter und der ZEIT-Journalist Bernd Ulrich wollen diesen Widerspruch überwinden und zeigen, wie eine notwendige Revolution zur Erhaltung unserer Lebensgrundlagen einhergehen kann mit der notwendigen Verteidigung und Entfaltung der Demokratie. Dazu schauen sie zurück und in die Zukunft. Sie fragen nach der dunklen

Seite der Demokratiegeschichte, nach den oft zerstörerischen sozialen und fossilen Bedingungen, unter denen sich unsere Demokratie in Deutschland und anderswo entfaltet hat. Und sie entwerfen eine Zukunft, die auch den kommenden Generationen die Gestaltungsfreiheiten garantieren, die für eine Demokratie essenziell sind.

In Kooperation mit dem Waltrop Forum - Religion und Gesellschaft sowie dem Weltladen:

Die Reise zum Klima Live-Reportage von Markus Mauthe

Markus Mauthe
Dreifaltigkeitskirche Waltrop

Mit erstklassigen Landschaftsaufnahmen, aussagestarken Porträts und einzigartigen Filmsequenzen zeichnet der renommierte Naturfotograf Markus Mauthe ein künstlerisches Porträt unserer Erde, das zum Träumen und gleichzeitig zum Nachdenken einlädt. Für sein aktuelles Projekt, das in Zusammenarbeit mit der Umweltschutzorganisation Greenpeace entstanden ist, machte er sich mit der Journalistin Louisa Schneider auf den Weg in verschiedene Regionen der Welt, in denen das Klima zu kippen droht. Ziel war es, die Tragweite der Klimakrise und die Konsequenzen für Menschen und Biodiversität zu dokumentieren und sichtbar zu machen.

1002
Montag,
28.10.2024
19.30 - 22.00 Uhr
gebührenfrei
Einlass: 19.00 Uhr



Foto © André Delia

abend **KASSE**
1001
Donnerstag,
10.10.2024
19.30 - 22.00 Uhr
10,00 EUR
im VVK,
12,00 EUR an
der AK
Einlass: 19.00 Uhr

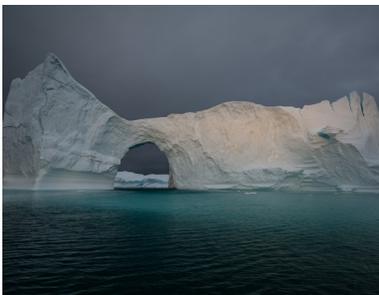


WALTROP FORUM
RELIGION & GESELLSCHAFT

HEDWIG RICHTER BERND ULRICH
DEMOKRATIE UND REVOLUTION
Wege aus der selbstverschuldeten ökologischen Unmündigkeit

Mauthe berichtet von seinen Recherche-Reisen in der Sahelzone Senegals und im Amazonaswald Brasiliens. Er nimmt das Publikum mit in die kanadische Tundra und in die Eiswelten Grönlands. Wie fantastisch unsere Erde unter Wasser aussieht, zeigt er in den Gewässern der Galapagos-Inseln und bei den Korallenriffen Australiens. Dabei richtet Markus Mauthe seine Kamera aber auch auf drastische Auswirkungen der Klimakrise:

Überschwemmungen, Küstenerosionen, Trockenheit, Waldbrände, auftauende Permafrostböden sind schon jetzt Realität für viele Menschen. Markus Mauthe und Louisa Schneider sprechen mit den Menschen vor Ort, die von den Veränderungen in einem ungerechten Maß betroffen sind. Gemeinsam diskutieren sie über ihren Aktivismus, ihre Hoffnungen und ihre Ideen dazu, wie wir unseren Planeten schützen können. Durch diese filmischen Interviews erleben Zuschauer*innen der Show engagierte Menschen, die sich aktiv für den Umweltschutz einsetzen und Mut machen, sich mit Gedanken an eine nachhaltigere Zukunft auseinanderzusetzen.



In Kooperation mit dem Waltrop Forum - Religion und Gesellschaft:

“Ich saufe wie ein Deutscher“ (Martin Luther) - Weine aus dem Land der Reformation Vinologische Entdeckungsreise

Daniel Deckers
Haus der Begegnung, St. Peter

Daniel Deckers ist seit mehr als dreißig Jahren Mitglied der politischen Redaktion der FAZ und lehrt seit zehn Jahren an der Hochschule Geisenheim. Er hat sich neben seiner Tätigkeit als Redakteur auch mit seinen profunden Kenntnissen über Wein und Weinbau in Deutschland einen Namen gemacht.

An diesem Abend haben wir nicht nur die Gelegenheit, von diesem Wissen zu profitieren, wir verkosten auch einige geschichtsträchtige Weine aus Mitteldeutschland. Dazu gibt es Wasser, Brot und Quiche.

Anmeldeschluss ist der 18.11.2024



1003

Freitag,
06.12.2024
19.00 - 22.00 Uhr
30,00 EUR
im VVK
inkl. Wasser, Wein,
Brot und Quiche
Einlass: 18.45 Uhr



WALTROP FORUM
RELIGION & GESELLSCHAFT

1

Waltrop Forum – Religion und Gesellschaft



1004

Montag,
20.01.2025
19.30 - 22.00 Uhr
8,50 EUR
im VVK
10,00 EUR an
der AK
Einlass: 19.15 Uhr



In Kooperation mit dem Waltrop Forum – Religion und Gesellschaft sowie dem Weltladen:

Chronik eines angekündigten Genozids

Wie geht Versöhnung (in Ruanda)?

P. Hans-Michael Hürter
Haus der Begegnung, St. Peter

Im Jahr 1994 fand in Ruanda ein Genozid statt, dem eine Million Menschen unterschiedlicher ethnischer Herkunft zum Opfer gefallen sind. Trotz differenzierter Friedensarbeit konnte eine solche Tragödie nicht verhindert werden.

Wie sieht die aktuelle Situation in Ruanda aus? Welche Stränge einer aktiven Friedens- und Versöhnungsarbeit sind heute zu erkennen?

Welche Verantwortung tragen wir über 375 Jahre nach dem Abschluss des Westfälischen Friedens?

P. Hans-Michael Hürter, Referent in der Fachstelle Weltkirche und globale Verantwortung hat bis 1994 in Ruanda als Priester der Gesellschaft der Afrikamissionare gearbeitet.

In Kooperation mit dem Waltrop Forum – Religion und Gesellschaft sowie dem Weltladen:

MEDINA - Ursprünge des Islam - Entdeckungen in der Stadt des Propheten

Länderkundlicher und kulturgeschichtlicher Vortrag

Clemens Schmale, Holger Brune
Haus der Begegnung, St. Peter

Vor wenigen Jahren war sie eine der verschlossensten Städte der Welt. Touristen ließ man bis 2020 nicht ins Land und nur Muslime durften die „Stadt des Propheten“ besuchen: Medina, 400 KM nördlich von Mekka gelegen und der zweitwichtigste islamische Ort nach der Ka`aba. Sie ist relevanter Bestandteil der kleinen Pilgereise Umrah`und ebenso der großen Hadsch, Pflichtprogramm also für alle gläubigen Muslime weltweit. Denn in Medina al Munnawara, der „erleuchteten Stadt“, befindet sich das Grab des Propheten Mohammed und die Masjid al Nabi, die das Grab umgebene Moschee.

Yathrib, wie die alte Stadt an der Weihrauchstraße in der Provinz Hedschas in vorislamischer Zeit hieß, hat noch viel mehr zu bieten, darunter die Moschee von Qub`a, vermutlich die älteste der Welt und die von Qiblah`tain, jener denkwürdige Ort, an dem Mohammed selbst die Gebetsrichtung von Jerusalem nach Mekka änderte.



1005

Montag,
10.02.2025
19.30 - 22.00 Uhr
8,50 EUR
im VVK
10,00 EUR an
der AK
Einlass: 19.15 Uhr



1

Waltrop Forum – Religion und Gesellschaft

Aber Medina ist nicht nur ein sakraler Ort, sondern auch Endstation der berühmten Hedschas-Bahn, einer der legendärsten Bahnstrecken der Erde, welche im Osmanischen Reich die heiligen Stätten mit Istanbul verbinden sollte und schon vor 1914 den Angriffen des Lawrence von Arabien zum Opfer fiel. Der historische Bahnhof ist heute ein attraktives Museum. Ergänzt wird der Vortrag durch die Möglichkeit einer ausführlichen Diskussion. Neben dem Referenten steht der Kursleiter der VHS Waltrop, Holger Brune, Orientalistik- und Islamwissenschaftler (M. A.) zur Verfügung. Der Referent Clemens Schmale, Orientreisender seit 1972, hat alle Staaten auf der arabischen Halbinsel besucht und in der islamischen Welt Studienreisen geleitet.



In Kooperation mit dem Waltrop Forum – Religion und Gesellschaft sowie dem Weltladen:

Zivilcourage - Mut zum Widerspruch und Widerstand

Prof. Dr. Klaus-Peter Hufer
Haus der Begegnung, St. Peter

Wenn die Konflikte in der Gesellschaft zunehmen, stellt sich vermehrt die Frage nach der Zivilcourage. Doch was ist Zivilcourage? Warum zeigen manche Menschen Zivilcourage, während andere wegschauen? Wann und wo sind Zivilcourage oder gar Widerstand legitim – auch gegen geltendes Recht? Und welche Rolle spielt die Gewalt dabei?

Der Vortrag bietet gründliche, umfassende und praktische Orientierung zum Thema: Von der Begriffsbestimmung über die Gründe, Mut zu zeigen, bis zu aktuellen Anlässen. Mit zahlreichen Beispielen aus Geschichte und Gegenwart, bekannten wie Mahatma Gandhi, Martin Luther King und Nelson Mandela und weniger bekannten.

Prof. Dr. Klaus-Peter Hufer, an der Universität Duisburg-Essen tätiger Politologe und Erwachsenenbildner, hat zu diesem Thema ein Buch veröffentlicht: „Zivilcourage. Mut zum Widerspruch und Widerstand“, Wien und Hamburg 2020



1006

Montag,
24.03.2025
19.30 – 22.00 Uhr
8,50 EUR
im VVK
10,00 EUR an
der AK
Einlass: 19.15 Uhr



**WALTROP
FORUM** 
RELIGION & GESELLSCHAFT



1010

Montag,
04.11.2024
19.30 - 21.30 Uhr
10,00 EUR
im VVK
12,00 EUR an
der AK
Einlass: 19.00 Uhr



Mit Unterstützung der Volksbank
Waltrop:

Trump, Putin, Höcke und das Schicksalsjahr 2024 Wie wehrhaft ist die Demokratie?

Albrecht von Lucke
Stadthalle Waltrop, Foyer

Seit dem Mauerfall 1989 und dem Ende des Kalten Krieges glaubte Europa an die Friedensdividende, an die Unmöglichkeit eines Krieges auf unserem Kontinent. Doch mit dem russischen Angriffskrieg gegen die Ukraine ist dieser Traum von einem „Ende der Geschichte“ in Frieden und Wohlstand brutal geplatzt.

Das bedeutet: 75 Jahre nach ihrer Gründung im Jahr 1949 ist die Bundesrepublik ihrer größten Bewährungsprobe ausgesetzt. Im Innern herrschen Konflikte, steht die Bundespolitik massiv unter Druck, während der Aufstieg der rechtsextremen AfD die Koalitionsbildung nach den drei Landtagswahlen in Ostdeutschland immer schwerer machen wird. Weit dramatischer ist die außenpolitische Lage: Nach dem Rechtsruck bei der Europawahl droht die US-Wahl am 5. November zum Comeback von Donald Trump zu führen. Mit der von ihm bereits angekündigten Aufgabe der Ukraine und einem möglichen Ausstieg der USA aus der Nato wäre der Weg frei für Wladimir Putin und sein Regime.

Damit steht Deutschland, steht ganz

Europa, ja sogar die Welt vor einem fundamentalen Systemkonflikt: Autokratie oder Demokratie - das ist die Frage im Schicksalsjahr 2024.

Noch ist keineswegs ausgemacht, ob die Demokratie sich im 21. Jahrhundert durchsetzen wird und wie die globalen Probleme zu bewältigen sind, nicht zuletzt die Klima-Erwärmung als die eigentliche Jahrhundertaufgabe. Gibt es noch eine Aussicht auf eine friedliche, nachhaltige und demokratische Entwicklung - und was verlangt uns die vielbeschworene „Zeitenwende“ tatsächlich ab?

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. 2014 wurde Albrecht von Lucke mit dem Lessing-Förderpreis für Kritik ausgezeichnet, 2018 mit dem Otto-Brenner-Preis „Spezial“.



1 Politik & Gesellschaft



1011

Mittwoch,
13.11.2024
19.00 - 21.00 Uhr
8,50 EUR
im VVK
10,00 EUR an
der AK



Der Kolonialismus - Ein historisches Erbe - lange ignoriert und plötzlich aktuell

Dr. Volker Jakob
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Clio, die Muse der Geschichte, ist unberechenbar. Geschehnisse, die vergessen gemacht und ignoriert wurden, kehren ins öffentliche Bewusstsein zurück und gewinnen politische Brisanz. So ist es mit dem Kolonialismus. Jahrhundertlang haben europäische Mächte sich die übrige Welt untertan gemacht und systematisch ausgebeutet. Der Reichtum des Westens und die zerstörten Grundlagen der „Dritten Welt“ haben hier ihre Ursache. Ebenso wie die Flüchtlingsströme, deren Folgen unsere Gesellschaft spalten. Der Vortrag umfasst die Geschichte der Kolonisation von der Landung der Spanier und Portugiesen in Amerika bis in die Gegenwart hinein. Im Mittelpunkt steht die Geschichte der deutschen Kolonien, deren blutige Realitäten lange schamhaft verschwiegen wurden. Das grausame Vorgehen gelten heute als Genozid, als Vorstufe der vom nationalsozialistischen Deutschland ausgehenden systematischen Ermordung der europäischen Juden.

Dr. Volker Jakob ist Historiker und war Referatsleiter im Bild-, Film- und Tonarchiv des LWL-Medienzentrums für Westfalen in Münster.

Korruption & Lobbyismus - Herausforderungen an Deutschland und Europa Vortrag & Diskussion mit Frank Schwabe, MdB, und Migrationsfor- scher Gerald Knaus

Stadthalle Waltrop, Foyer

Die investigative Doku-Reihe mit begleitendem Polit-Thriller "Am Abgrund" deckte auf, wie Regierungen und Lobbyisten Politiker:innen benutzen, um sich auf illegitime Art und Weise Glaubwürdigkeit und Prestigegewinn zu verschaffen. Ein Thema, das nicht erst im Jahr 2015 durch die sogenannte „Aserbaidtschan-Affäre“ an Aktualität gewann. In der Veranstaltung soll in Anlehnung an die damaligen Geschehnisse im Europarat über das Thema „Vertrauen in und Glaubwürdigkeit von Politiker:innen“ diskutiert werden. Der gebürtige Waltroper Frank Schwabe, Mitglied des Bundestages und Abgeordneter im Europarat, war hautnah dabei und berichtet von der mutmaßlichen Korruptionsaffäre im Europarat, die sich 2015 ereignete. Mit ihm spricht der renommierte österreichische Sozialwissenschaftler und Migrationsforscher Gerald Knaus. Er ist Gründungsvorsitzender der Europäischen Stabilitätsinitiative (ESI) und hat zahlreiche Publikationen zu Migration, Rechtsstaatlichkeit in Europa und Flüchtlingsfragen sowie zu Korruption veröffentlicht.



1012

Dienstag,
19.11.2024
19.00 - 21.00 Uhr
8,50 EUR
im VVK
10,00 EUR an
der AK
Einlass: 18.45 Uhr





1013

Donnerstag,
09.01.2025
19.00 - 21.00 Uhr
8,50 EUR
im VVK
10,00 EUR an
der AK



Argumente gegen Stamm- tischparolen: Populismus aus der Mitte der Gesellschaft Wie kann man kontern?

Prof. Dr. Klaus-Peter Hufer
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

„Asylanten sind Sozialschmarotzer“, „Wer Arbeit will, der findet auch welche“, „Ausländer sind kriminell“, „Wegen der Flüchtlinge traut keine Frau sich auf die Straße“ „Da sind doch alles nur Wirtschaftsflüchtlinge“ - Stammtischparolen kommen meist unerwartet, aus der Mitte der Gesellschaft, sind populär und populistisch. Äußerungen dieser Art nehmen zu. Wer mit ihnen konfrontiert wird, fühlt sich überrumpelt, will passend reagieren. Was kann man sagen, was tun? Welches Weltbild, Politikverständnis wird mit diesen Parolen transportiert? Welche Argumente können populistischen Parolen und Sprüchen entgegengesetzt werden? Werden sie im Zeitalter verbreiteter Fake News überhaupt akzeptiert?

Diese Fragen werden im interaktiven Workshop, mit Bezug auf die Psychologie von Vorurteilen und die Ursachen und Erscheinungsformen von Rassismus, Rechtspopulismus und -extremismus, beantwortet.

Prof. Dr. Klaus-Peter Hufer, an der Universität Duisburg-Essen tätiger Politologe und Erwachsenenbildner, entwickelte ein Argumentationstraining gegen Stammtischparolen und Diskriminierung.

Niños robados. Gestohlene Kinder. Stolen children. Ausstellung der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur und der Elisabeth-Käsemann-Stiftung

Rathaus, Altbau (1. Etage)

Die Ausstellung zeigt, wie Familien und Gemeinschaften im 20. Jahrhundert durch die Wegnahme von Kindern zerstört wurden. Für diese Ausstellung werden Biographien von Betroffenen aus Kanada, Deutschland, der Sowjetunion, Spanien, Argentinien und El Salvador in ihrem jeweiligen historischen Kontext vorgestellt. Das nationalsozialistische Deutschland verschleppte im Rahmen seines rassistischen Eroberungs- und Vernichtungskrieges Kinder aus den besetzten Gebieten.

In der Sowjetunion machten Stalins Säuberungen auch vor dem Nachwuchs angeblicher »Staatsfeinde« nicht halt. In der DDR gehörte die Drohung, die Kinder wegzunehmen, zum Repertoire politischer Repression und Disziplinierung. In Kanada wurden Kinder aus rassistischen Gründen aus den indigenen Gemeinschaften gerissen, um sie zur Anpassung an die »weiße Gesellschaft« zu zwingen. Ähnliches geschah in den USA, Australien und Neuseeland. Auf diese Weise wurden Familien, aber auch Sprachen und Kulturen zerstört. Indigene Familien waren oft die ersten Opfer der Bürgerkriege in Mittel- und Lateinamerika. So etwa in El Salvador, wo die Familien zwischen

1014

Dienstag,
14.01.2025 -
18.02.2025
gebührenfrei
Geöffnet ist die
Ausstellung im
Rahmen der Öff-
nungszeiten des
Rathauses.



Sébastien Rosenfeld 1976. Er wurde während der Zeit der Militärdiktatur in Argentinien im Folterfängnis ESMA geboren und danach seiner Mutter weggenommen. Seine Eltern sind nie wieder aufgetaucht. Foto: Pressefoto Ausstellung Stolen Children / Archiv Abuelas de Plaza de Mayo / Privatarchiv

1 Politik & Gesellschaft

die Fronten gerieten und Tausende Kinder verschwand. In Spanien und Argentinien bekämpften die Militärdiktaturen ihre Gegner mit Terror, der sich ausdrücklich auch gegen deren Kinder richtete.

Er beginnt eine beschwerliche Reise, vorbei an fliehenden Deutschen, durch sowjetische Militärsperren hinein ins Niemandsland des Erzgebirges bis zum KZ Theresienstadt, wohin seine Eltern verbracht wurden.

Der Autor des Buches „Rückeroberung“, Daniel Huhn aus Münster, stellt die bewegende Lebensgeschichte von Manfred Gans vor – ein Bericht über Deutschland unmittelbar nach der Kapitulation, eine lang verdrängte Lebensgeschichte und eine unerwartete Liebe.

Daniel Huhn ist Autor zahlreicher Hörfunkfeatures und Dokumentarfilme, die in Kinos im Fernsehen und Radio sowie auf Filmfestivals in ganz Europa laufen. Er beschäftigt sich mit historischen Themen sowie mit Migrationsgeschichten.



1015
Montag, 27.01.2025
10.00–11.30 Uhr &
12.10–13.40 Uhr
gebührenfrei

Im Rahmen des Holocaust-Gedenktags:

Rückeroberung Lesung und Diskussion



Daniel Huhn
Realschule Waltrop

Eine unglaubliche, eine wahre Geschichte: Direkt nach Kriegsende im Mai 1945 setzt sich an der Nordseeküste ein junger britischer Soldat in einen Jeep und fährt los: quer durch seine einstige Heimat, die jetzt in Trümmern liegt – um seine Eltern aus dem KZ Theresienstadt zu holen. Der Soldat ist Manfred Gans, ursprünglich aus Borken, der 1938 nach England fliehen konnte, während seinen Eltern die Flucht nicht mehr gelang.



1 Stadt(geschichte) Waltrop

1030

Ort und Termin werden nach der Anmeldung bekannt gegeben
9,00 EUR
4,50 EUR ermäßigt



Gastgeber:innen gesucht!
Die VHS Waltrop ist stets auf der Suche nach freundlichen und interessierten Gastgeber:innen aus aller Welt, die in Waltrop und Umgebung leben. Haben Sie Interesse eine Anzahl von maximal 8 Personen bei sich gegen einen Unkosten-Beitrag einzuladen? Dann sprechen Sie uns gern an.

Kontakt:
Alexandra Wittor
02309 9626-14
a.wittor@vhs-waltrop.de

"Weltreise durch's Wohnzimmer"

Diederika Forster

Fremde Welten entdecken, sich kulinarisch verwöhnen lassen, mit Einheimischen ins Gespräch kommen... So oder so ähnlich stellt man sich eine Weltreise wohl vor. Doch was tun, wenn man nicht (mehr) reisen kann?

Die VHS Waltrop und Diederika Forster haben die Lösung und nehmen Sie ganz nah, und doch ganz fern mit zur „Weltreise durch Wohnzimmer“. Gastfreundliche Waltroper:innen aus aller Welt laden Sie exklusiv zu sich nach Hause ein. Erleben Sie auf diese wundervoll nachhaltige Weise die Lebenswelt von Menschen aus anderen Ländern, genießen ihre Kulinarik und tauchen ein in andere Kulturen! Das beliebte Veranstaltungsformat bietet auch in diesem Programm mehrere „Reisen“ an. Einen Reisepass und Stempel für das jeweilige Land erhalten Sie neben vielen schönen Eindrücken und Erinnerungen dazu. Termine werden im Laufe des Herbstes 2024 geplant und über die Presse bekannt gegeben.



Menschen bei Mittelbach „Auf geht's Waltrop" - Das beschäftigt mich

Marcel Mittelbach
Jeanette Sebrantke
Rathaus, Großer Sitzungssaal

„Menschen bei Mittelbach“, das neue Format mit Bürgermeister Marcel Mittelbach, steht diesmal unter der Überschrift „Auf geht's Waltrop - Das beschäftigt mich“. Die Idee dahinter: Bürgermeister Mittelbach steht Rede und Antwort zu einem kommunalpolitischen bzw. gesellschaftlichen Thema, das die Menschen in Waltrop bewegt. Dazu holt er sich Expert:innen an seine Seite. Diesmal mit dabei ist Jeanette Sebrantke, Leiterin des Dezernats 3 - Stadtentwicklung, Umwelt und Bauen.

Gemeinsam werden sie mit Interessierten über bedeutsame Projekte in Waltrop sprechen - von den Planungen zur IGA 2027 über Kita-Bauten bis hin zum Neubau der Feuer- und Rettungswache.

Gefragt sind bei der Veranstaltung auch die Teilnehmenden selbst: Was wünschen sie sich für Waltrop? Über all dies können die Gäste mit Bürgermeister Marcel Mittelbach und Dezernentin Jeanette Sebrantke ins Gespräch kommen. Denn Mitreden ist nicht nur erwünscht, sondern ausdrücklich erbeten.

1032

Dienstag,
12.11.2024
18.30 - 20.00 Uhr
gebührenfrei





Stadt(geschichte) Waltrop

1033

Donnerstag,
06.02.2025
18.30 - 20.00 Uhr
gebührenfrei



Foto: © JORICS
Jörg Riese
Creative Studio

Menschen bei Mittelbach „Bewegung und Ernährung“ - auf dem Weg zu einem gesünderen Leben

Marcel Mittelbach
Anita Horn
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Diesmal heißt es bei „Menschen bei Mittelbach“: „Bewegung und Ernährung - auf dem Weg zu einem gesünderen Leben“. Mit dabei ist Buchautorin und Journalistin Anita Horn, die in Waltrop aufwuchs und hier ihr Abitur machte. Vielen ist sie durch ihre Beiträge fürs WDR-Fernsehen und die WDR-Radiosender bekannt. Im April 2024 hat sie ihr Buch „Is(s) gut jetzt!“ veröffentlicht.

Gemeinsam werden Bürgermeister Mittelbach und Anita Horn mit Interessierten ins Gespräch kommen: über gesunde Ernährung und die Bedeutung von Bewegung, über Lebensmittel und ihren Ruf, über Fitness und Trendsportarten. Gefragt sind bei der Veranstaltung auch die Teilnehmenden selbst: Welche Vorstellungen haben sie von einem gesunden Lebensstil? Wie wichtig ist ihnen Bewegung im Alltag? Welche Möglichkeiten nutzen sie in Waltrop dazu?

In Kooperation
mit dem Heimatverein Waltrop:

Die Geschichte der evangelischen Kirche in Waltrop Beamer-Präsentation

Norbert Frey
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

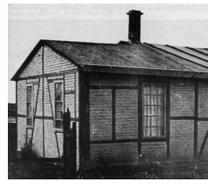
Als der Dortmund-Ems-Kanal und das Schiffshebewerk in den 1890er Jahren gebaut wurden, ahnte die katholische Kirche in Waltrop bestimmt nicht, was damit auch begann - nämlich der Zuzug von evangelischen Arbeitern. Eher ein verschlafenes Dorf im Münsterland und dem Bischof von Münster zugetan als ein Stück Ruhrgebiet, lebten in Waltrop noch 1864 rd. 3.400 Einwohner und davon nur 32 evangelische. Im Jahr 1898 sollten es bereits 250 in Waltrop und Datteln sein.

Durch die Abteufung der Zeche Waltrop ab 1903 stieg die Zahl der Protestanten weiter an. Eine ehemalige Kantinenbaracke vom Kanalbau war dann sozusagen die erste evangelische Kirche in Waltrop. Der Vorsitzende des Heimatvereins und letzte Stadtdirektor, Norbert Frey, zeigt in einem Bildervortrag die rund 130-jährige Geschichte der Evangelische Kirche in Waltrop auf. Faszinierende Pfarrer-Persönlichkeiten haben in diesen vielen Jahren für die moderne ev. Kirche von heute gesorgt.



1034

Mittwoch,
20.11.2024
19.00 - 21.00 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 €
Abendkasse



1 Stadt(geschichte) Waltrop



1035
Mittwoch,
12.02.2025
19.30 - 21.00 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 €
Abendkasse



Zur Geschichte der „Alten Kolonie“ in Waltrop

Fred Heindrihof
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Das Bergarbeitermilieu der "Alten Kolonie" (AK) ist Geschichte. Heute erkennt man alte Gebäude und Straßen, von vor über 100 Jahren. Man erahnt den Lebenszusammenhang einer Bergarbeitersiedlung. Während die Wohnungen heute von einer Familie bewohnt werden, lebten früher häufig zwei Großfamilien in einer Wohnung. Seit der Stilllegung der Zeche 1979 und der Privatisierung der Häuser hat sich der Charakter des Bergarbeitermilieus aufgelöst.

Was war das Besondere der Zeche Waltrop? Woher kamen die zugezogenen Menschen? Ein Blick in die Geschichte seit 1900 zeigt Antworten auf. Dabei geht es um historisch-gesellschaftliche Kontexte sowie einzelne zugezogene Familien und ihre Lebenssituation. Der Referent, selbst hier aufgewachsen, sprach mit Gleichaltrigen aus seiner Kindheit und Jugend, zeigt biografische Erfahrungen der 50er bis 70er Jahre. Der Preußische Staat baute ab 1903 Zeche und AK außerhalb des bestehenden Dorfes Waltrop. Dorf und Kolonie blieben sich lange fremd. Was machte diese durchaus gegenseitige Befremdung aus? Antworten geben eindrucksvolle Bilder.

In Kooperation mit dem Heimatverein Waltrop: Waltrop nach dem 2. Weltkrieg bis 1950

Norbert Frey
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Vor 80 Jahren marschierten am 4. April 1945 amerikanische Truppen in Waltrop ein, der 2. Weltkrieg war in dieser Region beendet. Mit der bedingungslosen Kapitulation am 8. Mai endete der Krieg, den Deutschland und die Wehrmacht führten. Bis zum Schluss hatte das nationalsozialistische Regime die Kontrolle behalten und Verbrechen begangen.

Was dann folgte, wird oft als „Stunde Null“ bezeichnet. In vielen Orten hatten Offiziere von Wehrmacht, SS oder Parteifunktionäre - wie in Waltrop - bis wenige Stunden vor der Kapitulation noch das Kommando geführt. Dann waren die Nazi-Chargen plötzlich verschwunden, Hitlerbilder wurden verbrannt, Uniformen versteckt, Orden vergeben.

Im ländlichen Waltrop mag es „besser“ gewesen sein als in großen Städten. Ungewissheit, Sorge, Trauer, Angst vor der Zukunft, bestand auch hier. Die Menschen lebten am Existenzminimum und hungerten. Wie es ihnen in Waltrop damals erging, erzählt hautnah die unscheinbare Akte aus dem Rathaus „Wirtschaftliche Lageberichte für die Jahre 1945 bis 1950“.



1036
Mittwoch,
05.03.2025
19.00 - 21.00 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 €
Abendkasse



50g Fett 11 febr. C	250g Fett 11 febr. B	250g Fett 11 febr. A
15 ① febr. UCKER	500 g 11 febr. 13	500 g 11 febr. 12
zucker	zucker	zucker
11 febr. 27	11 febr. 26	11 febr. 25
11 febr. 23	125 g 11 febr. 13b	125 g 11 febr. 13a
11 febr. 22	125 g 11 febr. 12b	125 g 11 febr. 12a
FLEISCH	FLEISCH	FLEISCH
FLEISCH	FLEISCH	FLEISCH

1

Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen

Unerwünscht und Vergessen. Zwangsarbeiterinnen und ihre Kinder Dokumentarfilm mit Diskussion im Anschluss

25. November 2024 um 19.30 Uhr

Im Heimatmuseum Waltrop im Riphaushof, Riphausstr. 31, 45731 Waltrop

Anmeldung unter 02309 930-348 oder gleichstellungsstelle@waltrop.de

Eintritt frei!

Rund 95.000 Frauen arbeiteten 1944 unter Zwang in Westfalen, verschleppt aus ihren Heimatländern, wie Vieh ins „Reich“ transportiert und in Soest an die Betriebe verkauft. Sie waren im Durchschnitt 20 Jahre alt und stammten aus Osteuropa. Sie wurden, an ihrer Kleidung gekennzeichnet, in den Rüstungsbetrieben des Ruhrgebietes und an anderen Stellen eingesetzt. Die Nationalsozialisten waren an ihrer Arbeitskraft interessiert, schwangere Frauen galten als unproduktiv. In Waltrop wurde am Rande der Rieselfelder ein zentrales Entbindungslager für etwa 500 „Ostarbeiterinnen“ eingerichtet. Zwangsarbeiterinnen bis zum fünften Monat der Schwangerschaft wurden zur Abtreibung gezwungen. Frauen mit einer weiter fortgeschrittenen Schwangerschaft mussten bis zur Niederkunft mitunter auf den Feldern der „Gemüseanbaugenossenschaft Waltrop“ arbeiten. Die „Rassenlehre“ der Nationalsozialisten machte die meisten der in Waltrop geborenen Kinder zu minderwertigem Leben. Viele starben im Säuglingsalter.

Anne Roerkohl besuchte mit ihrem Filmteam Maria Wieclaw in Polen. Der Film zeigt eines der seltenen Zeitzeugeninterviews einer Frau, die in Waltrop entbinden musste. Ihren Stationen von der Ukraine bis ins Entbindungs- und Abtreibungslager Waltrop-Holthausen folgend, ist die Polin Maria Wieclaw eine der Frauen, die durch Deportation zur Zwangsarbeit nach Westfalen kommt. Im Entbindungslager Waltrop-Holthausen bringt sie ihre Tochter Valentina zur Welt. Das Kind wird ihr weggenommen – blond und blauäugig entsprach es der Ideologie der Nationalsozialisten und kam vermutlich zu deutschen Eltern. Maria Wieclaw weiß bis heute nicht, was mit ihrer Tochter passierte. Die Historikerin Dr. in Gisela Schwarze legte 1997 eine umfangreiche Monographie zu dem Lager-Komplex Waltrop-Holthausen vor. Ein vergessener Ort, der untrennbar mit frauen- und kinderspezifischer Gewalt und Unmenschlichkeit verbunden ist. Produktion, Drehbuch & Regie: Anne Roerkohl - WDR 2000, 45 Min. / Erstaussstrahlung: 10/2020

In Kooperation mit der Gleichstellung der Stadt Waltrop, Stadtarchiv, Heimatmuseum, Partnerschaft für Demokratie/ Demokratie leben!





Stadtführungen in Waltrop

1101

Josef Schneider
Sonntag,
29.09.2024
16.00 - 17.30 Uhr
7,00 EUR
Kinder unter 10
Jahren
gebührenfrei.
Vorherige Anmel-
dung (bis freitags
12.00 Uhr) drin-
gend empfohlen!



Vom Oberdorf ins Unterdorf Stadtführung durch die Waltroper Innenstadt

Treffpunkt: Krankenhauskapelle/
Kulturforum Kapelle

Die "klassische" Route vom Oberdorf ins Unterdorf startet an der alten Krankenhauskapelle und führt zu wichtigen Sehenswürdigkeiten und Baudenkmälern im innerstädtischen Bereich. Geschichtliche Informationen spielen dabei ebenso eine Rolle, wie die eine oder andere Anekdote.

Waltrops Juden und die Zeit des Dritten Reichs

Josef Schneider
Treffpunkt: Jüd. Friedhof a.d. Feuer-
wache (Hilberstraße)

In Zeiten, in denen Intoleranz und Ausgrenzung anderen religiösen oder politischen Überzeugungen oder anders lebenden Menschen gegenüber wieder gesellschaftsfähig zu werden scheinen, ist ein Blick in die Vergangenheit, insbesondere in die der eigenen Heimatstadt, überaus nützlich. Die Mechanismen, nach denen Intoleranz und Ausgrenzung funktionieren, sind bis heute häufig die gleichen.

Die Führung verfolgt das Ziel, diese Mechanismen am Beispiel des kleinen Städtchens Waltrop zu verdeutlichen. Dort geschah nämlich all das, was sich auf der großen politischen Bühne in Berlin oder anderen großen Städten ab ca. 1930 abspielte. Dies gilt auch für das Schicksal der jüdischen Gemeinde Waltrops, auf deren wenige noch vorhandene Spuren sich diese Stadtführung begibt.

Es wird der Frage nachgegangen, wie aus angesehenen jüdischen Mitbürger:innen Ausgegrenzte wurden, die ihre angestammte Heimatstadt verlassen mussten und mitunter den NS-Vernichtungslagern zum Opfer fielen.

1103

Sonntag,
10.11.2024
14.00 - 16.00 Uhr
gebührenfrei
Vorherige Anmel-
dung (bis freitags
12.00 Uhr) drin-
gend empfohlen!

1104

Sonntag,
06.04.2025
15.00 - 17.00 Uhr
gebührenfrei
Vorherige Anmel-
dung (bis freitags
12.00 Uhr) drin-
gend empfohlen!

Stadtführungen auf Bestellung!

Für Gruppen, Schulklassen, Betriebsausflüge und individuelle Anlässe bietet die VHS Stadtführungen auf Bestellung an. Wir freuen uns über Ihr Interesse und auf Ihre Anfrage unter vhs@vhs-waltrop.de oder 023096-9626-0

1102S

Klaus Beie
Sonntag,
15.06.2025
15.00 - 16.30 Uhr
7,00 EUR
Kinder unter 10
Jahren
gebührenfrei.
Vorherige Anmel-
dung (bis freitags
12.00 Uhr) drin-
gend empfohlen!



1

Stadtführungen in Waltrop

Solche Entwicklungen finden nicht im "luftleeren Raum", sondern in einem bestimmten historischen Kontext statt. Daher ist es ein weiteres Ziel der Führung, an einigen Orten in Waltrop Informationen zu den konkreten politischen, wirtschaftlichen und sozialen Entwicklungen ab 1930, besonders aber nach 1933 zu vermitteln. Wie war es nicht nur durch Zwang, sondern auch durch Faszination sowie Überzeugung größerer Teile der Waltroper Bevölkerung möglich, bereits ab 1934 in die Hand der NSDAP zu gelangen?

Kohle, Kunst, Kommerz - Waltrops Zeche einst & jetzt

Klaus Beie
Treffpunkt: Zecheneingang Sydowstraße

Vieles hat sich verändert auf dem Gelände der ehemaligen Waltroper Zeche. Wie es früher war und wie es heute zugeht, erfahren Interessierte vor Ort vom Stadtführer. Manufaktum, Spurlattenturm und die bergbaugeschichtlichen Baudenkmäler sind gewiss die Highlights in dem jetzigen Gewerbepark. Im Anschluss an die Führung besteht Gelegenheit zu einem Besuch im Café-Restaurant Lohnhalle (falls geöffnet).

1105S

Samstag,
05.07.2025
16.00 - 17.00 Uhr
7,00 EUR
Kinder unter 10
Jahren
gebührenfrei.
Vorherige Anmeldung (bis freitags
12.00 Uhr) dringend empfohlen!

Einheimische gesucht!

Die Alte Kolonie und der Berg/ Berghang sind die ersten Siedlungen, die Zugezogene und Interessierte bei unserem Streifzug „durchs Revier“ entdecken können. Wir suchen weitere „Einheimische“, die sich gut in ihrem Umfeld auskennen und ihre Siedlung anderen auf einem etwa 90-minütigen Gang zeigen wollen.

Wenn Sie sich im Braßkamp, Hangel, im Dichterviertel, Egelmeer, Altenbruch, der Ketteler-Siedlung oder am Stadtgarten etc. gut auskennen und unser „Guide“ werden möchten, erteilt **Alexandra Wittor unter 0151 19545653** gern weitere Auskünfte.



1

Stadtführungen in Waltrop

1120

Sonntag,
30.03.2025
15.00 - 16.30 Uhr
7,00 EUR
Kinder unter 10
Jahren
gebührenfrei.
Vorherige Anmel-
dung (bis freitags
12.00 Uhr) drin-
gend empfohlen!



MIT MIR DURCHS STADT-REVIER!
Waltroper Siedlungen (neu)
entdecken:

Mit Gaby Heinze durch ihr Revier Die Klöcknersiedlung entdecken

Gaby Heinze
Treffpunkt: St. Ludgerus-Kirchturm,
Hafenstraße 75

An diesem Sonntag gibt es unter der Leitung von Gaby Heinze ein Spaziergang durch die „Klöcknersiedlung“. An diesem Nachmittag wird Ihnen sicher das eine oder andere Neue oder Wissenswerte über dieses Quartier berichtet. Ziel ist es, in einen Austausch über Alltägliches oder auch Besonderes dieser Siedlung zu kommen. So können Sie die „Klöcknersiedlung“ mit einem erweiterten Blick künftig neu erleben.

1121S

Sonntag,
04.05.2025
15.00 - 16.30 Uhr
7,00 EUR
Kinder unter 10
Jahren
gebührenfrei.
Vorherige Anmel-
dung (bis freitags
12.00 Uhr) drin-
gend empfohlen!



MIT MIR DURCHS STADT-REVIER!
Waltroper Siedlungen (neu)
entdecken:

Mit Klaus Beie durch sein Revier Die Siedlung Berghang / Berg entdecken

Klaus Beie
Treffpunkt: Haus der Bildung,
Begegnung und Kultur (HBBK)

An diesem Sonntag geht es mit Klaus Beie durch die Siedlung "Im Berg/Berghang". Ziel ist es, mit den

Bewohner:innen dieses Quartiers in einen Austausch zu treten über liebenswerte, bislang unbekannte und interessante Seiten, etwas Neues zu erfahren oder auch selbst etwas beizutragen. Es geht dabei nicht um abstrakte theoretische Inhalte oder Ausführungen, sondern um praktische und alltagstaugliche Infos, und selbstverständlich ist auch die ein oder andere Anekdote oder kurzweilige Begebenheit erlaubt.

MIT MIR DURCHS STADT-REVIER!
Waltroper Siedlungen (neu)
entdecken:

Mit Axel Heimsath durch sein Revier Die Neue Kolonie entdecken

Axel Heimsath
Treffpunkt: Heimatmuseum
Riphausstraße

An diesem Nachmittag begeben sich Interessierte unter der Leitung von Axel Heimsath auf einen Gang durch die Siedlung „Neue Kolonie“. Dabei werden Sie sicher das ein oder andere Neue oder Wissenswerte über dieses Quartier erfahren. Ziel ist es, in einen Austausch über Alltägliches oder auch Besonderes dieser Siedlung zu kommen. So können Sie die „Neue Kolonie“ mit einem erweiterten Blick künftig neu erleben.

1122S

Sonntag,
29.06.2025
15.00 - 16.30 Uhr
7,00 EUR
Kinder unter 10
Jahren
gebührenfrei.
Vorherige Anmel-
dung (bis freitags
12.00 Uhr) drin-
gend empfohlen!



1

Dritter Ort



Der Dritte Ort Waltrop – ein Ort für Kunst, Kultur und Begegnung

Mithilfe des Förderprogramms „Dritte Orte – Häuser für Kultur und Begegnung im ländlichen Raum“ wurden in den vergangenen zwei Jahren erfolgreich verschiedene bauliche Maßnahmen am Altbestand des Hauses der Bildung und Kultur an der Ziegeleistraße 14 vorgenommen. So wurde unter anderem das Foyer zum Kulturwohnzimmer ausgebaut, wo verschiedene Veranstaltungen für unterschiedliche Altersgruppen stattfinden. Das Angebotspektrum reicht von Lesungen über Vorträge und Ausstellungen hin zu musikalischen Aufführungen. Hinzu kommen regelmäßige Angebote wieder der offene Handarbeitstreff (1.+3. Mittwoch im Monat, 16-18 Uhr), der Spieleabend (letzter Freitag im Monat, 19.30-21.30 Uhr), der Spielenachmittag (letzter Mittwoch im Monat, 14-16 Uhr) und der Vorlesenachmittag für Kinder (1. Dienstag im Monat, 16-17 Uhr).

Der Raum kann darüber hinaus für verschiedene Zwecke, zum Beispiel für Arbeitskreisbesprechungen oder Nachhilfestunden, kostenlos in Anspruch genommen werden. Raumbuchungen können eigenständig über die Homepage vorgenommen werden.

Entspannen im Kreativ- und Lesegarten

Auch der Vorplatz wurde umgestaltet. Ein Waldsofa lädt zum Verweilen und Plaudern ein, an mehreren Hochbeeten können die Waltroper*innen und Waltroper als Gemeinschaftsobjekt selbst Obst- und Gemüsesorten sowie Kräuter anbauen und ernten.

Der neugestaltete Kreativ- und Lesegarten beinhaltet eine befestigte Fläche, die als multifunktionale Sitz-, Spiel-, Aufenthalts- und Szenenfläche genutzt werden kann. Ergänzt wird der Bereich durch eine Natursteinsitztribüne. Hier können Besuchende Bücher lesen, während Kinder auf der Freifläche großformatige Spiele ausprobieren können. Geplant sind auch kleinere Lesungen oder Theaterstücke.

Kontakt:

Alexandra Sgro (Kordinatorin
Dritter Ort Waltrop)
info@3ortwaltrop.de
02309-962641
www.3ortwaltrop.de



Die Waltroper Bücherei ist umgezogen

Die ehemals am Marktplatz ansässige Stadtbücherei wurde am 31.12.2012 geschlossen. Zehn Jahre lang war im Anschluss eine Interimsbücherei provisorisch in den Räumen der Waltroper Gesamtschule untergebracht, bevor die Waltroper Bücherei im Februar 2024 in der umgebauten Pausenhalle des Hauses der Bildung, Begegnung und Kultur an der Ziegeleistraße 14 eine neue Heimat gefunden hat.

Der Umzug der Interimsbücherei in das Haus der Bildung, Begegnung und Kultur konnte ebenfalls im Rahmen des vom Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen geförderten Programms „Dritte Orte – Häuser für Kultur und Begegnung im ländlichen Raum“ realisiert werden. Während die verschiedenen Medien fortan in der ehemaligen Pausenhalle und zwei angrenzenden Räumen präsentiert werden, erfolgt die Ausleihe ebendieser über eine Ausleih- und Empfangstheke, die im Kulturwohnzimmer untergebracht ist.

Bibliothek der Dinge neu im Bestand

Nicht nur klassische Medien wie Bücher (u. a. Romane, Sachbücher für Kinder und Erwachsene, Bilder- und Jugendbücher, Graphic novels, Mangas, Comics, Reiseführer und Jugendbücher) hat die Waltroper Bücherei im Bestand, sondern auch DVDs, Blu-rays, CDs, Tonies, Hörbücher und auch Switch-Spiele.

Mit der neu eingeführten „Bibliothek der Dinge“, die bereits in zahlreichen Bibliotheken Bestandteil des Angebots ist, stellt die Waltroper Bücherei den Ausleihenden zukünftig eine Vielzahl an Gegenständen zur Ausleihe zur Verfügung, die sie für einen begrenzten Zeitraum benötigen oder nur einmalig ausprobieren möchten. Bereits jetzt kann ein 3D-Drucker sowie ein Schneideplotter von allen Waltroper Bürgerinnen und Bürgern nach vorheriger Rücksprache kostenlos genutzt. Demnächst können nützliche Dinge wie ein Feuchtigkeitsmesser, eine Sofortbildkamera, eine Eismaschine, ein E-Bookreader, eine Popcornmaschine, ein Donutmaker und noch vieles mehr in der Waltroper Bücherei ausgeliehen werden.



1 Recht & Geld



1302

Samstag,
23.11.2024
15.00 - 18.00 Uhr
8,50 EUR



Testament, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

Manfred Schunk
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Die Teilnehmenden werden an diesem Nachmittag über aktuelle Themen informiert, die jeden Menschen in unserer Gesellschaft betreffen.

Jeder Person steht die Entscheidung bevor, was nach dem Tod mit dem Erbe geschehen soll. Noch immer herrscht in großen Teilen der Bevölkerung die irrtümliche Meinung, dass der jeweilige Ehepartner nach dem Tod automatisch alles erhält. Anhand von konkreten Beispielen wird gezeigt, welche Folgen es haben kann, wenn man alles dem Zufall überlässt. Das Seminar informiert, wie das eigene Vermögen den Personen zugute kommt, denen man zu Lebzeiten eng verbunden war.

Dank des medizinischen Fortschritts ist eine weitreichende Versorgung als lebenserhaltende oder -verlängernde Maßnahme möglich. Was für manche eine Hoffnung aufrecht erhält, bedeutet für andere eine sinnlose Verlängerung des Leidens. Wer soll entscheiden, ob ärztliche Eingriffe oder lebensverlängernde Maßnahmen getroffen werden, wenn man dazu selbst nicht mehr in der Lage ist? Der Referent ist Rechtsanwalt und Notar a. D..

Nachhaltige Geldanlagen - Kriterien und Beispiele

Martina Martello
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Grüne Aktien, Investments in Auf- forstung, Windkraft oder erneuerbare Energien, Mikrokredite in Ländern des Globalen Südens - der Markt für sozial- und umweltverträgliche Geldanlagen wächst jedes Jahr. Ein Überblick über verschiedene Produkte fällt nicht leicht. Nicht immer ist klar, ob das Investmentangebot neben einer Rendite auch eine positive Wirkung erzielt und welche Nachhaltigkeitskriterien dem Produkt überhaupt hinterlegt sind. Hinzu die oft unbeantwortete Frage, was die Bank oder das Kreditinstitut mit dem eigenen Geld macht.

Der Vortrag gibt einen Überblick über nachhaltige und ethische Geldanlagen im deutschsprachigen Raum und nennt Beispiele, welche alternativen Möglichkeiten es gibt. Dabei steht die soziale Wirkung eines Investments neben der Rendite im Fokus. Als eine mögliche Alternative wird die Genossenschaft Oikocredit als Impact Investor vorgestellt.

Nina Martello ist Referentin für Bildungsarbeit und Ehrenamtsmanagement und hat einen Bachelor in Politik und Gesellschaft der Universität Bonn und einen MBA NGO & CSR Management an der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg abgeschlossen.



1303

Dienstag,
03.12.2024
19.00 - 20.30 Uhr
6,00 EUR



1

Recht & Geld



1304

Donnerstag,
06.03.2025

18.30 - 20.45 Uhr
19,00 EUR



Basiswissen Geld Kurzseminar

Holger Beckersjürgen
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Verbraucherschützer stellen seit vielen Jahren fest, dass Sparverträge oftmals mit erheblichen Mängeln behaftet sind. Ein weiteres Problem ist, dass Finanzentscheidungen der Sparer:innen aus Mangel an Fachwissen überwiegend "aus dem Bauch" heraus getroffen werden. Ernüchterung tritt jedoch erst dann ein, wenn die Sparverträge die in sie gesetzten Erwartungen nicht erfüllen. Doch dann ist es für eine Korrektur meist zu spät. In diesem Seminar erhalten die Teilnehmenden fundierte Grundlagen zum Vermögensaufbau und können bereits bestehende Verträge auf den Prüfstand stellen.

Zu den Seminarinhalten zählen:

- Grundlagen zu Aktien und Anleihen erlernen
- Zentrale Anlagerisiken erkennen
- Sparverhalten optimieren

Auf Wunsch erhält jede:r Teilnehmer:in im Anschluss die Möglichkeit sein persönliches Risikoprofil durch ein weltweit führendes Analyssystem erstellen zu lassen.

ETF-Fonds für Einsteiger:innen Kurzseminar

Holger Beckersjürgen
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Indexfonds und Exchange Traded Funds (ETF) erfreuen sich bei Sparrenden zunehmender Beliebtheit und können insbesondere für den langfristigen Vermögensaufbau sinnvoll sein. Mit ihren oftmals geringen Kosten, der hohen Transparenz und der einfachen Handhabung bieten Indexfonds und ETF viele Vorteile gegenüber gängigen Sparformen und werden von Verbraucherschützern empfohlen. Dennoch ist diese Sparform nach wie vor (zu) wenigen Sparern bekannt.

Zu den Seminarinhalten zählen:

- Wie sind ETF und Indexfonds entstanden?
- Welche Vor- und Nachteile bestehen gegenüber klassischen Sparprodukten?
- Worauf sollte man bei der Umsetzung besonders achten?

Für einen ersten Eindruck zum Vortrag besuchen Sie bitte: www.youtube.com/watch?v=LYKzgv3N5OI

1305

Donnerstag,
13.03.2025

18.30 - 20.45 Uhr
19,00 EUR

Antworten auf die wichtigsten Fragen gibt Dipl. Betriebswirt (FH) Holger Beckersjürgen, Finanzanalytiker und zertifizierter ETF-Spezialist durch die Deutsche Börse Akademie, Frankfurt.



Veranstaltungen 2024/25 in Waltrop

Manufactum Sonderverkauf

Zweimal jährlich laden wir zu unserem großen Sonderverkauf auf der Zeche Waltrop ein. Nutzen Sie die Gelegenheit, um zahlreiche Produkte aus dem gesamten Sortiment zu stark reduzierten Preisen zu erwerben. Für Ihr leibliches Wohl ist selbstverständlich auch gesorgt.

8.-10. August 2024 und 3.-5. April 2025,
Donnerstag/Freitag 11-19 Uhr, Samstag 10-18 Uhr

Manufactum Küchenfestival

An diesen Tagen stehen die Zeichen auf Genuss! Schauen Sie den Hersteller*innen unserer Küchengeräte und Kochutensilien über die Schulter, holen Sie sich Tipps für den heimischen Herd, genießen Sie das kulinarische Angebot und besuchen Sie spannende Workshops und Vorträge.

Freitag, 20. September 2024, 11-22 Uhr
Samstag, 21. September 2024, 10-18 Uhr

Manufactum Herbstmarkt

Herbstzeit ist Pflanzzeit. Deshalb stehen Ihnen auf dem Manufactum Herbstmarkt im Oktober wieder viele unserer Hersteller*innen und Lieferant*innen mit fachkundiger Beratung und einem breiten Angebot an Obstgehölsen, Blumenzwiebeln, Kräutern und mehr zur Verfügung.

Freitag, 25. Oktober 2024, 11-19 Uhr
Samstag, 26. Oktober 2024, 10-18 Uhr

Manufactum Gartentage

Im April präsentieren zahlreiche Marktstände allerlei rund um den Garten – von Tomaten-, Kräuter- und Gemüsepflanzen über Zier- und Obstgehölze bis hin zu Gartenwerkzeugen und Gartenausstattung. Ein vielfältiges Aktionsprogramm rundet das Angebot ab.

Freitag, 9. Mai 2025, 11-19 Uhr
Samstag, 10. Mai 2025, 10-18 Uhr

MANUFACTUM.

[manufactum.de](https://www.manufactum.de)





Sparkasse
Vest Recklinghausen

JENSEITS EUROPAS

Länderkundliche VHS-Sonntagsmatinée mit Unterstützung der Sparkasse Vest in Waltrop:

Nachdem die VHS-Matinéereihen seit 2022 vorwiegend Europa und Nordamerika beinhalteten, blickt die aktuelle Reihe mitunter weit über den Tellerrand Europas hinaus. Asien, Lateinamerika und Subsahara-Afrika stehen im aktuellen Weltgeschehen eher seltener im Fokus.

Bekannte und teilweise neue Referenten widmen sich zwei Ländern in Afrika, die in historischer Hinsicht kaum unterschiedlicher sein können: **Äthiopien**, das als eines der wenigen Länder Afrikas nie kolonialisiert wurde, und **Namibia**, das durch Kolonialisierungen erst spät Unabhängigkeit erlangte.

In Zentralasien erhalten zwischen Kaspischem Meer und Tien Shan-Gebirge die einstige Seidenstraße und die ehemaligen Sowjetrepubliken **Turkmenistan**, **Usbekistan**, **Tadschikistan** und **Kirgistan** Beachtung. Das kleine, sehr abwechslungsreiche Land der Kirgis:innen ist auch Ziel einer neuen VHS-Studienreise im September 2025. Das ebenfalls kleine und noch wenig besuchte **Laos** in Südostasien mit seinem noch tief verwurzelten Buddhismus ist ebenfalls Thema einer Matinée.

Touristisch hingegen bereits erschlossen bei gleichzeitiger Wertschätzung gegenüber Flora und Fauna ist **Costa Rica**, geografisch auch eher ein Zwerg, jedoch an zwei Weltmeeren gelegen – genau wie das benachbarte **Panama**, welches uns in leichtem Spanisch von einem Argentinier vorgestellt wird.

Weitere Vorträge zu europäischen Themen ergänzen die Matinée-Reihe. In leichtem Französisch geht es in einem **Paris-Vortrag** um das moderne und post-moderne Gesicht der französischen Hauptstadt. Der Vortrag über Katalonien und **Barcelona** bereitet auf die VHS-Städtereise im Oktober 2025 vor.

Schließlich blicken wir auch auf die **Ukraine** einschließlich der Krim, um dieses riesige Land mit seinen Menschen, Kulturen und Landschaften jenseits des schrecklichen Krieges näher kennen zu lernen.

Die Länderkunde-Matinéen finden wie gewohnt am **Sonntagvormittag um 10.30 Uhr** bei Kaffee/Tee und Gebäck statt. Für Planende empfehlen wir den vergünstigten Vorverkaufspreis zu nutzen. Natürlich können Kurzentschlossene noch Karten an der Tageskasse ergattern. Wir freuen uns auf Sie!

1 Länderkunde-Matinéen



1501
Sonntag,
29.09.2024
10.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse

Die Ukraine: ein zerrissenes Land zwischen Westen (EU) und Osten (Russland)

Rainer Alexander Spallek
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Reisen per Bahn und Bus in Vergangenheit und Gegenwart. Eine reiche, oft auch schmerzhaft Geschichte hat diese Region erlebt. Auf ihre Spuren begab sich der Sozialwissenschaftler in einem Land, das nie vorbereitet war auf westliche Reisende, vergessen da lag am Rande Europas.

Erst mit dem Angriff Russlands auf die Ukraine änderte sich das schlagartig. Der Referent geht auf das Schicksal der Ostjuden ein und sprach in Galizien mit einem Holocaust-Überlebenden. Auf der Krim traf er ehemalige, ins Ruhrgebiet deportierte Zwangsarbeiter. In den Karpaten besuchte er das geographische Zentrum Europas. Das weltoffene Odessa wird vorgestellt und in Czernowitz, Geburtsstadt großer Poeten, begegnen wir Spuren deutscher Vergangenheit. Bilder von der (ukrainischen) Krim werden zu sehen sein, die -seit 2014- so nicht mehr zu sehen sind. Ein Schwerpunkt des Vortrags ist das Verhältnis Russland-Ukraine-Deutschland und der 2022 begonnene Krieg Russlands gegen die Ukraine.



Film-Reisereportage Costa Rica

Axel Ronig, Rudolf Blauth
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Eine Film-Reisereportage über Costa Rica präsentiert der Ahlener Reiseleiter, Musiker und Filmemacher Axel Ronig. Laut einer internationalen Studie zählen die Ticos, wie sich die Bewohner Costa Ricas selbst nennen, zu den glücklichsten Menschen der Welt. Unter Umweltschützern gilt der mittelamerikanische Staat zu den Ländern mit der weltweit größten staatlichen Beachtung von Tier- und Umweltschutz.

Axel Ronig will filmisch belegen, dass Costa Rica, das schon vor Jahren per Verfassungsänderung seine Armee abgeschafft hat, seinen guten Ruf nicht zu Unrecht verdient. Die Gastfreundschaft und beeindruckende Naturerlebnisse in riesigen Nebel- und Regenwaldgebieten ziehen die Naturschützenden und Tourist:innen gleichermaßen an.

Ronig, der zuletzt 2024 Costa Rica besucht hat, berichtet von seiner Suche nach dem sagenumwobenen Quetzal. Die Azteken verehrten den bunten Vogel sogar als Gottheit. Im El Quetzal Nationalpark leben heute noch einige Exemplare. Eine Legende besagt, dass sich der Quetzal in Gefangenschaft selbst tötet. Aus diesem Grund gilt er bis heute als ein Symbol der Freiheit. Weltweit ist bislang nur einem einzigen Zoo (in Mexiko) die Zucht des vom Aussterben bedrohten Tieres gelun-



1502
Sonntag,
10.11.2024
10.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse



1

Länderkunde-Matinéen



gen. Moderator der Veranstaltung ist Rudolf Blauth, ehemaliger Leiter der VHS Ahlen.

Auf den Spuren der Seidenstraße - eine Vortragsreise durch Zentralasien

Clemens Schmale
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Sowjetistan - so nannte sie eine norwegische Journalistin: die einstigen Sowjetrepubliken in Mittelasien, Binnenstaaten mit extremem Kontinentalklima und eindrucksvoller Landschaft.

Drei davon hat der Referent besucht: Tadschikistan, Usbekistan und Turkmenistan. Der Vortrag zeigt Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen Chiva und Duschanbe, Buchara und Aschgabat. Die jungen Nationalstaaten hatten Anteil an den legendären antiken Seidenstraßen, die schon Marco Polo und Eroberer wie Dschingis Khan nutzten.

Heute locken Städte wie Samarkand mit großer islamischer Architektur tausende von Reisenden an, während die altertümliche Großstadt Merv am Rande der Wüste ein - touristisch gesehen - trostloses Dasein fristet.

Die Reise führt vom Pamirgebirge im Osten durch die Wüsten und Steppen von Karakum und Kysylkum bis ans Ufer des Kaspischen Meeres im Westen, dem größten Binnensee der Erde, an dessen gegenüberliegender Küste bereits der wilde Osten Euro-



pas beginnt. Neben den berühmten Oasenstädten in Usbekistan werden die Länder Turkmenistan und West-Tadschikistan mit ihren UNESCO-Welterbestätten vorgestellt. Der Sozialwissenschaftler Clemens Schmale, ehemals Journalist und Mitglied im Aufsichtsrat des Grimme-Instituts, organisiert heute Studienreisen weltweit.

Im Land der himmelhohen Berge - Durch Kirgistan und den Tianshan

Dietrich Rühl
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Mitten aus den Steppen und Wüsten Zentralasiens ragt ein fast 3000 km langes Hochgebirge auf, dessen verschiedene Landschaften kaum kontrastreicher sein können, der TIENSHAN - das Himmelsgebirge. Ausgehend vom Gebirgsvorland Kasachstans führt dieser geografische Streifzug ins Kernland des Tianshan, nach Kirgistan, dessen Hochsteppen und Passstraßen, Marktstädte



1503

Sonntag,
24.11.2024
10.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse



1504

Sonntag,
08.12.2024
10.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse



1 Länderkunde-Matinéen



und Jurtenansammlungen der Vortragende teilweise und zu verschiedenen Jahreszeiten besuchen konnte. Neben der Nord-Süd-Route in Richtung China wird auch der kaum bekannte Südwesten Kirgistans besucht, das historisch bedeutsame Fergana-Becken bis hin zum Rand des Pamir-Hochlands - Seitenblicke auf benachbarte Tienshan-Anrainer und dortige kirgisische Siedlungsgebiete mit einbezogen. Tiefbeeindruckende Berglandschaften machen das Fehlen größerer kulturhistorischer Sehenswürdigkeiten wett, nicht aber die problematischen Hinterlassenschaften der Sowjetzeit.



Der Vortrag stimmt ein auf die VHS-Studienreise nach Kirgistan im September 2025 (siehe Kurs-Nr.: B2835) Der Eintritt ist für angemeldete Reiseteilnehmende frei.



Namibia - Naturschönheit, SWAPO-Staat und deutsches Erbe

Rainer Alexander Spallek
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Der Sozialwissenschaftler Rainer Spallek reiste durch das südwestafrikanische Land und interviewte den Generalsekretär der Ev.-lutherischen Kirche von Namibia zur sozialen Situation im Land. Mit namibischen Deutsch-Schülern diskutierte er im Goethe-Institut über ihre Lebenssituation und das Deutsche in Südwestafrika. Im Gespräch mit dem deutschen Botschafter ging es um die politischen Verhältnisse im Land und den Herero-Konflikt, der über 100 Jahre nach der deutschen Kolonialzeit bis heute die deutsche Politik beschäftigt. Der Referent suchte die Gedenkstätte am Waterberg auf, wo der Völkermord seinen Höhepunkt fand. Die Frage nach Restitution, der Rückgabe von meist geraubten Kunstobjekten an das Herkunftsland, wird thematisiert. Er besuchte zwei Großfarmen und lernte dort einiges über Tierzucht, Trophäenjagd und ökologisches Gleichgewicht. Eine Safari im Ethosha-Nationalpark sowie Erkundungen in der Namib-Wüste, der wohl ältesten Wüste der Welt, lassen ahnen, warum dieses Land immer mehr (deutsche) Touristen anzieht.



1505
Sonntag,
09.02.2025
10.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse



1 Länderkunde-Matinéen



1506

Sonntag,
16.02.2025
10.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse



Äthiopien - Ursprungsland des Kaffees & Wiege der Menschheit

Ulrich Falker
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Das Dach Afrikas, 3000 Jahre Siedlungsgeschichte, älteste christliche Kultur des Kontinents, Heimat ursprünglicher afrikanischer Kulturen, Sehnsuchtsort der Rastafaris...

Äthiopien ist eine der vielfältigsten Regionen des afrikanischen Kontinents. Das Land am Horn von Afrika ist faszinierend und für Reisende sehr fordernd. Unterwegs in einer Region geographischer Extreme: Es gibt ausgedehnte und fruchtbare Hochflächen. Dort, wo dichte Besiedlung der Natur Raum lässt, im Simien- oder Bale-Nationalpark, suchen wir seltene, gefährdete Tierarten wie das Berg-Nyala oder den abessinischen Wolf.

Der mächtige afrikanische Grabenbruch spaltet die Hochländer im Süden. An seinem Grund finden sich Savannenländer, fischreiche Seen und die Danakil-Wüste.

Faszination kulturelle Vielfalt: In den Bergregionen des Nordens liegt die antike Stadt Axum und die Felsenkirchen des Tigray und Lalibelas. Sie sind Zeugen des frühen Christentums. Beim Osterfest in Lalibela spüren wir die Lebendigkeit alter Kultur. Der Südosten des Landes ist islamisch geprägt. In den engen, weißen Gassen der UNESCO-Welterbe-Stadt Ha-



rar tauchen wir in das Gedränge der Märkte ein.

Im Süden an der Grenze zu Kenia leben Völker an den Ufern des Omo-Flusses. Ihre Kultur ist in der Existenz bedroht, aber noch lebendig. Für Ethnologen ist es eine der interessantesten Regionen. Hier finden sich viele Elemente traditionellen afrikanischen Lebens, gefährdet durch Staudamm-Projekte der äthiopischen Regierung.



Katalonien - vom Dalí-Dreieck bis Barcelona

Dr. Stefan Roggenbuck
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Ein bevorzugtes Reiseziel in Spanien ist Katalonien. Im Umfeld der Costa Brava hat der Kunst-Magier Salvador Dalí in Port Lligat, Figueres und Púbol unverkennbare Spuren hinterlassen. Die schönsten Altstädte gibt es in Girona, Tossa de Mar und Barcelona. Neben der gotischen Kunst beeindruckt das Erbe der Sepharden, der legendären Kultur des spanischen



1507

Sonntag,
09.03.2025
10.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse





Judentums im Mittelalter. Faszinierend ist außerdem der katalanische Jugendstil („modernisme“), der in Antoni Gaudí seinen Meister fand und sich vor allem

in Barcelona manifestiert. In dieser pulsierenden Millionenmetropole hat sich das Unabhängigkeitsstreben Bahn gebrochen. Tatsächlich sind die Menschen in Katalonien anders als im übrigen Spanien, was u.a. durch eine eigene Sprache und Folklore deutlich wird.

quer
verweis

Der Vortrag stimmt ein auf die VHS-Studienreise nach Barcelona im Oktober 2025 (siehe Kurs-Nr.: B2836) Der Eintritt ist für angemeldete Reiseteilnehmende frei.

Laos - ein Land zum Staunen

Ulrich Schneider
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Als Land ohne Küste hat Laos für „Badetouristen“ nichts zu bieten und auf Rundreisen lässt man sich auf ein anderes „Komfortlevel“ als in den Nachbarländern ein. Dafür gibt es viele Erfahrungen und Eindrücke, die dies mehr als wett machen!

Seine 12-tägige Reise führte den Referenten vom Norden Vietnams über Vieng Xai, dem Hauptquartier der Pathet Lao, nach Luang Prabang, dem religiösen Zentrum, und schließlich in die Hauptstadt Vientiane. Dabei ergaben sich viele Möglichkeiten, mit der einheimischen Bevölkerung Kontakt aufzunehmen. Die Freundlichkeit der Einwohner und ein hohes Maß an „Entschleunigung“

lassen eine andere Art des Reisens entstehen. Mit Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft empfangen die Einheimischen der über 40 Ethnien Touristen aus aller Welt.

Die Vielfalt der Tempelanlagen, die große Zahl von Mönchen und die zu beobachtende Ehrfurcht, die die Laoten diesen entgegenbringen, lassen auch uns Europäer:innen etwas zur Ruhe kommen. Die Hauptstadt Vientiane scheint sich dieser Grundhaltung anzupassen und ist eher beschaulich als pulsierend.

Ulrich Schneider arbeitete bis zu seiner Pensionierung vierzig Jahre als Gymnasiallehrer mit den Fächern Mathematik und Religion. Als Mitglied im Photoclub Lünen hat er seine Reisen und Fotografien in Vorträgen dargelegt.



1508

Sonntag,
30.03.2025
10.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse

1

Vorträge zu Ökologie & Klima



1601

Mittwoch,
09.10.2024
19.00 Uhr
7,00 EUR
Vorverkauf
8,00 €
Abendkasse



Der Schwarzbach in Waltrop Vortrag

Sieglinde Louven
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

In dem Vortrag werden Sie den größten Bach in Waltrop von der Quelle bis zur Mündung in die Lippe kennenlernen. Entlang seines Verlaufes wird sein historischer und sein heutiger Zustand gezeigt. Welche Veränderungen hat der Bach durch den Menschen über die Zeit erfahren? Welche Hindernisse muss er überwinden? Welche Maßnahmen zur Renaturierung des Schwarzbaches sind geplant?

Hierbei wird auch die Entwicklung seines Umfeldes und damit auch die Entwicklung der Stadt Waltrop erläutert. Wie hängt die Kanalisation mit dem Schwarzbach zusammen? Welches Wasser aus dem Stadtgebiet von Waltrop fließt zur Emscher und welches zur Lippe? All diese Fragen werden innerhalb des Vortrages beantwortet.



In Kooperation mit Stadtwerke
Waltrop:

Umweltfreundliches Heizen mit Wärmepumpe Infoabend

Werner van den Berg
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Wärmepumpen sind die erste Wahl, wenn es darum geht, Heizkostensparnis und umweltschonende Wärmeerzeugung zusammenzubringen. Die Energie, die eine Wärmepumpenheizung nutzt, stellt die Umwelt unbegrenzt und kostenfrei zur Verfügung. Das vollwertige Heizsystem benötigt wenig Strom für den Antrieb, um diese Energie nutzbar zu machen. Eine Wärmepumpe arbeitet unabhängig von fossilen Brennstoffen und trägt aktiv zur Reduzierung des CO₂-Ausstoßes und damit zum Klimaschutz bei.

Die Vorteile der Wärmepumpe:

- Effiziente Nutzung der Energie aus Luft, Erdreich, Grundwasser oder der Sonne
- Mehr Unabhängigkeit von fossilen Brennstoffen
- Beitrag zur Reduzierung des CO₂-Ausstoßes

Der Referent ist Diplom-Ingenieur und Energieberater.

1602

Donnerstag,
07.11.2024
19.00 Uhr
gebührenfrei
Vorherige Anmeldung erbeten!



Vorträge zu Ökologie & Klima

In Kooperation mit Stadtwerke
Waltrop:

1603

Donnerstag,
16.01.2025
19.00 Uhr
gebührenfrei
Vorherige Anmel-
dung erbeten!

Solarenergie - Die Sonne schickt keine Rechnung! - Infoabend zu Photovoltaik und Steckermodulen

Werner van den Berg
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Aktuell deckt die Menge des durch Solarstrom-Anlagen produzierten klimafreundlichen Stroms etwa fünf Prozent des deutschen Bruttostromverbrauchs. Doch laut Potenzialstudie "Erneuerbare Energien NRW - Solarenergie" ist noch viel mehr möglich: Allein in NRW lässt sich durch Photovoltaik die Hälfte des in NRW verbrauchten Stroms erzeugen. Mit der eigenen Photovoltaik-Anlage kann jeder einen Beitrag zum Klimaschutz leisten.



Foto: Freepik

Der Vortrag geht auf die Solar-Stecker-Module, mit Hilfe derer auch Mieter:innen z.B. auf Balkonen öffentlich gefördert Strom zum Selbstverbrauch produzieren können, ein. Der Vortrag informiert Interessierte ausführlich über die technischen Grundlagen, sowie Betrieb, Versicherungen, Recycling und Kosten einer privaten PV-Anlage. Der Referent ist seit über 25 Jahren als Energieberater in einem kommunalen Stadtwerk tätig und selbst Betreiber zweier PV-Anlagen.

*Ihre Versicherung
mit dem Vor-Ort-Service*

Geschäftsstelle Marc Jörn Herold e. K.

Schulstr. 45 a
59192 Bergkamen
Tel. 02307 663770
Mobil 0172 2820602
info.marc.herold@continentale.de



Vertrauen, das bleibt.





Ausflüge in die Natur

1701

Sonntag,
15.09.2024

10.00 - 14.00 Uhr
9,00 EUR

Den Waltroper Schwarzbach mit dem Rad erkunden

Sieglinde Louven
Treffpunkt wird nach Anmeldung bekannt gegeben

1702S

Samstag,
14.06.2025

10.00 - 14.00 Uhr
9,00 EUR

Auf einer Radtour von der Quelle bis zum Mündung in die Lippe lernen wir den größten Bach von Waltrop kennen. Entlang seines Verlaufes werden an 10 Stationen sein historischer und sein heutiger Zustand gezeigt.



Welche Veränderungen hat der Bach durch den Menschen über die Zeit erfahren? Welche Hindernisse muss er überwinden? Welche Maßnahmen zur Renaturierung des Schwarzbaches sind geplant? An den Stationen wird auch die Entwicklung seines Umfeldes und damit auch die Entwicklung der Stadt Waltrop erläutert. Wie hängt die Kanalisation mit dem Schwarzbach zusammen? Welches Wasser aus dem Stadtgebiet von Waltrop fließt zur Emscher und welches zur Lippe? All diese Fragen werden auf unserer ca. 30 km langen Radtour beantwortet.

Auf dem Weg zur Mündung befindet sich keine Gaststätte. Bevor wir von dort aus den Rückweg antreten, legen wir am Klaukenhof eine Pause ein. Die Tour ist für normale Radfahrer konzipiert. E-Bike-Fahrer sind mit angepasster Geschwindigkeit willkommen. Festes Schuhwerk ist zu empfehlen.

„Nachbarschafts-Helfer.“

Was immer Sie vorhaben:
Wir sind an Ihrer Seite.

📍 Geschäftsstelle **Provinzial Geschäftsstelle Buxel e. K.**
☎ 02309 78290
✉ buxel@provinzial.de

PROVINZIAL

1 Ausflüge in die Natur

Z1109S

Sonntag,
25.08.2024
10.00 - 14.00 Uhr
9,00 EUR

Die Emscher mit dem Rad erkunden Fahrradexkursion

Sieglinde Louven
Treffpunkt wird nach Anmeldung bekannt gegeben

1703S

Samstag,
10.05.2025
10.00 - 14.00 Uhr
9,00 EUR

An der Stadtgrenze von Waltrop liegt das Einzugsgebiet der Emscher, ein Fluss der in seiner Vergangenheit mehrmals durch den Mensch umgestaltet wurde und die Region geprägt hat. Die Emscher wandelt nun ihr Gesicht von einem ehemals offenen Abwasserkanal zu einem naturnahen Gewässer. Einige Stationen des Emscher-Umbaus werden mit dem Rad erkundet.

Beginnend von Waltrop geht die Tour zum Emscher-Land zwischen Suder-

wich und Henrichenburg, wo sich die frisch umgestaltete Mündung des Suderwicher Bachs in die Emscher befindet. Weiter geht es vorbei am Schloss Bladenhorst durch das Grutholz in Castrop-Rauxel, wo die Entwicklung des bereits vor längerer Zeit ökologisch umgestalteten Deininghauser Bach zu sehen ist. Die nächste Station ist das Hochwasserrückhaltebecken Emscher-Auen zwischen Ickern und Mengede, wo zur Zeit Umbaumaßnahmen stattfinden. Vorbei an der St.-Laurentius-Kapelle führt der Weg wieder zurück nach Waltrop. Auf der Tour werden auch Stopps an den Objekten der in 2010 geschaffenen Emscherkunst eingelegt.

Die ca. 33 km lange Strecke ist für normale Radfahrer konzipiert. E-Bike-Fahrer sind mit angepasster Geschwindigkeit willkommen.



1 Ausflüge in die Natur



1704

Samstag,
21.09.2024

14.30 - ca. 16.30

Uhr

14,50 EUR

Kinder/Jugendliche bis einschl. 16

Jahre: 9,00 EUR

Auf die Pilze, fertig, los! - Pilzwanderung in der Haard

Bernhard Demel

Treffpunkt: Raum Haltern (wird erst nach der Anmeldung angegeben)

Fliegenpilze erkennt wohl jeder. Bei Pfifferlingen und Steinpilzen wird es schon schwieriger. Sämtliche ca. 6000 bei uns vorkommende Großpilzarten zu erkennen, überfordert aber selbst Spezialisten. Sich einen grundlegenden Überblick über das Faszinosum Pilz zu verschaffen, ist nicht nur interessant und spannend, sondern kommt über den Aufenthalt im Freien und über die Bewegung auch der Gesundheit zugute!

Ihre Namen, z. B. Natternstieliger Schneckling, Gallertfleischiger Fältling, Zugespitzter Brennessel-Kugelpilz, Blutmilchpilz oder Wetterstern sind dabei genauso geheimnisvoll wie beredt. Neben zahlreichen Anekdoten gibt die Pilzwanderung einen Überblick über die Artenvielfalt, die ebenso interessante Biologie wie Ökologie der Pilze. Zuletzt erhält man Tipps für die kulinarische Verwendung und wird auf mögliche Gefahren beim Pilzesammeln hingewiesen. Wer Pilze sammeln möchte, bringe bitte ein Körbchen mit, keinesfalls jedoch Plastiktüten! Geleitet wird die Exkursion von Bernhard Demel, Umweltwissenschaftler und Pilzsachverständiger.

Pilzsuche ist auch Glückssache! Garantien im Vorfeld gibt es nicht.



Auf den Spuren der Sagen Mystische Wanderung durch die Hohe Mark

Heike Kalfhues

Treffpunkt: Raum Haltern (wird nach der Anmeldung bekannt gegeben)

Um Haltern am See und seine Bewohner ranken sich zahlreiche Sagen und Legenden. Besonders reich an Geschichten ist das Gebiet um den Ortsteil Holtwick. Die Wanderung führt uns auf dem Hohe Mark Steig durch den Bäckerbusch und zu den Hexenbuchen. Hier hören wir Geschichten von hiesigen Hexen, manches Märchen von Bäumen und Erzählungen von sonderbaren Begebenheiten...

Zielgruppe: Erwachsene und Familien mit Kindern ab Grundschulalter
Schwierigkeitsgrad: mittel, ca. 4 km.
Auf der Strecke sind einige Höhenmeter zu bewältigen. Nicht barrierefrei.

Vollmondwanderung durch die Westruper Heide Winterlicher Gang

Heike Kalfhues

Treffpunkt: Haltern am See (wird nach Anmeldung bekannt gegeben)

Auf einem mystischen Spaziergang im Mondlicht lassen wir die eindrucksvolle Landschaft der Westruper Heide auf uns wirken und lauschen so mancher Geschichte von merkwürdigen Gestalten und sonderbaren Begebenheiten. Der Spaziergang ist besonders für Familien mit Kindern ab Grundschulalter geeignet.

Bitte eine Taschenlampe mitbringen.

1707

Sonntag,
26.01.2025

15.30 - 17.30 Uhr

12,00 EUR

6,00 EUR für Kinder bis einschließlich 14 Jahre



Die Dozentin ist Waldpädagogin und Dipl. Landschaftsökologin.

1708

Samstag,
15.03.2025

19.00 - 20.30 Uhr

12,00 EUR

6 EUR für Kinder bis einschließlich 14 Jahren



1 Ausflüge in die Natur

1709

Sonntag,
27.04.2025
14.00 - 17.00 Uhr
19,00 EUR
inkl. Verkostung
9,50 EUR für
Kinder bis einschl.
14 Jahren

Bitte bringen Sie
ggf. ein Körbchen
oder Tupperdös-
chen mit.



Leckerer vom Wegesrand Frühjahrswanderung mit der Kräu- terpädagogin

Carola De Marco
Treffpunkt: wird nach Anmeldung
bekannt gegeben

Bei einem gemütlichen Gang durch Halterns Gassen entdecken wir zahlreiche Wildpflanzen, zu Unrecht als Unkräuter verunglimpft. Es geht um Kräuter, Sträucher oder Bäume, die an jedem Wegesrand zu finden sind. Vieles kann man essen, manches nützte dem Menschen seit Urzeiten im täglichen Leben oder war als heilsam bekannt.

So war beispielsweise das Scharbockskraut ein probates Mittel gegen Skorbut. Es ist kurzzeitig im Frühjahr zu finden und nur bis zur Blütezeit essbar. Nicht viele Menschen kennen den unvergleichlichen Geschmack von jungem Giersch, dem Schrecken

aller Gärtner. Je nach Vorkommen, lassen Sie sich verführen von Bärlauch Knoblauchsacke, Gundermann und Co. Selbst wenn eine Pflanze weder essbar noch heilsam ist, so ist sie doch: "EINE SCHÖNE BLUME" und gehört zur Artenvielfalt.

Der Gang dauert etwa drei Stunden. An vielen Stellen stellt die Kräuterpädagogin anschaulich einige Pflanzen vor. Sie beweist, dass viele unserer Un-Kräuter in Wahrheit köstliche Wildkräuter sind. Dabei würzt sie den Pflanzenbesuch mit Spielen, Anekdoten und Geschichten. Und sie zeigt auf, dass es neben den essbaren auch giftige Pflanzen gibt. Lernen Sie, die essbaren von den giftigen Kräutern zu unterscheiden, indem Sie Auge, Hand und Nase einsetzen. Dann steht dem gemeinsamen Verzehr eines kleinen Snacks mit gesammelten Wildkräutern nichts mehr im Wege.

Allergiker bitte achtsam sein bei Verkostungen!



Foto: Freepik



Ausflüge in die Natur

1615S

Sonntag,
18.08.2024

11.00 - 14.30 Uhr
37,50 EUR
für Erwachsene
27,50 EUR für
Kinder bis einschl.
18 Jahre

Kanufahren auf der Lippe - Naturabenteuer für Groß und Klein

Michael Seibert

Treffpunkt: wird erst nach der An-
meldung angegeben

Vom Boot aus erleben Sie die Natur besonders hautnah und intensiv. Bei unserer Canadier-Fahrt von Ah-
sen nach Flaesheim lernen Sie die idyllische Landschaft der Lippeauen aus einer neuen Perspektive kennen. Sie erhalten die Möglichkeit zu vielen Naturbeobachtungen und die kurvenreichen Windungen der Lippe lassen diese ca. 3,5 stündige Tour zu einem Erlebnis für Jung und Alt werden.

Wir möchten darauf hinweisen, dass es sich um Wassersport handelt und man nasse Füße bekommen kann oder sogar ganz nass werden könnte.

Die Tour wird mit Dreier- und/oder Vierer- Canadiern durchgeführt. Padel, Schwimmweste und wasserdichte Behälter für persönliche Sachen wie Autoschlüssel usw. stehen zur Verfügung. Sie ist auch für Eltern mit Kindern ab sechs Jahren geeignet. Die Streckenlänge beträgt ca. 12 Kilometer, die Paddelzeit ca. 2,5 Stunden.

1710S

Sonntag,
25.05.2025

11.00 - 14.30 Uhr
37,50 EUR
für Erwachsene
27,50 EUR für
Kinder bis einschl.
18 Jahre

1711S

Sonntag,
31.08.2025

11.00 - 14.30 Uhr
37,50 EUR
für Erwachsene
27,50 EUR für
Kinder bis einschl.
18 Jahre

1712S

Sonntag,
07.09.2025

11.00 - 14.30 Uhr
37,50 EUR
für Erwachsene
27,50 EUR für
Kinder bis einschl.
18 Jahre

Fledermausexpedition für Familien mit Kindern ab Grundschulalter

Heike Kalfhues

Treffpunkt: wird erst nach der
Anmeldung angegeben

Beschreibung: Legen Fledermäuse Eier? Was haben die Tiere mit Würfelzucker gemeinsam? Und wie können sie mit den Ohren sehen? Mit einsetzender Dämmerung begeben wir uns auf die Spur dieser geheimnisvollen Tiere und tauchen ein in ihre Lebenswelt. Mit Hilfe eines Fledermaus-Detektors lauschen wir den wendigen Flugkünstlern.

1714S

Samstag,
06.09.2025

19.15 - 21.15 Uhr
12,00 EUR
6,00 EUR für
Kinder bis einschl.
14 Jahre

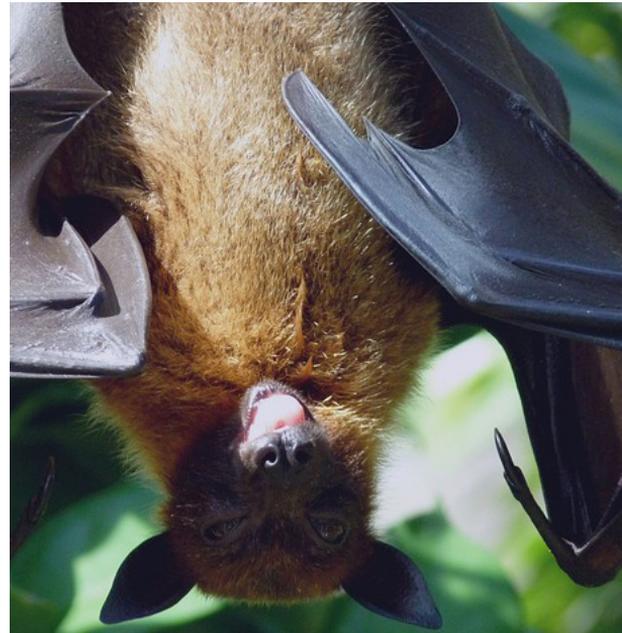


Foto: Pixabay

pädagogik
gemeinsam gegen einsamkeit – stillberatung – geschichten schreiben – exkursionen

blicke hinter kulissen – rund ums rad

familie
mensch
persönlichkeit

radtouren – studienreisen

MENSCHEN



Ansprechpartnerin **Alexandra Wittor**

FAMILIE

Mensch, Familie & Persönlichkeit

Was treibt uns an im Leben? Welche Werte sind uns wichtig? Wie wollen wir unser Leben gestalten und unsere selbstbestimmte Zeit verbringen?

Mit diesen (Lebens-)Themen beschäftigen wir uns im Studienbereich Mensch, Familie & Persönlichkeit. Hier erfahren Sie Gemeinschaft und Zusammenhalt, finden neue Weggefährt:innen, erhalten Tipps für ein ausgeglichenes Familienleben, erlernen Strategien gegen Einsamkeitserfahrungen und können spannende Eindrücke „hinter Kulissen“ sammeln. NEU ENTDECKEN wird in diesem Studienbereich großgeschrieben: Sei es „sich selbst“ bei der Stilberatung, Ihre Phantasie beim Geschichten schreiben oder neue Orte und Landschaften während Radtouren und Studienreisen. Kommen Sie mit und tauchen Sie in die faszinierende Welt des lebensbegleitenden Lernens ein.

Tipps und Tricks für herausfordernde Elterngespräche Fortbildung für Erzieher:innen, Tagespflege-Eltern und Interessierte

Theresa Engberding
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Gespräche mit Eltern gehören zur alltäglichen Aufgabe von Kindertagespflegepersonen und bilden einen wichtigen Baustein in der Arbeit mit den Familien. Manche Gespräche stellen Kindertagespflegepersonen jedoch vor eine große Herausforderung und verursachen schon beim Gedanken daran ein mulmiges Gefühl.

Um herausfordernde Elterngespräche in Zukunft noch besser meistern zu können, werden in diesem Workshop schwierige Gesprächssituationen analysiert und Tipps rund um die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung von Gesprächen vorgestellt. In gemeinsamen praktischen Übungen werden diese erprobt. Die Referentin ist Dipl.-Psychologin und Mitarbeiterin der Erziehungsberatungsstelle Datteln.

"Datenschutz geht zur Schule" und informiert Schüler:innen Am internationalen "Safer Internet Day" an allen weiterführenden Schulen

Das Internet ist für viele Schüler:innen zu einer wichtigen Informations- und Kommunikationsplattform geworden. Umso größer ist die Gefahr eines unbedachten Umgangs mit sensiblen persönlichen Daten. Die Risiken im Netz sind so umfangreich und vielschichtig, dass vor allem junge Menschen (selbstverständlich auch manche Erwachsene) keine oder kaum Vorstellungen davon haben, was mit ihren Angaben passieren kann.

Bei den Infoveranstaltungen werden Chancen und Risiken bezüglich sozialer Netzwerke, Video- und Musikdownloads, Chatrooms, Cyber-Mobbing, usw. aufgezeigt.

Durchgeführt werden die Veranstaltungen durch Experten des Berufsverbandes der Datenschutzbeauftragten (BvD) in Berlin.

2011

Gesamtschule,
Realschule und
Theodor-Heuss-
Gymnasium
Waltrop
Dienstag,
11.02.2025
vormittags
gebührenfrei

**PÄDAGOGISCHES FORUM
WALTROP**
GESAMTSCHULE
REALSCHULE
THEODOR-HEUSS-GYMNASIUM
VOLKSHOCHSCHULE



2010

Donnerstag,
06.02.2025
09.00 – 14.00 Uhr
gebührenfrei





Gemeinsam

2

GEMEINSAM – gegen Einsamkeit

Gemeinsam gegen Einsamkeit ist der Titel einer der bedeutsamsten Aufgaben, vor denen wir gegenwärtig und künftig stehen werden. Der Titel stammt aus einer Infokampagne des Bundesgesundheitsministeriums, die wir ausdrücklich unterstützen. Einsamkeit ist ein wachsendes Problem in unserer Gesellschaft, das jüngere wie ältere Generationen ganz besonders (be)trifft. Eine gut ausgebaute Kommunikations- und Begegnungs- und Beratungsinfrastruktur bildet die Basis, um dem gesellschaftlichen Phänomen Einsamkeit wirksam zu begegnen. Es gibt eine Reihe von Akteur:innen in unserer Stadt, die sich in informellen Strukturen aktiv GEMEINSAM gegen Einsamkeit einsetzen. Die Sichtbarmachung der Aktivitäten und Einladung weiterer Personen zum gemeinsamen Engagement gegen Einsamkeit ist unser Ziel. Die VHS Waltrop, der Dritte Ort sowie weitere Akteur:innen bieten eine Reihe von Veranstaltungen, die hier im Programmheft aufgeführt sind.

Weitere Infos und Kontakt:

Alexandra Wittor
02309-9626-14
a.wittor@vhs-waltrop.de



2020

Mittwoch,
06.11.2024
19.30 – 21.30 Uhr
10,00 EUR
VVK
12,00 EUR AK
8,00 EUR für
Schüler:innen und
Studierende



Die Freiheit, allein zu sein Lesung und Diskussion

Sarah Diehl
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Einsamkeit war einst ein philosophisches und religiöses Ideal, wurde in der Moderne aber zum Beleg für Vereinzelung in der Gesellschaft. Kann eine Rückbesinnung auf die positiven Qualitäten des Alleinseins helfen, um uns äußeren Erwartungshaltungen zu entziehen und mit uns selbst komplett zu fühlen? Im heutigen Strudel aus Karriere- und Familienplanung werden wir daran gehindert, ein gutes Verhältnis zum Alleinsein zu entwickeln. Doch die Fähigkeit zum

Alleinsein kann nicht nur als Teil der Selbstfürsorge positiv wirken, sondern auch als Voraussetzung eines verantwortungsvollen Miteinanders.

Diehl blickt auf die Möglichkeit und Fähigkeit zum Alleinsein innerhalb der Familie oder Partnerschaft, in der kreativen und politischen Arbeit sowie in der Natur oder auf Reisen und ermutigt, das Alleinsein immer wieder bewusst zu suchen, um keine Selbstzensur der eigenen Bedürfnisse zu betreiben, um übertriebene Ansprüche der Leistungsgesellschaft erfüllen zu müssen oder für die Vorstellung





Gemeinsam

wie Familie und Partnerschaft aussehen und funktionieren muss. Gerade Frauen werden Räume des Alleinsein, der Freiheit und Unabhängigkeit aber noch verwehrt, da wir immer noch an einem Frauenbild festhalten, dass Frauen eher für die Bedürfnisse anderer da sind als für ihre eigenen. Insofern brauchen wir neue Antworten auf soziale Fragen rund um Familie und Fürsorge, aufgrund derer die Freiräume von Frauen (auch zum Alleinseinkönnen) immer noch immens eingeschränkt sind.

Die Bestseller-Autorin Sarah Diehl studierte Afrikawissenschaften und Gender Studies an der HU Berlin und lebt seither als Publizistin, Romanautorin, Seminarleiterin und Aktivistin in der Hauptstadt.

„Die Zeit danach“ – Ideen für den Ruhestand Moderierter Gesprächskreis

Ursula Möller
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Es mangelt nicht an Ratgebern und Leitfäden für die Zeit nach dem Arbeitsleben. Die Fachleute nennen übereinstimmend zwei Bedingungen für eine zufriedenstellende und erfüllte Rentenzeit: die Übernahme einer sinnvollen Aufgabe sowie ein aktives soziales Leben. In dieser Veranstaltung werden wir uns mit Hilfe des Modells der fünf Säulen von Hilarion G. Petzold diesen Themen zuwenden, sie miteinander diskutieren und vielleicht zu einer Vorstellung für den eigenen Ruhestand gelangen.



2021

Dienstag,
29.10.2024
18.00 – 19.30 Uhr
4 Abende
6,00 EUR
Organisations-
gebühr

2022

Dienstag,
18.02.2025
18.00 – 19.30 Uhr
4 Abende
6,00 EUR
Organisations-
gebühr





Gemeinsam

2

In Kooperation mit dem Dritten Ort:

2. Waltroper Freizeitbörse

Stadthalle Waltrop, Foyer

Nach dem erfolgreichen Auftakt im Vorjahr findet am 09. März 2025 erneut die Waltroper Freizeitbörse statt. Verschiedene Waltroper Vereine und Organisationen stellen mit Blick auf die Frage „Wie kann ich in Waltrop meine (Frei)Zeit verbringen?“ im Foyer der Stadthalle sich und ihr Angebot vor. Dies reicht von Sportaktivitäten über gemeinsame Freizeitgestaltung hin zu ehrenamtlichem Engagement. Die Freizeitbörse bietet die Möglichkeit, einen ersten Überblick über das vielfältige Angebot der verschiedenen Institutionen zu erhalten und vielleicht ein neues Hobby für sich zu entdecken. Wer noch auf der Suche nach einer passenden Begleitung für eine gemeinsame Aktivität ist, dem sei die Freizeitbörse ebenfalls empfohlen. Hier können erste Kontakte geknüpft werden. Auch Waltroper:innen, die sich ehrenamtlich in ihrer Heimatstadt engagieren möchten, können sich über die verschiedenen Möglichkeiten an den einzelnen Ständen informieren. Möchten Sie als Verein oder Organisation Teil der Freizeitbörse sein, so nehmen Sie gerne telefonisch unter 02309-962641 oder per E-Mail (info@3ortwaltrop.de) mit Alexandra Sgro Kontakt auf.

Die Macht der guten Gefühle Theorie und Praxis des Dankens, Hoffens, Vertrauens und Vergebens

Prof. Dr. Friedrich W. Stallberg
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Gute Gefühle besitzen derzeit als Erfolgsbedingung für politisches, wirtschaftliches und kulturelles Handeln im demokratischen Kapitalismus eine immense Bedeutung. Ihre Entstehung und Verbreitung finden in den Gesundheits- und Sozialwissenschaften besonderes Interesse und arbeiten positive Psychologie, emotionszentrierte Psychotherapie und weitere Disziplinen an ihrer Stärkung. In diesem Kurs will der Dozent die soziale Welt der guten Gefühle systematisch erkunden, gestartet wird mit den positiv geltenden Emotionen. Hier geht es um die Bestimmung, Unterscheidung und Funktionen. Den Schwerpunkt des Kurses bildet dann das Gespräch über die wichtigsten guten Gefühle, nämlich Dankbarkeit, Ehrfurcht, Ergriffenheit, Freude und Glück, Hoffnung, Sehnsucht, Stolz, Vergebung, Vertrauen und Würde. Zu klären sind ihre Merkmale, Erscheinungsformen und Effekte sowie Widerstände gegen sie und die Chancen ihrer Entfaltung und Bewahrung.

2024

Mittwoch,
18.09.2024
16.00 – 18.00 Uhr
15 Abende
gebührenfrei
Auch während der
Herbstferien.



neu 
2023
Sonntag,
09.03.2025
14.00 – 17.00 Uhr
gebührenfrei





Gemeinsam

2

2025

Mittwoch,
19.02.2025
18.00 – 20.00 Uhr
15 Abende
gebührenfrei
Auch während der
Ostertferien.

Das Leiden am Alleinsein Einsamkeit als soziale Krankheit

Prof. Dr. Friedrich W. Stallberg
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Die schmerzhaft emotionale Reaktion auf Situationen des unerwünschten Alleinseins wird seit gut einem Jahrzehnt als hohes Erkrankungsrisiko und darüber hinaus, interventionsbedürftiges gesellschaftliches Problem bewertet. In diesem Kurs sollen die potentiell schädigenden Auswirkungen individueller Einsamkeitsgefühle anhand wissenschaftlicher Befunde sowie interessanter Texte aus Medien, Dichtung und Popmusik dargestellt und erörtert werden. Gestützt wird diese kritische Bestandsaufnahme durch eine Klärung der Merkmale, Verbreitung und Entstehungsgründe leidvollen Kontaktmangels. Zum Abschluss des Kurses erfolgt dann eine Würdigung der Ansätze und Chancen von persönlicher und institutioneller Einsamkeitsbekämpfung.

Gemeinsam mit dem ÖPNV und zu Fuß unterwegs Unterstützt durch die Apps Komoot, VRR und DB

Treffpunkt: Haus der Bildung,
Begegnung und Kultur (HBBK)

An diesem Tag wollen wir mit allen VRR-App- und Komoot-Interessierten, die sich bereits in "VHS-Trockenübungen" mit diesen beiden hilfreichen Apps beschäftigt haben, ins Leben hinaus gehen. Um 9.45 Uhr treffen wir uns an der VHS und starten mit dem ÖPNV und einem mitgebrachten Preisstufe B-Ticket (plus einem für die Rücktour) oder dem beliebten Deutschlandticket zu einem Ausflug in die Seestadt Haltern. Dort unternehmen wir einen entspannten 1,5 – 2-stündigen Spaziergang mit Hilfe von Komoot und bringen auf dem Rückweg unsere erworbenen VRR-App-Kenntnisse erneut ein.

2026

Freitag,
04.04.2025
09.45 – 16.00 Uhr
10,00 EUR



Bauhauskurse – Das Rezept gegen Langeweile

Langeweile nach der Schule? Oder einfach Lust, mal was Neues auszuprobieren und nette Menschen kennenzulernen? Dann hat das Kinder- und Jugendbüro der Stadt Waltrop genau das Richtige für dich im Gepäck. Freu dich auf ein buntes Kursangebot. Unsere Kurse richten sich an kreative Köpfe, Sportskanonen, EDV-Begeisterte, Naturliebhaber oder Schleckermäulchen und natürlich an all die, die es noch werden wollen. Wir bieten dir spannende Tage auf einem Reiterhof, kreative Zeiten und auch eine glitzernde Weihnachtsbäckerei im Winter. Oder wie wär's mit Nähen? Wenn dir das immer noch zu langweilig ist, power dich bei unseren sportlichen Kursen mal so richtig aus.

Auch für Teenies sind coole Angebote im Programm!!

Egal zu welcher Jahreszeit. Mit den Bauhauskursen des Kinder- und Jugendbüros ist immer was los. Wenn du mehr über unsere Bauhauskurse erfahren möchtest, ruf an oder komm vorbei. Wir freuen uns auf dich!

Kinder- und Jugendbüro

Ziegeleistr. 14
45731 Waltrop
02309-962650

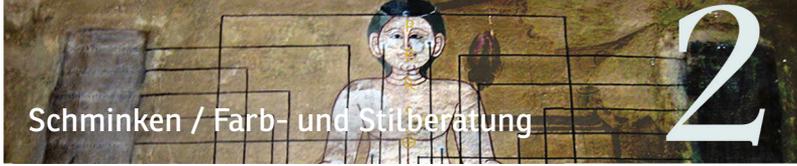
info@jugendbuero-waltrop.de
www.jugendbuero-waltrop.de

Öffnungszeiten:

Mo – Fr: 09:00 – 12:00 Uhr
Mo – Di: 09:00 – 16:00 Uhr
Do: 14:00 – 17:00 Uhr

Kinder- und Jugendbüro der Stadt Waltrop





Schminken / Farb- und Stilberatung

2

2302

Samstag,
09.11.2024
14.30 – 17.30 Uhr
27,00 EUR
inkl. Material-
kosten

Schminken will gelernt sein!

Anita Urbaniak
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

In diesem Workshop bekommen die Teilnehmer:innen professionelle Schminktechniken vermittelt. Sie werden in die richtige Hautpflege eingeführt und erfahren, wie sie sich für jeden Anlass in Szene setzen. Sie lernen, ihr Gesicht optimal zur Geltung zu bringen. Sie erhalten konkrete Anleitungen, z. B. wie man Rouge richtig setzt, Schlupflieder und Augenringe kaschiert oder gekonnt Grundierung aufbringt.

Ein kleiner Standspiegel ist mitzubringen.

Farb- und Stilberatung

Anita Urbaniak
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Der Kleiderschrank ist gut gefüllt, aber passen alle Kleidungsstücke auch farblich und stilmäßig zusammen? Möchten Sie wissen, welche Farben und Farbtönen zu Ihnen passen, welcher Kleidungsstil für Sie stimmig ist? In diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in die Farb-, Stil- und Make-up-Beratung und entdecken dabei ganz individuell, wie sich Ihre persönliche Garderobe zusammenstellen lässt - für jede Situation, ob beruflich oder privat.

Bringen Sie bitte für die praktische Beratungshilfe 2 – 3 Kleidungsstücke mit.

2303

Sonntag,
16.03.2025
14.00 – 17.45 Uhr
29,00 EUR

Pflegedienst

SUNNENSCHEN

Häusliche Alten- & Krankenpflege

Tel. 02309-5055

Immer für Sie da!

- Vertragspartner aller Krankenkassen
- Grundpflege & Behandlungspflege
- Enge Zusammenarbeit mit Ärzten und Therapeuten
- Qualitätssicherungsbesuche
- Hilfestellung bei allen Formalitäten
- Beratung zum Pflegebedarf
- Vermittlung von Pflegehilfsmitteln
- Hausnotrufsystem
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Stundenweise Verhinderungspflege
- Stundenweise Betreuung und Entlastungsleistungen in häuslicher Umgebung

www.pflegedienst-waltrop.de

**24 Stunden
Rufbereitschaft**
für pflegerische
Notfälle!

bpa
Mitglied

🏠 **Wißemann GmbH**
Dortmunder Str. 111
45731 Waltrop

Bürozeiten:
Mo.-Fr. 9.00 bis 13.00 Uhr



Geschichten schreiben, Gedanken formulieren, treffend auf den Punkt bringen! Diese Ziele wollen ganz unterschiedliche Menschen mit Gleichgesinnten in unseren Schreibwerkstätten erreichen. Ob Sie nun im analogen oder im digitalen Computer- und Internetzeitalter groß geworden sind: Ausdrucksformen und Inhalte ändern sich, Sprache ist permanent im Fluss. Es gilt, gemeinsam und voneinander zu lernen, pointierte, anrührende, komische und packende Formulierungen und Beschreibungen zu suchen, zu finden und für den zu schreibenden Brief, den Text, die Gratulation, die Beileidskarte oder eine Erzählung zu nutzen.

2401

Dienstag,
10.09.2024
15.30 – 17.00 Uhr
5 Nachmittage
5,00 EUR
Weitere Treffen:
jeden 2. Dienstag
im Monat!

Geschichten schreiben

Matthias Erfmann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Viele erzählenswerte Geschichten oder Begebenheiten werden leider nur mündlich überliefert oder sie gehen in der Hektik unseres Alltags verloren. Durch das schriftliche Festhalten von Erfahrungen, alltäglichen Begebenheiten oder Erinnerungen können wir andere an unserem Erlebten teilhaben lassen. Das kreative Schreiben bietet einen Weg, die eigenen geistigen und kreativen Fähigkeiten wieder zu entdecken und zu fördern.

Um den Einstieg in das Schreiben von Texten zu erleichtern, werden in diesem Seminar Entspannung, Unterhaltung und viele Anregungen geboten. Im Kreise Gleichgesinnter können die Teilnehmenden Erfahrungen mit den eigenen und fremden Texten sammeln. In einer lockeren Atmosphäre ohne Leistungsdruck soll das Schreiben in erster Linie Freude bereiten. Jährlich erscheint vor Weihnachten eine Anthologie.



In Kooperation mit dem Kulturforum
Kapelle:

**Vorweihnachtliche Lesung
aus "Geschichten schreiben"**

Matthias Erfmann
Kulturforum Kapelle
Hochstraße 20

Die Autor:innen der VHS-Schreibwerkstatt präsentieren ihre neuen Texte, die Mitte November 2024 erscheinen. In dieser 72-seitigen Broschüre sind kurzweilige, humoristische, interessante und besinnliche Texte über ganz unterschiedliche Erlebnisse und Begebenheiten zusammengestellt.

2403

Sonntag,
24.11.2024
15.30 – 18.00 Uhr
gebührenfrei





Blicke hinter Kulissen und Werkto

In der Reihe „**Blicke hinter Kulissen und Werkto**“ der VHS besuchen Sie bekannte und weniger bekannte Firmen und Institutionen. Sie haben die Möglichkeit, hinter die Kulissen und Werkto zu schauen und Eindrücke von der Produktion, dem Leben und dem Arbeiten des jeweiligen Betriebes zu bekommen. Erleben Sie mit der VHS das ganz besondere Flair in den einzelnen Arbeitsfeldern!

Eine vorherige Anmeldung in der VHS ist erforderlich.

2500

Mittwoch,
19.02.2025
16.00 – 18.00 Uhr
gebührenfrei

In Kooperation mit dem KIJUPA:

Besuch des Waltroper Rathauses

Rathaus, Konferenzraum 1. OG, Altbau, gegenüber BM-Büro

Wer musste nicht schon einmal wegen eines Ausweises, einer Ummeldung oder der Briefwahlunterlagen zur Stadtverwaltung, ins Rathaus. An diesem Nachmittag besuchen die Teilnehmenden dieser Exkursion zunächst den Chef der Verwaltung, Bürgermeister Marcel Mittelbach. Wir gehen der Frage nach, was das Besondere dieses Dienstleistungsbetriebes ist. Anschließend lernen wir in einem Einführungsvortrag alle Verwaltungsteile kennen und besuchen exemplarisch den Ratsaal. Bei einer Tasse Kaffee werden zum Abschluss noch offene Fragen beantwortet und Eindrücke ausgetauscht.



In Kooperation mit dem KIJUPA:

Vorbereitung des Besuchs einer Sitzung des Stadtrates

Rathaus, Großer Sitzungssaal

Nach dem Besuch beim Waltroper Bürgermeister haben Sie vielleicht Interesse entwickelt, mehr über das Zusammenspiel von Rathaus und Politik zu erfahren. Deshalb besuchen wir an einem Donnerstag, Ende März bis Ende April 2025 ab 17.00 Uhr eine Sitzung dieses wichtigsten kommunalen Politik-Gremiums. Der Stadtrat ist die unmittelbare demokratische Ebene, auf der viele Fragen und Themen, die uns unmittelbar betreffen, von den gewählten Vertreter:innen beraten und entschieden werden. Am 13.03. werden wir den Besuch dieser Ratssitzung vorbereiten. Es wird geklärt, worauf sich die kommunale (Selbst)Verwaltung erstreckt und wie sie sich von der Landes- und bundespolitischen Ebene abgrenzt. Bei dem nachfolgenden Besuch des Stadtrates wollen wir die demokratischen Prozesse vor Ort live miterleben und anschließend gemeinsam besprechen und auswerten.

2501

Donnerstag,
13.03.2025
16.00 – 18.00 Uhr
gebührenfrei



Blicke hinter Kulissen und Werkto

2

Aufgaben und Rolle der Schiedsperson Schiedsmann Berthold Sörgel

Berthold Sörgel
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Wenn zwei sich streiten, zieht man vor Gericht, nimmt sich vielleicht einen Rechtsbeistand und bekommt Recht, oder nicht, oder nur ein Urteil und muss ordentlich Geld auf den Tisch legen. Was ist dran an solchen Aussagen, wie verläuft ein Streit wg. Sachbeschädigung, Beleidigung, Schadensersatz usw., wenn man sich nicht einigen kann? In dem Vortrag und Gespräch mit dem Waltroper Schiedsmann Berthold Sörgel werden die Grundlagen für die Verfahrensweise bei den genannten Streitigkeiten vorgestellt und die Aufgabe des Streitschlichtenden und Ausgleich aufzeigenden Außenstehenden vorgestellt. Nach dem Kennenlernen dieser ersten wichtigen Ebene lernen Interessierte in der nachfolgenden Veranstaltung die Arbeit des Gerichtes kennen und sie wird im Amtsgericht Castrop-Rauxel direkt erlebbar.



2510

Donnerstag,
06.03.2025
19.30 – 21.00 Uhr
8,00 EUR

Gerichtstag in Castrop-Rauxel Besuch des Amtsgerichtes

Amtsgericht Castrop-Rauxel

Medial geprägte Bilder von Gerichtsverhandlungen haben meist kaum etwas mit der Realität zu tun. Spannend ist es daher herauszufinden, wie die zentralste Institution in unserem Rechtssystem tatsächlich funktioniert. Wir besuchen auf Einladung der Direktorin des Amtsgerichts, Frau Yvonne Schmuck-Schmiedel, das Amtsgericht in Castrop-Rauxel. Zunächst bekommen wir eine Einführung darüber, was an einem Amtsgericht grundsätzlich verhandelt wird und was nicht. Anschließend besuchen wir eine zivilrechtliche und eine strafrechtliche Verhandlung. Im Anschluss daran sprechen wir mit den beteiligten Richter:innen und können unsere Fragen und Eindrücke austauschen.



Foto generiert mit KI



2511

Die Exkursion findet an einem Mittwoch im März/Anfang April 2025 statt. Der Termin wird Anfang Februar 2025 festgelegt und allen Interessent:innen mitgeteilt. Die Veranstaltung ist von 9.30 – ca. max. 15.30 Uhr geplant. 8,00 EUR Organisationsgebühr

Bitte planen Sie eine entsprechend selbst mitgebrachte persönliche Verpflegung ein, da das Gericht über keine Kantine oder vergleichbares verfügt. Die Anreise erfolgt eigenständig, Fahrgemeinschaften sind möglich. Die VHS-Exkursionsleitung reist von der VHS mit dem ÖPNV an und nimmt gerne Teilnehmende mit.



Blicke hinter Kulissen und Werktoere

2

neu



2520

Mittwoch,
06.11.2024

18.00 – 19.30 Uhr
7,00 EUR

Kriminalprävention: Ängste abbauen und mit mehr Sicherheit durchs Leben Vortrag mit Gespräch

PHK a.D. Horst Wolf
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

In regelmäßiger Wiederkehr beunruhigenden Meldungen über den sogenannten „Enkeltrick“, Taschen- und Trickdiebstähle und das couragierte Eingreifen in konfliktgeladenen Situationen die Bevölkerung. In dem Vortrag werden Wege und Strategien aufgezeigt, wie man mit einem guten und positiven Lebensgefühl (auch weiterhin) durchs Leben kommt, (grob) fahrlässiges Verhalten gegenüber unbekanntem und unübersichtlichen Situationen vermeidet. Sie erfahren, wie man im Umgang mit dem eigenen Hab und Gut Risiken minimiert und das persönliche Sicherheitsgefühl erhöht. Der Referent ist pensionierter Polizeihauptkommissar und Experte für Kriminalprävention.



2521

Dienstag,
08.04.2025

18.00 – 19.30 Uhr
7,00 EUR

neu



2530

Freitag,
27.09.2024
14.00 – 16.00 Uhr
10,00 EUR

Besuch der Allmende Genossenschaft in den Emscherauen Boden nützen und schützen

Hof Emscher-Auen

An diesem Nachmittag besuchen wir die Allmende Genossenschaft in den Emscher-Auen, die sich Mitte 2023 gegründet hat. Ziel der Genossenschaft ist u.a. die Flächen an Emscher und Lippe durch genossenschaftliche Bewirtschaftung nachhaltig zu entwickeln und resilient zu gestalten. Das Spektrum dieser Bewirtschaftung reicht von der Imkerei über Ackerbau bis zum Weinanbau. An diesem Nachmittag wollen wir uns zunächst mit dem Konzept dieser nachhaltigen Entwicklung der Genossenschaft befassen und dann ganz praktisch mit den eigenen Händen herausfinden, was einen gesunden Boden auszeichnet und in welcher Wechselbeziehung seine Funktionen mit dem Ökosystem und der menschlichen Land- und Wasserwirtschaft stehen. Die Anreise erfolgt individuell. Die Exkursionsleitung radelt mit dem Fahrrad von der VHS um 13.15 Uhr zum Veranstaltungsort, dem Hof Emscherauen.

2531

Freitag,
11.04.2025
14.00 – 16.00 Uhr
10,00 EUR



Die VHS bietet ganz unterschiedliche Angebote rund ums (E-)Radfahren an. Es reicht vom sicheren Umgang im Straßenverkehr bis zu Tages- und Mehrtagestouren. Dabei geht es um die angemessene, stressfreie und sichere Nutzung dieses bedeutsamen Verkehrsmittels. Bei allen Tages- oder Mehrtagesausflügen gehen wir bei den Fahrstrecken und Geschwindigkeiten immer von Radfahrenden aus, die auch ohne elektronische Unterstützung auskommen möchten. E-Bikende sind immer gern gesehen, sie müssen sich jedoch an die Geschwindigkeiten und Pausenzeiten orientieren, die sich an den „Bio-Bike-Fahrenden“ orientieren. Wir bitten um Verständnis und wissen aus Erfahrungen, dass dies ganz gut funktioniert.

Wichtig: Da unsere Radangebote gut angenommen werden, ist es für die Planung und Durchführung erforderlich, dass Sie sich unbedingt anmelden müssen (am besten frühzeitig). Nur so können wir ein überschaubares und sicheres Gruppenerlebnis auf zwei Rädern gewährleisten.

22601S

Donnerstag,
15.08.2024
15:00 – 18:00 Uhr
Kursort: HBK
(Theorie) und
Schulhof der
Realschule
(Praxis)
Vorherige Anmel-
dung erforderlich!
gebührenfrei

In Kooperation mit dem Polizeipräsidium Recklinghausen:

Sicherer Umgang mit Pedelec und E-Bike – Workshop

Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Die Sicherheit von Radfahrer:innen steht schon seit Jahren im besonderen Fokus der Verkehrssicherheitsarbeit des Polizeipräsidiums Recklinghausen. Die bestehenden Konzepte sind speziell für ältere Menschen um den Bereich Pedelec- / E-Bike-Nutzung erweitert worden. Im theoretischen Teil dieses Workshops werden den Teilnehmenden die Geschwindigkeitsrisiken mit einem Elektrofahrrad und dessen Unfallfolgen verdeutlicht. Aber auch die Handhabung des Fahrzeuges und die Leistungsfähigkeit von radfahrenden Älteren werden unter die Lupe genommen. Der an-

schließende praktische Teil besteht aus einem Parcours, der alltägliche Verkehrssituationen mit dem Fahrrad nachstellt. Die Teilnehmenden durchfahren den Parcours unter Aufsicht und Anleitung der polizeilichen Dozierenden. Die Teilnehmenden benutzen bei diesem Workshop ihre eigenen Pedelecs / E-Bikes. Es besteht Helmpflicht.

2602

Montag,
28.04.2025
15.00 – 18.00 Uhr
gebührenfrei
Kursort: HBK
(Theorie) und
Schulhof der Real-
schule (Praxis)
Vorherige Anmel-
dung erforderlich!



Z2608S

Samstag,
17.08.2024
10.00 –
ca. 16.00 Uhr
7,00 EUR

Akademie Mont-Cenis und Siedlung Teutoburgia Radtour

Ulrich Neumann

Treffpunkt: Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Vom Treffpunkt an der VHS geht's über das Naturschutzgebiet (NSG) Veinghof an den Dortmund-Ems-Kanal, den Castrop-Rauxeler Stadtteil Ickern in das NSG Beerenbruch (Brunosee) und das NSG Grutholz. Von dort aus führt uns der Weg durch eine große, abgeschiedene Werksiedlung zum Wasserschloss Bladenhorst. Kurze Zeit später erreichen wir den ersten Höhepunkt unserer Tour, die Herner

Siedlung Teutoburgia, eine sehr sehenswerte, unter Denkmalschutz stehende Zechensiedlung. Anschließend fahren wir in der Herner Stadtteil Sodingen, um uns die Akademie Mont-Cenis anzuschauen. In Sodingen suchen wir uns eine Einkehrmöglichkeit. Über das Areal der ehemaligen Zeche Friedrich der Große gelangen wir an den Rhein-Herne-Kanal, dem wir bis nach Henrichenburg folgen, dann zurück zum Startpunkt. (Streckenlänge: ca. 55 km)

Die Radtouren sind für Radfahrende ohne Unterstützung konzipiert. E-Bikende, die mit angepasster Geschwindigkeit fahren wollen, sind willkommen. Die Teilnehmeranzahl ist auf 15 Personen begrenzt, eine Voranmeldung erforderlich.





Z2609S

Samstag,
14.09.2024
10.00 –
ca. 16.00 Uhr
7,00 EUR



**Halde Hohewarth
Radtour**

Ulrich Neumann
Treffpunkt: Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Von der VHS fahren wir auf bekannten Wegen über den Schleusenpark an der Emscher und dem Rhein-Herne-Kanal entlang zum Jachthafen in Pöppinghausen. Entlang der Wasserstraße geht es weiter, vorbei an der Schleuse Herne-Ost, zum Stadthafen von Recklinghausen (aufgrund möglicherweise noch nicht fertig gestellter Großbaustellen, muss anschließend eventuell eine Alternativroute gewählt werden). Dann geht es auf verschlungenen Wegen weiter zur Drachenkopfbrücke, über die wir die Halde Hohewarth erreichen. Um die beeindruckende Aussicht über das Ruhrgebiet zu genießen, gönnen wir uns einen anregenden Aufstieg. Der Rückweg führt uns durch die Recklinghausener Stadtteile Hochlarmark, Grullbad und Suderwich. Hier besteht eine Einkehrmöglichkeit. Anschließend fahren wir über die König-Ludwig-Trasse nach Henrichenburg und von dort aus zurück zur VHS. (Streckenlänge: ca. 62 km)
Die Radtouren sind für Radfahren ohne Unterstützung konzipiert. E-Bikende, die mit angepasster Geschwindigkeit fahren wollen, sind willkommen. Die Teilnehmendenzahl ist auf 15 Personen begrenzt, eine Voranmeldung erforderlich.

Die Radtouren sind für Radfahren ohne Unterstützung konzipiert. E-Bikende, die auch mit angepasster Geschwindigkeit fahren wollen, sind willkommen. Die Teilnehmendenzahl ist auf 15 Personen begrenzt, eine Voranmeldung erforderlich.

In Kooperation mit dem Polizeipräsidium Recklinghausen:

**Alte Häsinnen und Hasen –
Neue Regeln**

Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Sie haben schon vor vielen Jahrzehnten Ihren Führerschein gemacht und verfügen über eine langjährige Erfahrung im Straßenverkehr? Dann sind Sie bei diesem Auffrischungsvortrag genau richtig. An diesen Nachmittag erhalten Sie wichtige und sehr nützliche Informationen rund um den Straßenverkehr, die Sie so sicher noch nicht kannten und die Ihnen künftig sehr hilfreich sein werden. Dazu zählen u. a.:

- Neue Regeln der Straßenverkehrsordnung
- Radfahren in der Gruppe
- Neue Regelungen im Straßenverkehr für alle Verkehrsteilnehmende
- Neuartige Fortbewegungsmittel wie zum Beispiel Pedelecs, E-Bikes und E-Scooter
- Erkennbarkeit bei Dunkelheit und vieles mehr...



2603
Donnerstag,
27.02.2025
15.00 – 16.30 Uhr
gebührenfrei

2604Samstag,
12.10.202410.00 – 16.00 Uhr
7,00 EUR

Die Höhen von Schwerin, Goldschmiedingpark und Emscherland Radtour

Ulrich Neumann

Treffpunkt: Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Wir fahren von der VHS nach Castrop-Rauxel über ein interessantes Areal, auf welchem sich sehr neue und sehr alte Bauwerke befinden, deren Architektur vom Krieg beeinflusst wurde. Anschließend fahren wir durch das Naturschutzgebiet Beerenbruch bis zum Deininghauser Bach, dem wir einige km folgen. Vom Fuß der Bergehalde Schwerin besteht dann die Möglichkeit des Aufstiegs zum Gipfel. Dort befindet sich als Landmarke eine Sonnenuhr und hat eine gute Rundumsicht auf das grüne Revier. Anschließend rasten wir an einem Café. Vorbei an einen alten Hammerkopfturm fahren wir weiter durch den edlen Goldschmiedingpark, das Naturschutzgebiet Grutholz und gelangen zum Wasserschloss Bladenhorst. Dann ist es nicht mehr weit bis zur neuen Landmarke Emschersprung, wo wir am Kanal entlang zurück nach Waltrup radeln (Streckenlänge: ca. 40 km).

Die Radtouren sind für Radfahrende ohne Unterstützung konzipiert. E-Bikende die auch mit angepasster Geschwindigkeit fahren wollen, sind willkommen. Die Teilnehmendenzahl ist auf 15 Personen begrenzt, eine Voranmeldung erforderlich.

Saisoneroöffnung Tagesrad- tour im Frühjahr 2025 Radtour

Ulrich Neumann

Treffpunkt: Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Die Radelsaison der VHS Waltrup wollen wir an diesem Tag gemeinsam eröffnen.

Die konkrete Tour stand bei Drucklegung des Programms noch nicht fest, es wird jedoch eine überschaubare, attraktive Routenführung sein, die uns unsere nähere Umgebung mit bislang unbekanntem Ecken und attraktiven Pausenoasen nahe bringt. Weitere Infos gibt's dazu ab März 2025 im Internet. Aufgrund der großen Nachfrage ist eine Anmeldung erforderlich.

Die Radtouren sind für Radfahrende ohne Unterstützung konzipiert. E-Bikende die auch mit angepasster Geschwindigkeit fahren wollen, sind willkommen. Die Teilnehmendenzahl ist auf 15 Personen begrenzt, eine Voranmeldung erforderlich.

**2605**Mittwoch,
02.04.202510.00 – 16.00 Uhr
7,00 EUR

Die Radtouren sind für Radfahrende ohne Unterstützung konzipiert. E-Bikende, die auch mit angepasster Geschwindigkeit fahren wollen, sind willkommen. Die Teilnehmendenzahl ist auf 15 Personen begrenzt, eine Voranmeldung erforderlich.



Radfahren / Mobilität

2

Velo-Upcycling-Komposting Workshop für absteigende oder uneinsichtige Umweltsünder

Prof. Dr. Dr. Shi Mano von Osaka
Treffpunkt: Märchenwald hinter dem HBBK

Gehören Sie auch zu den Rad-Besitzenden, die nicht nur eins dieser klimaschonenden Vehikel ihr Eigen nennen, sondern mehrere dieser metallenen, bereits in die Jahre gekommenen Schätzchen besitzen und nicht wissen, was sie damit anstellen sollen? Oder Sie wundern sich nicht darüber, dass es zahlreiche Artgenoss:innen gibt, die meinen, dass die Versenkung im Kanal, das Stehen lassen im Wald oder irgend-

wo am Straßenrand die angemessene Form der Entsorgung darstellt. Dann sind Sie in diesem Workshop genau richtig. Hier erlernen Sie, wie Ihr altes Rad mit wenigen Handgriffen und unter Zusatz eines Spezialersatzmetall-Kompostierers in nahrhafte metallene Humuserde zu verwandeln, die dazu auch noch beiträgt, dass ihre Kleingartengemüse-Ernten nicht nur die nötigen Ballaststoffe und Spurenelemente enthalten, sondern auch die verzichtbaren Metalle und unbedingt vermeidbaren Schwermetalle aufweisen. Innerhalb weniger Zyklen erfahren Sie in dem Workshop, wie Ihr Rad optisch verschwindet (siehe Bild) und – je nach Ausstattung des Bikes – die Umgebung kontaminiert wird (siehe Bodenproben).



neu



2610

Meintag,
30.02.2025
8.15 – 21.15 Uhr
gebührenfrei



2630S

Sonntag, 25.05.
 – Donnerstag, 29.05.2025
 ca. 895,00 EUR
 p. P. im DZ
 EZ-Zuschlag ca. 180,00 EUR
Leistungen:
 – Bustransfer (mit Radtransport) ab/bis Waltrop im modernen Fernreisebus
 – 4 Übernachtungen inkl. HP im 4-Sterne-Hotel
 – Geführte Radtouren lt. Programm
 – Citytax
 – Eintritt Gärten von Paleis Het Loo
 – Beitrag zur nachhaltigen Aufforstung
 – Radreiseleitung
 – VHS-Reiseleitung

Mit dem "fiets" durch die Veluwe 5-tägige Radreise durch die Niederlande

Diese 5-tägige Radtour (eigene Räder werden mitgenommen) führt ins fahrradfreundliche Nachbarland, und zwar in die Veluwe-Region im Dreieck Kampen-Apeldoorn-Nijkerk. Die Gruppe wohnt im 4-Sterne-Landgoedhotel in Nunspeet (inkl. Hallenbad und Sauna). Von hier aus führen Tagesfahrten von bis zu ca. 55 km Länge in die herrliche Umgebung zwischen den Waldgebieten im Osten und dem Veluwemeer im Westen sowie darüber hinaus auf den großen Polder Flevoland. Ein besonderer kulturgeschichtlicher Ausflug geht nach Het Loo, in das ehemalige Königsschloss, welches zu den bekanntesten Barockschlössern in ganz Europa zählt. Auf dem „Stalentein“ erwartet die Gäste die königliche Sammlung von Kutschen und Oldtimern. Am romantischen Wasserschloss Staverden ist eine kleine Bierprobe geplant und das hübsche Harderwijk, ehemals Hansestadt, lockt mit seinen mittelalterlichen Häusern. Da die An- und Rückreise nicht sehr lange dauert, gibt es auch am An- und Abreisetag jeweils noch ein kleines Radelprogramm. Mindestteilnehmeranzahl 15, zu erreichen bis 01.04.2025



Von der Müritz bis nach Potsdam 8-tägige Radreise entlang der Havel

Diese gut einwöchige VHS-Radreise führt durch Mecklenburg, Brandenburg und das Land Berlin. Die Havel ist mit gut 330 km Länge der längste rechte Nebenfluss zur Elbe und weist einen Höhenunterschied von nur 40 m auf. Quelle und Mündung liegen kaum 100 km voneinander entfernt. Sie beginnen Ihre Radreise am Havel-Radweg in Waren (Müritz), im Herzen der mecklenburgischen Seenplatte. Von hier aus radeln Sie über die seen- und walddreiche Umgebung bis nach Fürstenberg. Weiter führen Ihre Radtouren am Havel-Radweg nach Zehdenick und anschließend vorbei am historischen Oranienburg und über Berlin-Spandau bis nach Potsdam. Hier lockt ein Bummel durch die Altstadt mit ihren historischen Gebäuden und alten Fachwerkhäusern. Die VHS-Route führt vorwiegend durch flache, aber reizvolle Regionen. Die Tagesstouren sind etwa zwischen 30 und 70 Kilometer lang. Eine Schifffahrt, Gedenkstättenführung sowie Stadtführung runden das Aktivprogramm ab.



2631S

Sonntag, 17.08. – Sonntag, 24.08.2025
 1.639,00 EUR
 p. P. im DZ/Twin
 EZ-Zuschlag 295,00 EUR
Leistungen:
 – Bustransfer von Waltrop nach Waren (Müritz) und zurück von Potsdam nach Waltrop inkl. Radtransport
 – 7 Übernachtungen inkl. HP in 3- bis 4-Sterne-Hotels
 – Kurtaxen, Bettensteuern
 – Schifffahrt auf der Müritz
 – Eintritte und Führungen lt. Programm
 – Gepäcktransport von Hotel zu Hotel
 – Radreiseleitung
 – VHS-Reiseleitung

Leihräder auf Anfrage

B2632

Montag, 27.10. –
Montag, 03.11.2025

2.189,00 EUR

p. P. im DZ
EZ-Zuschlag

240,00 EUR

Leistungen:

- Flug ab/bis
Düsseldorf nach
Malaga (inkl. 23
kg Freigepäck,
Steuern, Gebüh-
ren)
- Hoteltransfer
- 7 Übernachtun-
gen inkl. HP im
3-Sterne-Hotel in
Benalmádena
- geführte Radtou-
ren lt. Programm
- Ausflug nach
Gibraltar einschl.
Reiseleitung
- Leih-E-Bikes
inkl. Helm und
Versicherung
- Stadtführung
Malaga
- Beitrag zur
nachhaltigen
Aufforstung
- VHS-Reise-
leitung

Andalusien mit dem E-Bike entdecken – Radelvergnügen an der Costa del Sol 8-tägige Flugreise mit Besuch Gibraltars

Erleben Sie die südspanische Küste mal entschleunigt auf dem E-Bike. Lassen Sie sich während der Touren zu den schönsten Stränden und Dörfern entführen und genießen imposante Landschaften. An der Costa del Sol ist der Name Programm. Entlang der Küste erwarten Sie charmante Städte wie Benalmádena mit seinem idyllischen Hafen und Fuengirola mit breiten Sandstränden und historischen Gassen. Die Dörfer Andalusiens laden zu einer Reise durchs eindrucksvolle Hinterland, vorbei an weiß getünchten Häusern und beeindruckenden Gebirgslandschaften, ein. Ein Höhepunkt Ihrer Reise ist der Ganztagesausflug nach Gibraltar mit einer reichen Geschichte und einzigartigen Kultur. Von der Main Street bis zum Naturreservat Upper Rock gibt es einiges zu entdecken. Besuchen Sie auch das Orangerai und die malerischen Gartenstädte Alhaurín el Grande und Alhaurín de la Torre, wo Ihnen die Schönheit der spanischen Landschaft begegnet. Die Gegend um den Rio Guadalhorce mit dem von ihm eingeschlossenen Naturschutzgebiet zeigt die Artenvielfalt und Vegetation Andalusiens.

Ihr Abenteuer endet in Málaga, der Hauptstadt der Costa del Sol, wo Sie die Sehenswürdigkeiten wie die Festung Alcazaba und die Kathedrale

von Málaga entdecken und das berühmte Malagaer kosten können. Sie erhalten die Gelegenheit die Stadt auf eigene Faust zu erkunden. Mit vielen Erinnerungen im Gepäck sind wir am 8. Reisetag wieder zurück. Mindestteilnehmendenzahl 12, zu erreichen bis 15.08.2025



2820

Donnerstag,
28.11. – Sonntag,
01.12.2024
579,00 EUR
p. P. im DZ
EZ-Zuschlag
50,00 EUR

Leistungen:

- Fahrt mit einem modernen Fernreisebus von Waltrop nach Endingen am Kaiserstuhl und zurück
- 3 Übernachtungen inkl. Frühstücksbüffett im Hotel
- 3 x Abendessen als 3-Gang-Menü
- alle Transfers lt. Programm
- Stadt- und Klosterführungen
- Weinprobe auf der Elsässer Weinstraße
- 1 Tütchen gebrannte Mandeln
- VHS-Reiseleitung

UNESCO-Welterbe und Weihnachtsmärkte im Elsass entdecken mit Colmar, Straßburg und Heidelberg 4-tägige Busreise

Geplanter Programmablauf:

Am ersten Tag starten wir frühmorgens von Waltrop und fahren gen Süden. Unsere erste große Pause legen wir am UNESCO-Welterbe Kloster Lorsch ein. Hier unternehmen wir eine Führung durch die auf das Jahr 764 zurückgehende Königshalle und besichtigen die archäologischen Überreste des Klosterkomplexes. Anschließend verbringen wir hier unsere Mittagspause und fahren weiter zur Unterkunft, dem gemütlich-rustikalen Hotel Engel im kleinstädtischen Endingen. Hier beziehen wir Quartier

für die nächsten 3 Nächte und starten zu folgenden Tagestouren:

Am zweiten Tag fahren wir nach dem Frühstück nach Straßburg und entdecken die gut erhaltene historische Altstadt bei einem Rundgang, welche 1988 zum UNESCO-Weltkulturerbe erklärt wurde. Über den Münsterplatz gelangen wir zur Kathedrale Notre-Dame, die das Wahrzeichen der Stadt darstellt und von 1176 bis 1439 im romanischen und gotischen Stil erbaut wurde. Die Mittagszeit steht zur freien Verfügung. Anschließend machen wir auf dem Rückweg zu unserem Hotel noch einen kulinarischen Stopp, wenn wir auf der Elsässer Weinstraße zu einer Weinverkostung einkehren.

Am dritten Tag stehen Colmar und Kaysersberg, die Geburtsstadt Albert Schweitzers, auf dem Programm. Kaysersberg ist eine pittoreske fran-





zösische Kleinstadt, die 2023 zur zweitfreundlichsten Stadt Frankreichs gewählt wurde und die wir vormittags zu einer Stipvisite aufsuchen. Colmar ist eingebettet in die elsässischen Weinberghügel und verzaubert mit bunten Fassaden und reichem Architekturerbe. Ihre Altstadt gilt als eine einzigartige Sehenswürdigkeit und gehört zum UNESCO-Weltkulturerbe. Nach einer Stadtführung gibt es die Möglichkeit, die Altstadt und den Weihnachtsmarkt auf eigene Faust zu entdecken oder vielleicht noch den berühmten Isenheimer Altar zu besichtigen, der frisch restauriert wurde und als wichtiges Werk der Sakralkunst gilt.

Am vierten Reisetag heißt es Abschied aus dem Badischen zu nehmen. Dies machen wir jedoch etwas ausgiebiger in der wunderschönen Neckarstadt Heidelberg. Bei einem Streifzug durch die geschichtsträchtigen Altstadtgassen genießen wir

die wunderschöne barocke Architektur. Nach der Stadtführung gibt noch einmal die Gelegenheit, die Eindrücke individuell zu vertiefen und das adventliche Ambiente der Altstadt zu erleben. Am späten Nachmittag geht's zurück nach Waltrop. Mindestteilnehmendenzahl 20, zu erreichen bis 14.10.2024

Besuch des Weihnachtsmarktes in Aachen und der Schokoladenfabrik Lindt

Fahren Sie mit uns zum Weihnachtsmarkt nach Aachen! Es besteht die Möglichkeit zum Einkauf beim Werksverkauf der Schokoladenfabrik Lindt, die jede Menge Überraschungen für den Weihnachtsteller anbietet. Am Nachmittag haben Sie Zeit, vor der historischen Kulisse des Doms in Aachen über den Weihnachtsmarkt zu bummeln.

2810

Donnerstag,
05.12.2024
Abfahrt ab HBBK:
10.00 Uhr
Rückfahrt ab Aachen:
18.00 Uhr
26,50 EUR
inkl. Busfahrt



2825

Freitag, 13.12.

– Sonntag,

15.12.2024

655,00 EUR

p. P. im DZ

EZ-Zuschlag

79,00 EUR

Leistungen:

- Fahrt im modernen Fernreisebus
- 2 Übernachtungen inkl. Frühstücksbüfett im 4-Sterne-Hotel
- Besuch des Weihnachtsmarktes
- Stadtrundfahrt mit anschließendem Stadtrundgang durch die historische Innenstadt
- Karten für das Weihnachtssoratorium in der Thomaskirche
- Stadtrundgang Halle (Saale)
- zusätzlich buchbar: Abendessen Auerbachskeller
- VHS-Reiseleitung



Leipzig im Advent mit Besuch des Weihnachtssoratoriums in der Thomaskirche

3-tägige Busreise

Wenn Sie die Sehenswürdigkeiten dieser Stadt kennenlernen, die in Jahrhunderten dem Wirtschafts- und Geistesleben in Europa reiche Impulse verliehen hat, so spüren Sie auch das besondere Leipziger Flair. Denn hier pulsiert das Leben, sind Traditionen und Fortschritt am Beginn des 21. Jahrhunderts überall spürbar. So ist Leipzig eine Stadt, der bescheinigt wird, eine der dynamischsten Großstädte Europas zu sein. Goethe pries die Stadt als "Klein Paris" an. Wir wollen Leipzig im Advent erleben. Das Weihnachtssoratorium ist die vielleicht berühmteste und meistaufgeführte geistliche Komposition von

Johann Sebastian Bach. Dabei handelt es sich ursprünglich nicht um ein fortlaufendes Oratorium, sondern um einen Zyklus von sechs Kantaten für die Weihnachtszeit.

Programmablauf (Änderungen vorbehalten):

Freitag: Anreise und Zimmerverteilung, Besuch des Weihnachtsmarktes und abends Essen im Auerbachskeller (fakultativ).

Samstag: Stadtrundfahrt mit anschließendem Rundgang durch Leipzig und abends Weihnachtssoratorium in der Thomaskirche.

Sonntag: Abreise nach Halle, Stadtrundgang, Möglichkeit zum Mittagessen, nachmittags Abfahrt nach Waltrop.

Für das Wochenende 12. – 14.12.2025 ist eine Fahrt nach Leipzig in Planung. Der Flyer erscheint im Herbst 2024.

2827

Montag, 28.04. –
Freitag, 02.05.2025
ca. 1.260,00 EUR
p. P. im DZ
EZ/EKabinen-
Zuschlag
ca. 280,00 EUR
Leistungen:
- Fahrt mit einem
modernen Fernrei-
sebus von Waltrop
nach London und
zurück
- Fährüberfahrt
von Hoek van Hol-
land nach Harwich
und zurück
- 2 Übernacht-
ungen inkl.
Frühstück auf der
Fähre (2-Bett-
Doppel-Innenkabi-
ne/Etagenbetten)
- 2 Übernach-
tungen inkl.
Frühstück im
3-Sterne-Hotel in
London
- 1 x Abendessen
am Ankunftstag in
London
- 1 x Abendessen
am Rückfahrtstag
in Colchester
- Alle Transfers,
Rundfahrten,
Tickets, Eintritte,
Führungen lt.
Programm
- Beitrag zur
nachhaltigen
Aufforstung
- VHS-Reiselei-
tung

London – die britische Haupt- stadt entdecken 5-tägige kombinierte Bus-/ Schiffsreise

Gemäß unserem VHS-Motto: "Der Weg gehört zum Ziel", machen wir auf der Anreise zum Fährhafen in Hoek van Holland einen längeren Stopp in einer schönen niederländischen Gemeinde. Bei einer Stadtführung verschaffen wir uns einen Überblick und können anschließend noch in Ruhe das Stadtzentrum entlang der typischen Grachten entdecken. Am Abend geht's dann auf die Nachtfähre und wir beziehen unsere Kabinen.

Frühmorgens erreichen wir die britische Insel in Harwich und nehmen die letzte Etappe der Anreise in Angriff. Hier starten wir direkt zu einer umfangreichen Erkundungstour Londons. Am späten Nachmittag beziehen wir anschließend für 2 Nächte ein zentrales 3-Sterne-Hotel.

In den folgenden Tagen stehen die Klassiker wie Tower Bridge, Hyde Park, Big Ben, Buckingham Palace, Tower und Ausflüge mit Besichtigung des Windsor Castles und nach Greenwich auf dem Programm. Am Abend des 4. Tages geht's nachts mit der Fähre wieder zurück.

Auf dem Heimweg legen wir einen ausgiebigen Aufenthalt im wunderschönen Park De Hoge Veluwe nahe Arnheim ein und besuchen das herausragende Kröller-Müller-Museum. Am Abend sind wir zurück in Waltrop. Mindestteilnehmendenzahl 15, zu erreichen bis 10.03.2025



Versiliaküste und Toskana entdecken mit Florenz, Leric, Siena, San Gimignano, Lucca und Carrara 8-tägige Busreise

Frei nach dem Motto: „Der Weg gehört zum Ziel“ reisen wir in einem modernen Fernreisebus, mit einer Zwischenübernachtung nahe Freiburg, in zwei Tagen von Waltrop an die Versiliaküste in die Toskana. Dort beziehen wir für fünf Übernachtungen im Seebad Lido di Camaiore Quartier und begeben uns an den folgenden 4 Tagen auf Tagesexkursionen zunächst in die Hauptstadt der Toskana, nach Florenz.

Dort erkunden wir bei einer gebuchten Stadtführung diese herrliche Metropole und haben anschließend noch Zeit die Stadt auf eigene Faust zu entdecken.

Tags drauf stehen Leric - Pietrasanta, zwei charmante Städte mit mittelalterlichen Stadtkernen auf dem Programm.

2828S

Mittwoch, 14.05.
– Mittwoch,
21.05.2025
ca. 1.554,00 EUR
im DZ
EZ-Zuschlag ca.
328,00 EUR
Leistungen:
- Fahrt mit
einem modernen
Fernreisebus von
Waltrop nach
Lido di Camaiore
und zurück
- 7 Übernach-
tungen inkl.
HP (erweitertes
Frühstücksbüf-
fett & 3-Gang-
Abend-Menü)
- Lunchboxen am
2. Tag und am
Abreisetag
- Bustransfers lt.
Programm
- Stadtführungen
lt. Programm
- Beitrag zur
nachhaltigen
Aufforstung
- 1 Reiseleiter pro
Zimmer
- VHS-Reise-
leitung



Dann geht's am 5. Reisetag in die berühmten Städte Siena und San Gimignano.

Am 6. Tag runden Lucca und Carrara unsere Tour durch die Toskana ab und wir begeben uns erneut in zwei Etappen mit einer Übernachtung im ländlichen Schwarzwaldort Schallstadt-Mengen zurück nach Waltrop. Mindestteilnehmendenzahl 15, zu erreichen bis 08.03.2025

2831S

Donnerstag,
05.06. – Montag,
09.06.2025

Das konkrete
Programm
der Reise mit
Terminen, Kosten
etc. erscheint im
Spätsommer 2024.

Bei Interesse
an dieser Reise
können Sie sich
gerne auf die
Interessentenliste
setzen lassen.

Leipzig entdecken und erleben -Fahrt für Alleinstehende-

Am Donnerstag, den 05.06., starten wir mit dem Bus von der VHS aus Richtung Südosten und erreichen am Mittag Leipzig. Zunächst steuern wir den Hauptbahnhof der sächsischen Metropole an, der zu den größten und prächtigsten Bahnhofsgebäuden in Europa zählt. Anschließend beziehen wir unsere Zimmer im Hotel. Dann folgt zur ersten Orientierung ein geführter Stadtrundgang, bevor wir uns

im bekannten Auerbachskeller zum gemeinsamen Abendessen einfinden. Am 2. Tag steht eine große Stadtbegehung an, die zunächst im Bus beginnt und uns die Außenbereiche näherbringt. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung, um die ersten Eindrücke weiter zu vertiefen und die Stadt auf eigene Faust zu erkunden. Am Abend geht's in eine Vorstellung des bekannten Kabarets „Pfeffermühle“.

Am 3. Tag stehen vormittags der Besuch der russisch-orthodoxen Gedächtniskirche und die 360-Grad-Ausstellung im Panometer auf dem Programm. Die nachmittägliche Schifffahrt auf der Elster rundet den Tag ab.

Am 4. Tag unternehmen wir einen ganztägigen Ausflug zur Leipziger Seenplatte und sind zum Abendessen wieder in der Stadt. Bevor es am Pfingstmontag wieder Richtung Heimat geht, legen wir noch einen längeren Stopp in Halle ein und schauen uns bei einem Rundgang das historische Zentrum an.



**2832S**

Donnerstag,
21.08. – Montag,
25.08.2025
989,00 EUR
p. P. im DZ
EZ-Zuschlag
112,00 EUR
Leistungen:

- Fahrt mit einem modernen Fernreisebus von Waltrop nach Hohenstein Ernstthal und zurück
- 4 Übernachtungen inkl. HP
- erweitertes Frühstück & 3-Gang-Menü oder Buffet am Abend
- Bustransfers lt. Programm
- Stadtführungen lt. Programm
- VHS-Reiseleitung

Das Erzgebirge, Chemnitz, Kulturhauptstadt 2025 und das tschechische Bäderdreieck entdecken

5-tägige Busreise

Diese 5-tägige Busexkursion in die Region rund um Chemnitz, eine der Kulturhauptstädte Europas 2025, ist gefüllt mit ganz unterschiedlichen herausragenden kulturhistorischen Orten. Dazu gehören bereits auf der Hinfahrt eine mittägliche Erkundung Erfurts und auch zum Abschluss legen wir einen längeren Besichtigungs-Stopp auf der Wartburg in Eisenach ein.

Von unserem Hotel im kleinstädtischen Hohenstein-Ernstthal aus, erkundet die VHS-Reisegruppe in drei Tagestouren Chemnitz (Kulturhauptstadt 2025), Freiberg, Marienberg und die berühmten Städte im böhmischen Bäderdreieck Marienbad und Karlsbad. Während der Fokus in der Kulturhauptstadt Chemnitz, den Erzgebirgsstädten Freiberg und Marienberg auf der sich stetig erneuernden Industrie, einer einmaligen architektonischen Mischung und lebendigen Kulturlandschaften

liegt, stehen bei den böhmischen Bäderstädten die einzigartigen UNESCO-Welterbe-Anteile im Vordergrund. Mindestteilnehmendenzahl 20, zu erreichen bis 10.06.2025.

LWL-MUSEUM
Schiffshebewerk Henrichenburg
WALTROP

Schiff auf Schiff ab

Industriekultur erleben

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

**B2834**

Freitag, 19.09. -
Freitag, 26.09.2025
ca. 1.937,00 EUR
im DZ

EZ-Zuschlag ca.
90,00 EUR

Leistungen:

- Fahrt mit einem modernen Fernreisebus von Waltrop nach Grado und zurück
- 7 Übernachtungen inkl. HP (erweitertes Frühstücksbüfett & 3-Gang-Abend-Menü) im 4-Sterne-Hotel
- Lunchboxen am 2. Tag und am Abreisetag
- Bustransfers lt. Programm
- Stadtführungen, Tickets und Eintritte lt. Programm
- Beitrag zur nachhaltigen Aufforstung
- Reiseführer Venetien & Friaul
- VHS-Reiseleitung

Grado, Triest und Nova Gorica Kulturhauptstadt Europas 2025 per Bus erkunden

Bei dieser Tour reisen wir in zwei Tagen entschleunigt mit dem Bus nach Grado, an die italienische Mittelmeerküste. In der pittoresken Lagunenstadt Grado, am östlichen Golf von Venedig gelegen, beziehen wir am Meer für 5 Tage Quartier in einem 4-Sterne-Hotel. Von hier aus erkunden wir die Umgebung und bereisen in Tagestouren die 2025er Kulturhauptstadt Europas: Diesen Titel führen die beiden Grenzstädte Görz (Italien) und Nova Gorica (Slowenien) gemeinsam. Ferner unternehmen wir einen Ausflug in das faszinierende Triest. Auf der Hin-Tour legen wir eine Zwischenübernachtung in Rosenheim ein. Auf der Rückreise nächtigen wir in Leonhard/Grönig, nahe des Königssees, den wir zu einer Schifftour von Schönau nach St. Bartholomä am Nachmittag ansteuern. Am 8. Tag sind wir am Abend wieder zu Hause.

Zwischen Seidenstraße und Tien-Shan Zweiwöchige VHS-Studienreise nach Kirgistan und Zentralasien

B2835

September 2025
ca. 3.600,00 EUR –
4.500,00 EUR p. P.
im DZ

Kaum eine ehemalige mittelasiatische Sowjetrepublik schiebt sich so weit gen Osten Richtung China wie das heute längst unabhängige Kirgistan. Die Seidenstraße (UNESCO-Welterbe), jene alte Handelsroute zwischen Mittelmeer und Reich der Mitte, führte unterhalb des Tien-Shan-Gebirges (UNESCO-Welterbe) entlang, eines Höhenzuges mit chinesischem Namen („Himmelsberge“) in eine Region, wo eher Russisch und vor allem Turksprachen gesprochen werden.



Das dünn besiedelte Land ist Ziel einer VHS-Studienreise mit Clemens Schmale, der 2019 bereits eine Gruppe durch mehrere benachbarte Länder geleitet hat. Die Reiseroute verläuft von der Hauptstadt Bischkek Richtung Issik Kul, dem „Meer Zentralasiens“. Der Issik-See (UNESCO-Biosphärenreservat) auf 1.600 m Höhe gilt nach

dem Titicacasee als der zweitgrößte Gebirgssee der Erde. Insgesamt bietet Kirgistan eine große Vielfalt kultureller, architektonischer sowie landschaftlicher Highlights, darunter Canyons, heiße Quelle und 7.000 m hohe Gipfel in einer Region mit wenig Tourismus. Der Monat September gilt als ideale Reisezeit.

Bei Drucklegung war noch offen, ob die Routenführung auch Ausflüge ins südlliche Kasachstan oder in die benachbarte chinesische Uigurenprovinz Xinjiang macht. Sie sind interessiert? Dann können Sie sich auf eine Interessent:innenliste setzen lassen und erhalten alle Reisedetails, sobald die Planung steht.

Der Vortrag (Kurs 1504) der VHS-Matinéeriehe stimmt am Sonntag, 08.12.2024 um 10.30 Uhr auf die Region ein.

Barcelona – die katalonische Hauptstadt entdecken

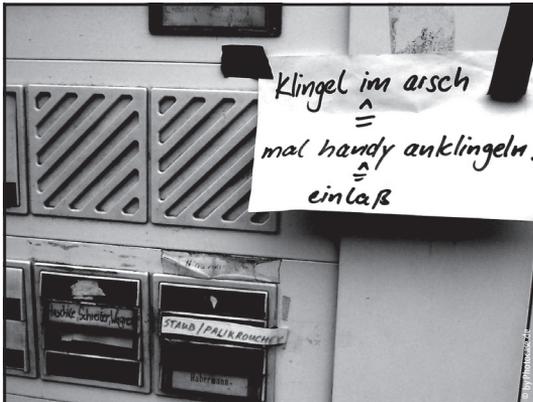
Barcelona zählt zu einer der weltweit bedeutendsten kulturellen Metropolen. Die vitale Hauptstadt der Katalanen ist eine der ältesten, gleichzeitig auch modernsten Städte Spaniens. Die Anzahl der Sehenswürdigkeiten und touristischen Highlights ist gewaltig. Die Mischung aus Tradition und Moderne, Bodenständigkeit und Weltläufigkeit macht die spezielle Atmosphäre der Stadt aus. Die Altstadt rund um die Ramblas und das Barri Gotic bieten nicht nur Vergnügungen aller Art, Straßentheater, Kneipen und Läden, sondern befriedigen auch den Hang zu Nostalgie und Romantik. Das Barri Gotic ist das Zentrum der Altstadt in Barcelona.

Man kann wunderbar spazieren, viele Geschäfte, Museen und Sehenswürdigkeiten entdecken. Hier befinden sich die gotische Kathedrale, das Rathaus und der Sitz der katalanischen Regierung. Sagrada Familia – das unvollendete Meisterwerk Gaudis ist eines der ungewöhnlichsten und bekanntesten Sehenswürdigkeiten in Barcelona.

B2836

Mittwoch, 01.10. – Sonntag, 05.10.2025
ca. 1.429,00 EUR p. P. im DZ
EZ-Zuschlag ca. 300,00 EUR

- Leistungen:
- Transfer von Waltrop zum Flughafen Düsseldorf und zurück
 - Flug ab/bis Düsseldorf nach Barcelona (einschl. 23kg Freigepäck)
 - Hoteltransfer
 - 4 Übernachtungen inkl. Frühstück im 4-Sterne-Hotel
 - 1 x Abendessen (3-Gang-Menü) am Ankunftstag im Hotel
 - alle Stadtführungen, Ausflüge, Transfers, Tickets und Eintritte lt. Programm
 - CO2-Ausgleichs-abgabe über Atmosfair
 - Reiseführer Barcelona
 - VHS-Reiseleitung



Mieter schützen
Mieter nützen!

Mieterverein
Dortmund und
Umgebung e.V.

Lässt Sie Ihr Vermieter hängen?

0231 - 55 76 56-0 - www.mvdo.de

Mieterverein Dortmund und Umgebung e.V.
Kampstr. 4 (nahe Reinoldikirche) · 44137 Dortmund
Tel.: 0231 / 55 76 56-0 · Fax: 0231 / 55 76 56-16
www.mvdo.de

Außenberatungsstellen in Lünen, Brambauer,
Waltrop und Castrop-Rauxel





Von einem zentralen Hotel aus starten wir unsere Stadterkundungen und unternehmen einen Ausflug nach Montserrat. Der Berg Montserrat mit dem Benediktinerkloster Santa Maria de Montserrat liegt etwa 45 km nordwestlich von Barcelona. Schon von weitem bietet der 1.236 Meter hohe Berg einen grandiosen Anblick.

B2838

Freitag, 28.11. – Montag, 01.12.2025

Das konkrete Programm der Reise mit Kosten etc. erscheint Ende 2024.

Brüssel, Brügge und Gent im Advent entdecken

Vom 28.11. – 01.12.2025 möchte die VHS Waltrop erneut eine 4-tägige Studienfahrt unter dem Motto „Weltkulturerbe in adventlicher Atmosphäre entdecken“ durchführen. Zielregion sollen die kulturhistorisch attraktiven Städte Brüssel, Brügge und Gent sein. Die genauen Daten und das Programm werden Ende 2024 vorgestellt. Wenn Sie Interesse an einer solchen Reise haben, können Sie sich gerne auf die Interessent:innenliste setzen lassen. Sie werden umgehend informiert, sobald das Programm mit den Inhalten und der Unterkunft feststeht.



**Inselvielfalt Südostasiens
VHS-Studienreise zu Natur und Kultur der Philippinen**

Knapp oberhalb des Äquators in Südostasien gelegen, bilden die Philippinen im Pazifik einen der größten Inselstaaten der Erde. Der Archipel umfasst mehr als 7.500 Inseln, wovon „nur“ 880 bewohnt sind. Kein anderes Land in Asien ist so stark katholisch geprägt. Größere Minderheiten sind muslimisch und buddhistisch, weshalb das Land durch eine ethnische und religiöse Vielfalt besticht. Landschaftlich zählen die Philippinen zu den bezauberndsten Regionen der Welt: von den Bergen und Vulkanen bis zu den beeindruckenden Reisterrassen und den Stränden mit ihrer Unterwasserwelt hat das Land viel zu bieten.

Beeindruckend ist auch die kolonialgeschichtlich geprägte Architektur, welche vor allem ein Erbe der Spanier ist. Auf der Reise werden neben der Insel Luzon mit der Hauptstadt Manila weitere Inseln besucht. Eingestimmt auf ein tropisches bis subtropisches Klima wird die Reise in der taifunfreien Zeit stattfinden und nach Möglichkeit mit einem Zwischenstopp kombiniert.

Das Reiseprogramm mit Preis- und Leistungsverzeichnis wird im Frühjahr 2025 erwartet. Lassen Sie sich unverbindlich auf die Interessent:innenliste setzen, dann erhalten Sie die Ausschreibung nach der Fertigstellung. Das Programm wird individuellen Spielraum zum Baden, Schnorcheln und zur Erholung bieten.

B2840

Frühjahr 2026
Das konkrete Programm der Reise mit Kosten etc. erscheint im Frühjahr 2025.



Kultur Kreativität Handwerk



3

Lesung

Ausstellungen

176/1000 • Jam Session, in Joe K.
176/1000 • Joe K. in El Cielo, in Joe K.
176/1000 • Hand Loop, in Joe K.

Kulturfahrten

176/1000 • MincasPin, in Joe K.
176/1000 • The Lucky Faithful, in Joe K.

Kulturbüro

176/1000 • Phil Mac, Original Pressure, in DJ Ignition
176/1000 • Rita Garcia

Konzerte

176/1000 • Jam History
176/1000 • Chicago, in Joe K.

Kulturgenuss

176/1000 • Generation Dub, in Joe K.
176/1000 • Philipp Barwica

Literatur

176/1000 • Sergio Ochoa, Resolida, in CHAS NOY
176/1000 • Letters of Fort Juarez, in Joe K.

Musik

176/1000 • No Disparate House Wins
176/1000 • Who's The Music?

Musik

176/1000 • Tika, in Joe K.
176/1000 • Tago Mughana, in Joe K.

Tanz

176/1000 • The Johnny Mountain, in Joe K.
176/1000 • The World's Best, in Joe K.

Fotografie

176/1000 • The Experience, in Joe K.
176/1000 • Rita, in Joe K.

Nähen

176/1000 • Jam Session, in Joe K.
176/1000 • Rita, in Joe K.

Kreatives Gestalten/Handwerk

176/1000 • Jam Session, in Joe K.
176/1000 • Rita, in Joe K.



Ansprechpartner **Maren Punge**



Kultur macht stark – Kunst, Kreativität und mehr...

In unseren Angeboten der „kulturellen Bildung“ erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden oder unterschiedlich akzentuieren.

Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquête-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.



3000

Dienstag,
01.10.2024
19.30 Uhr
Einlass:
19.00 Uhr
16,00 EUR
VVK
18,00€
AK.

Andrea Petković: Zeit, sich aus dem Staub zu machen Lesung und Gespräch

Yahoo
Hochstraße 50

In ihrem Buch «Zeit, sich aus dem Staub zu machen» verarbeitet die deutsche Tennisspielerin Andrea Petković den großen Bruch in ihrem Leben: den Ausstieg aus dem Profisport. Sie zeichnet das Bild einer Frau, die trotz der Fähigkeit zur Selbstreflexion in eine tiefe Krise schlittert, als sie loslassen muss. Dabei geht sie existenziellen Fragen auf den Grund, die sich angesichts großer Veränderungen im Leben stellen. Wer ist man, wenn man das zurücklässt, dem man sein ganzes Leben gewidmet hat? Wie kann man sich neu erfinden? Und wann weiß man, dass es Zeit ist für diesen lebensverändernden Einschnitt? »Zeit, sich aus dem Staub

zu machen« erzählt literarisch stark verdichtet und schonungslos von einem Lebensereignis, das sich mal anfühlt wie der harte Ausstieg aus einer Sucht, mal wie ein schmerzlicher Abschied von dem Alltag, wie man ihn nicht anders kannte, mal wie der lustvolle Beginn eines neuen Lebens jenseits der Zwänge des Profisports. Die Autorin nimmt die Leser und Leserinnen mit auf die Suche nach Antworten. Wie ehrlich Petković ihren psychischen Absturz dokumentiert, ist darum bemerkenswert. Bei aller Emotionalität gelingt es ihr, eine sachliche Beobachterin der eigenen Geschichte zu bleiben. Das Nachdenken über Ende und Neuanfang, über Altern und Lebenssinn macht das Buch auch für jene lesenswert, die sich nicht für Sport interessieren.

Biografische Daten:

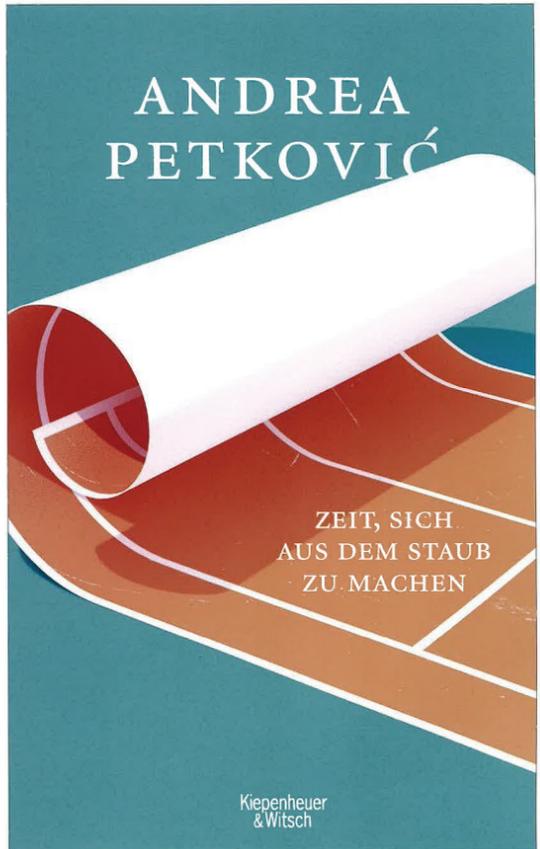
Andrea Petković, 1987 in Tuzla/Bosnien geboren, zog im Alter von sechs Monaten mit ihrer Familie nach



Darmstadt. Im Alter von sechs Jahren begann sie mit dem Tennissport. 2011 und 2014 schaffte sie es unter die besten Zehn der Weltrangliste. Die US Open im Jahr 2022 waren ihr letztes Turnier. Als Autorin hat sie 2018 mit ihren Kolumnen im SZ-Magazin für Aufsehen gesorgt. Ihr Debüt "Zwischen Ruhm und Ehre liegt die Nacht" erschien 2020. Sie schreibt Kolumnen für DIE ZEIT und SPORTS

ILLUSTRATED. Seit 2023 arbeitet sie als Analystin und Expertin für Tennis Channel in den USA. Andrea Petković teilt ihre Zeit zwischen New York und Darmstadt.

Foto © LOTTERMANN AND FUENTES
Buch © Kiepenheuer & Witsch





Kunstaussstellung Mal- und Zeichenatelier

Rathaus

Das „Mal- und Zeichenatelier“ der Volkshochschule gehört zu den „ältesten“ Kursen der VHS Waltrop überhaupt. Seit den 80er Jahren bereits treffen sich einmal pro Woche Hobbykünstler:innen, um in sehr unterschiedlicher Weise zeichnerisch und malerisch kreativ zu sein. Die Vielfalt an Motiven ist dabei ebenso breit angelegt, wie die Vielfalt an Techniken, ob Kohle oder Bleistift, Acryl, Pastell, Aquarell. Manche haben ihren Ausdruck schon gefunden, andere versuchen sich auch in dieser Hinsicht in unterschiedlichen künstlerischen Ausdrucksformen. Einige wenige sind seit beinahe 40 Jahren dabei, andere sind erst in jüngerer Zeit dazu gestoßen. Und natürlich gab es über die Zeit hinweg auch eine Reihe verschiedener Kursleiter:innen, so dass durch diese auch immer eine Vielzahl persönlicher Impulse in die Gruppe hineingetragen wurde. Auch Ausstellungen wurden immer mal wieder gezeigt, sei es in Banken oder im Kulturforum Kapelle. Diesmal stellen die ca. 7 - 9 beteiligten Hobbykünstler:innen im Rathaus aus. Der derzeit laufende Kurs findet unter Leitung von Annika Döring statt, die die Ausstellung auch organisatorisch betreut. Ein Teil der Exponate sind eventuell auch käuflich zu erwerben.



„Ein Leben für die Kunst“ – Werke von Emilia Fernandez Kunstaussstellung im Kulturforum Kapelle

Kulturforum Kapelle
Hochstraße 20

Nicht zuletzt durch die Kunst bleibt sie jung, und Kunst meint bei ihr den allumfassenden Begriff visueller Kunst - von der Fotografie über die Malerei bis hin zur Bildhauerei, kurzum: Lebensinhalt. In allen Métiers ist sie zuhause und ihre schöpferische Kraft hält bis heute unvermindert an. Die Waltroper Künstlerin und Kunstpädagogin Emilia Fernandez wird 2025 85 Jahre alt und aus diesem Anlass zeigt die VHS Waltrop im Kulturforum Kapelle einen Großteil ihrer Malerei, Zeichnungen, Radierungen und einige, kleine Skulpturen, die ihre jahrzehntelange Schaffenskraft auf eindrucksvolle Art dokumentieren. Die gebürtige Katalanin steht aber nicht nur für die Kunst, sondern auch für die Kunstvermittlung, denn an ihrer Leidenschaft hat sie immer andere teilhaben lassen. Nicht nur



3001

Mittwoch,
19.02.2025 –
Freitag, 21.03.2025
während der
Öffnungszeiten
des Rathauses
Ausstellungs-
eröffnung durch
Bürgermeister
Marcel Mittelbach:
Mittwoch,
19.02.2025,
17.00 Uhr
gebührenfrei



3002S

Freitag, 13.06. –
Sonntag,
13.07.2025

Ausstellungseröffnung am Freitag,
13.06.2025,
19.00 Uhr

Öffnungszeiten:
unter der Woche
zu den Öffnungs-
zeiten der Musik-
schule (Eingang
über Musikschule)
samstags und
sonntags wird die
Künstlerin vor Ort
sein: 15.00 – 18.00
Uhr (Eingang
über Kulturforum
Kapelle)
gebührenfrei





ihre Bewunderer und die Käufer ihrer Werke, sondern vor allem auch ihre Schüler:innen, die ihr über Jahre, zum Teil Jahrzehnte gefolgt sind, die sie angesteckt hat mit ihrem Enthusiasmus und die von ihr gelernt haben - Techniken, Ausdruck, Perspektiven. Ein halbes Leben lang hielt sie als Dozentin der Volkshochschule Waltrop die Treue und bis heute leitet sie Kreativ-Kurse beim Dritten Ort. Ein Großteil der ausgestellten Werke wird käuflich zu erwerben sein. Die Künstlerin, die während der Ausstellungsdauer samstags und sonntags von 15 – 18 Uhr vor Ort sein wird, wird einen Teil der Einnahmen für karitative Zwecke spenden.



© Fernandez 97

Klein Tokio am Rhein Tagesfahrt zur Japanischen Kultur in Düsseldorf

In Düsseldorf befindet sich eine der größten japanischen Gemeinden außerhalb Japans. Bei einem Besuch des japanischen Viertels und des EKO-Hauses bringt die Exkursion den Teilnehmenden die japanische Kultur- und Lebensweise sowie den Buddhismus näher. Die Führung besteht aus zwei Teilen.

Zunächst geht es zum japanischen Tempelgarten und zum EKO-Haus: Die Teilnehmenden besichtigen ein traditionelles japanisches Holzhaus, erhalten Erklärungen zu seiner Architektur und zu den Lebensformen in einem solchen Haus. Weiterhin besichtigen sie den japanischen Tempelgarten und erfahren Interessantes zur Symbolik der Gestaltungselemente.

Ferner besuchen sie den buddhistischen Tempel, lernen etwas über den japanischen Buddhismus im Allgemeinen und speziell über den Shin-Buddhismus, die Schule, die man dort sehen kann. Der Aufbau des Altarraums wird erläutert wie auch die besonderen Tempelzeremonien.

Danach bringt der VHS-Bus die Teilnehmenden zum japanischen Geschäftsviertel in Düsseldorf: Hier erfährt man bei einem Rundgang auf der Japanmeile, warum so viele Japaner in Düsseldorf leben, was Japaner alles zum Leben benötigen und wieso Japan die größte Lesensnation ist. Was ist ein „Onigiri“ und wieso

3003

Freitag, 27.09.2024
Abfahrt ab HBBK:
09.00 Uhr
Rückfahrt ab
Düsseldorf:
ca. 16.45 Uhr
79,50 EUR
inkl. Fahrt, Eintritt,
Führungen
EKO-Haus/japanischer
Garten,
Stadtführung
durch's japanische
Viertel
Um Anmeldung
bis spätestens 14
Tage zuvor wird
gebeten.



mögen Japaner Tee im Eis?
Innerhalb des Programms bleibt
Zeit, einen Snack oder dgl. zu sich zu
nehmen oder einen Sushi-Imbiss zu
besuchen.

Wenn Sie sich für **Tagesfahrten**
bei der VHS anmelden, senden
wir Ihnen immer rechtzeitig vor
der Abfahrt per Post oder per
E-Mail ein Anschreiben, aus dem
verbindlich Abfahrtszeit und -ort
hervorgehen und die Information,
wer unsererseits die Gruppe
begleitet (mit Notfallrufnummer).
Sollten Sie ein solches Schreiben
nicht erhalten, erkundigen Sie sich
etwa 2 – 3 Tage zuvor bei uns nach
den nötigen Details.

Otto Mueller – Ausstellung zum 150. Geburtstag des Künstlers Ausstellungsfahrt zum LWL-Museum nach Münster

Die Ausstellung „Otto Mueller“ schaut mit einem neuen Blick auf das Schaffen des expressionistischen Künstlers (1874 - 1930). Obwohl seine Arbeiten heute in vielen internationalen Kunstsammlungen vertreten sind, fehlt bisher ein kritischer, analytischer Gesamtblick auf sein Werk. Anlass für die Ausstellung im LWL-Museum für Kunst und Kultur in Münster ist der 150. Geburtstag am 15. Oktober 2024 des in Schlesien geborenen Künstlers. Das Museum selbst besitzt vier Gemälde Otto Muellers sowie eine Reihe von Grafiken, darunter eine handkolorierte Lithografie. Diese Werke sind Ausgangspunkt der Ausstellung. Im Anschluss an die Führung bleibt individuell Zeit für die ständige Sammlung (Eintritt inkludiert), für einen kurzen Abstecher ins nahe Picasso-Museum oder eine Pause im Museumscafé. Zudem bietet sich die Möglichkeit durch die Innenstadt zu bummeln, sich zu stärken oder einen Weihnachtsmarkt zu besuchen.

Otto Mueller, Maschka mit
Maske, © Museum Folkwang,
Essen



3004
Sonntag,
08.12.2024
Abfahrt ab HBBK:
09.45 Uhr
Rückfahrt ab
Münster:
ca. 15.00 Uhr
68,50 EUR
inkl. Busfahrt,
Eintritt, Führung



3005

Sonntag,
26.01.2025
Abfahrt ab HBBK:
09.30 Uhr
Rückfahrt ab
Düsseldorf: ca.
14.15 Uhr
75,00 EUR
inkl. Busfahrt,
Eintritt, Führung

Gerhard Richter – Verborgene Schätze. Werke aus Rheinischen Privatsammlungen Ausstellungsfahrt nach Düsseldorf

Diese Ausstellung ist die umfassendste Richter-Ausstellung in Deutschland seit über 10 Jahren und vereint mehr als 130 Arbeiten aus allen Schaffensfahrten und Werkgruppen des Künstlers. Bei vielen der ausgewählten Arbeiten handelt es sich um „verborgene Schätze“: Werke aus Privatsammlungen, die zuvor selten oder sogar noch nie gezeigt wurden. Sie geben Einblick in das gesamte Spektrum seiner Kunst - von den Anfängen in den frühen 1960er Jahren bis in die jüngste Vergangenheit. Die Ausstellung lenkt den Blick auf das Rheinland. Hier traf Richter auf Gleichgesinnte, auf Vorbilder und Reizfiguren und schließlich auch auf eine neugierige Sammler:innenschaft, die sich rund um die jungen Galerien in Düsseldorf und Köln gebildet hatte. Im Anschluss an die Führung bleibt Zeit zur individuellen Nutzung, für's Museumscafé oder die ständige Sammlung (Eintritt frei).



© G. Richter, Sammlung Bayer AG Leverkusen

Maurice de Vlaminck – Rebell der Moderne Ausstellungsfahrt nach Wuppertal

Maurice de Vlaminck (1876-1958) ist einer der bedeutendsten französischen Maler der Moderne und war Mitglied der Gruppe der so genannten „Fauves“ („Wilden“), die sich 1905 um Henri Matisse und André Derain zusammenschloss. Das Von der Heydt-Museum realisiert gemeinsam mit dem Museum Barberini in Potsdam die erste posthume Retrospektive des Künstlers in Deutschland und rückt damit eine zentrale Figur der französischen Kunst des 20. Jahrhunderts wieder ins Licht der Öffentlichkeit. Anhand von mehr als 50 ausgewählten Gemälden vermittelt die Ausstellung „Maurice de Vlaminck. Rebell der Moderne“ einen gültigen Überblick über sein gesamtes malerisches Œuvre: von seinen ersten, zu Beginn des 20. Jahrhunderts ausgeführten Kompositionen über seine berühmten fauvistischen Gemälde, die von Cézanne und Picasso inspirierten Experimente mit dem Kubismus bis hin zu seinen letzten Landschaftsbildern, in denen er eine höchst individuelle Spielart des Spätimpressionismus entwickelte.

Nach der umfangreichen Führung bleibt Zeit für eine individuelle Entdeckung des Hauses und/oder für ein Heißgetränk im Museumscafé. Falls vorhanden, bringen Sie bitte ein eigenes Smartphone mit Kopfhörern mit.

3006

Sonntag,
06.04.2025
Abfahrt ab HBBK:
10.45 Uhr
Rückfahrt ab
Düsseldorf: ca.
15.00 Uhr
68,00 EUR
inkl. Busfahrt,
Eintritt, Führung



Maurice de Vlaminck, Stilleben, 1909/10, Von der Heydt-Museum Wuppertal, © VG Bild-Kunst, Bonn, 2024

3007S

Samstag,
23.08.2025
Abfahrt ab HBBK:
ca. 18.00 Uhr
Rückkehr:
ca. 23.30 Uhr
ca. 97,00 EUR
ca. 70,00 EUR für
Schüler:innen/
Student:innen
inkl. Busfahrt,
Eintritt, Sitzplatz,
VVK-Gebühr pro
Person

Um Anmeldung
bis Ende Mai 2025
wird gebeten.

Musikfest am Schloss Nordkirchen »SOMMER. NACHT. MUSIK.« Exkursion nach Nordkirchen

Ein prachtvolles Schloss, ein Feuerwerk am Himmel, klassische Musik und tausende begeisterte Besucher: Seit über 20 Jahren ist das große Open-Air-Musikfest am Schloss Nordkirchen eines der kulturellen Highlights der Region. Seit der Gründung des Musikfestes im Jahr 1999 konnten die Besucherinnen und Besucher unvergessliche Abende im herrlichen Ambiente von Schloss Nordkirchen genießen.

Mit dem einzigartigen Format aus klassischer Musik, wunderbaren Schloss-Illuminationen, farbenprächtigen Wasserspielen und spektakulären Licht- und Feuer-Choreografien über den historischen Gemäuern, etablierte sich das Musikfest als feste Größe im kulturellen Kalender. Bei

Drucklegung stand das Programm für 2025 noch nicht fest.

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. Bei witterungsbedingtem Abbruch der Veranstaltung oder Ausfall durch höhere Gewalt besteht kein Anspruch auf Ersatz. Bei Regen sollen keine Schirme benutzt werden.

Hamburgs Kulturhighlights: Wagner, Elphi und Künstler- dorf Worswede 3-tägige Konzert-/Kulturreise nach Hamburg

Diese dreitägige Kulturreise vereinigt gleich drei kulturelle Highlights in der Elbmetropole und in Worswede. Am Ankunftstag besucht die Gruppe die renommierte Hamburgische Staatsoper und erlebt Wagners Oper "Der fliegende Holländer" in der Inszenierung von Michael Thalheimer mit dem Chor der Hamburgischen Staatsoper sowie dem Philharmonischen Staatsorchester unter Kent Nagano.

Am Abend danach besuchen die Gäste das 5. Philharmonische Konzert. Auf dem Programm in der Elbphilharmonie stehen "Couleurs de la cité céleste" von Olivier Messiaen für Klavier (Pianist Pierre-Laurent Aimard), Bläser & Schlagwerk sowie Gustav Mahler "Das Lied von der Erde" mit Stuart Skelton (Tenor), Karen Cargill (Mezzosopran) und Kent Nagano am Taktstock.

Am Abreisetag erwartet uns bereits ab Spätvormittag ein kleines kulturelles Programm in Deutschlands

3010

Sonntag, 12.01. –
Dienstag,
14.01.2025
689,00 EUR
p. P. im DZ
EZ-Zuschlag:
120,00 EUR

- Leistungen:
- Fahrt im komfortablen Fernreisebus
 - 2 Übernachtungen inkl. Frühstück im 4-Sterne-Hotel
 - Mittagessen im Hotel bei Anreise
 - Konzertkarten Staatsoper (PK3) und Elbphilharmonie (PK1)
 - Führung im Künstlerdorf Worswede
 - Eintritt im Museum am Moldersohn Haus
 - Begrüßungssekt während der Anreise
 - Transferfahrten vor Ort
 - Infomaterial
 - VHS-Reiseleitung





Kulturfahrten

vielleicht bekanntestem Künstlerdorf, Worpswede.

Wir werden dort einen geführten Dorf-Spaziergang erleben und sogar das Museum am Modersohn Haus besuchen, welches im Januar für gewöhnlich geschlossen ist!

Sichern Sie sich Ihre Plätze möglichst frühzeitig.

Mindestteilnehmendenzahl 15, zu erreichen bis 08.10.2024

Abweichend von den VHS - AGB's besteht hier eine andere Stornierungsregelung.

Nach verbindlicher Anmeldung (Anmeldebestätigung!) betragen die Rücktrittskosten:

50 % vom Reisepreis

Ab 60 Tage vor Reiseantritt 75 %.

Ab 10 Tage vor Reiseantritt 90 %.

Ab 3 Tage vor Reiseantritt 100 %.

Bitte fordern Sie unseren Flyer inkl. Anmeldeformular an.



©jonas-tebbe

Leipziger Buchmesse Wochenendfahrt zur Literatur mit Besuch in Halberstadt

Die Leipziger Buchmesse gewinnt Jahr für Jahr an Bedeutung: Sie gilt inzwischen als Publikumsmagnet, nicht zuletzt durch die einzigartige Verbindung von Messe und dem Lesefest "Leipzig liest". Nirgendwo sonst sind die persönlichen Kontakte zwischen Schriftsteller:innen und Leser:innen so eng und intensiv wie hier. Die Messe ist der wichtigste Frühjahrstreff der Buch- und Medienbranche.

Neben dem Besuch der Buchmesse besteht die Möglichkeit, in Halle an einer geführten Tour durch das Landesmuseum für Vorgeschichte teilzunehmen, und zwar unter dem Titel „Sternstunden der Archäologie Mitteldeutschlands“. Hier wird u.a. die weltweit einzigartige Himmelsscheibe von Nebra (im Original) gezeigt. Alternativ kann in Leipzig auch an einer Stadtführung (z. T. im Bus bzw. zu Fuß) teilgenommen werden.

Am Abreisetag macht der Bus einen längeren Besichtigungsstopp im schönen Halberstadt im Harz, wo ebenfalls eine Stadtführung geplant ist und Zeit bleibt für die Besichtigung des Doms (einschl. Domschatz).

Anmeldungen sind ab sofort möglich, bitte direkt an die VHS Ahlen, Ansprechpartnerin: Frau Lilia Blank, T. 02382 59436, E-Mail: BlankL@stadt.ahlen.de

Mindestteilnehmendenzahl: 20, zu erreichen bis 10.02.2025.

3011

Freitag, 28.03. –
Sonntag,
30.03.2025

Abfahrt ab Wal-
trop ca. 07.15 Uhr
Rückkehr gegen
Abend

469,00 EUR
p. P. im DZ
inkl. Busfahrt,
Reiseleitung,
Ü/F im 4-Sterne-
Hotel in zentraler
Lage in Halle
(Saale),
Museumsführung
in Halle,
Innenstadtrund-
gang durch Leipzig
und Halberstadt,
Transfer zur
Buchmesse und
Messeeintritt,
Infomaterial
EZ-Zuschlag:
108,00 EUR





3012S

Donnerstag,
01.05. –

Sonntag,
04.05.2025

Abfahrt:

6.30 Uhr Ahlen

7.00 Uhr Hamm

7.45 Uhr Waltrop

665,00 EUR

p.P. im DZ

inkl. Reiseleitung,

Busfahrt,

Ü/F im 3-Sterne-

Hotel,

Eintritte,

Führungen,

Hotelsteuer Paris

EZ-Zuschlag:

165,00 EUR



Paris auf den Spuren der Kunst

4-tägige Fahrt nach Frankreich - eine Kooperation der VHS Ahlen und der VHS Waltrop

Eine Studienfahrt mit Tradition. Die Kunst, die Künstler:innen und ihre Wirkungsstätten bleiben im Mittelpunkt der Exkursion. Sie umfasst den Besuch von Museen und stadtteilbezogene Spaziergänge. Tipps für individuelle Besichtigungen, aktuelle Events oder abendliche Aktivitäten ergänzen das Programm.

Die Tour über den Maifeiertag 2025 führt uns voraussichtlich ins Musée Marmottan, in dem sich die größte Sammlung von Arbeiten Claude Monets befindet, einem der Väter des Impressionismus und nach dessen Gemälde „Impression. Soleil levant“ die Stilrichtung benannt wurde.

Auch wollen wir nach Meudon etwas außerhalb der Stadt reisen, um das Atelier des Bildhauers Auguste Rodin anzuschauen, das dortige Museum und den Garten, wo er auch beigelegt wurde. 2025 wäre sein 185. Geburtstag.

Zu unseren Stadtteilspaziergängen zählt diesmal das vornehme 16. Arrondissement mit dem Haus von Balzac. Auf dem kleinen Friedhof Passy liegen u.a. der Komponist Claude Debussy, die Malerin Berthe Morisot, der Modeschöpfer Givenchy und der Schriftsteller Jean Giraudoux sowie der andere große Impressionist Edouard Manet. Ferner wollen wir die berühmte Pariser Oper, das Palais Garnier, im Rahmen einer Führung besichtigen. Auf dem Rückweg nach Deutschland ist ein Besuch im neuen Matisse-Museum bei Cambrai geplant. In Ergänzung kann ferner das Musée Rodin (neben dem Eiffelturm) und die Orangerie mit Monets Seerosenbilder individuell ergänzt werden. (Programmänderungen vorbehalten) Reservieren Sie sich frühzeitig einen Platz für diese gefragte Tour.

Anmeldungen sind ab sofort möglich, bitte direkt an die VHS Ahlen, Ansprechpartnerin: Frau Lilia Blank, T. 02382 59436, E-Mail: BlankL@stadt.ahlen.de

Mindestteilnehmerzahl 20, zu erreichen bis 01.03.2025





Kulturbüro

www.kulturbuero-waltrop.de



KULTURBÜRO
WALTROP

ÜBER UNS.

Willkommen beim Kulturbüro der
Stadt Waltrop – Ihr Tor zu
unvergesslichen kulturellen
Erlebnissen!



Entdecken Sie Konzerte, Theater,
Kunstaustellungen und Musikevents
für jeden Geschmack und jedes Alter.
Von regionalen bis internationalen
Künstler:innen, bei uns findet jeder das
passende Event. Besuchen Sie uns und
lassen Sie sich beraten.



Waltroper Kultur Kompass
Der Newsletter zum
Waltroper Kulturangebot





3040

Freitag,
13.12.2024
20.00 – 22.15 Uhr
19,00 EUR
im VVK
21,00 EUR
an der AK

Einlass: 19.00 Uhr

Der Weltladen
Waltrop bietet am
Abend u. a. faire
Weine und andere
Getränke an.



© Jean-Claude
Séférian

In Kooperation mit dem Weltladen:

Trio Séférian: Hommage à Aznavour zum 100. Geburts- tag

Yahoo
Hochstraße 50

Auch wenn Séférian's Stimme immer wieder mit dem Timbre von Charles Aznavour verglichen wird, geht es ihm nicht darum, sein Kindheitsidol zu imitieren, dazu ist er zu sehr eigenständiger Künstler, der jeder Interpretation immer einen persönlichen Stempel aufdrückt. Aber genau wie Aznavour selbst profitiert er von seinen verschiedenen musikalischen Wurzeln, der Musik von Orient und Okzident, der Klassik genauso wie der Folklore und dem Jazz, dessen Gewicht durch den kongenialen Ausnahmesaxofonisten Jan Klare eine andere Note in die teils weltbekannten Chansons bringt und diese damit zu einem spannenden Erlebnis werden. Christine Séférian als Begleiterin im Leben und am Klavier breitet dafür den harmonischen Teppich mit ihrem einfühlsamen Spiel aus.

Zum 100. Geburtstag von Charles Aznavour wird Jean-Claude Séférian 2024 eine große Geburtstagsgala präsentieren.

In Kooperation mit dem Weltladen:

The Munster Men – live Folk Konzert

The Munster Men
Yahoo
Hochstraße 50

„The Munster Men“ ist eine Folk-Band aus Münster. Sie interpretieren Eigenkompositionen, als auch klassische Lieder und Melodien aus Irland, Schottland und England, mit einer Leidenschaft und Authentizität, die aus jahrelangen Live-Auftritten resultiert. Sie haben mit ihren traditionellen Instrumenten (Gitarre, Flöte, Banjo, Konzertina, Bodhran und Geierleier) gepaart mit sattem Gesang ihren Zuhörern schöne Abende beschert. Wer schon mal Reinhören und schauen möchte, findet die Munster Men auch bei Spotify und Youtube.



3041

Donnerstag,
20.03.2025
20.00 – 22.15 Uhr
19,00 EUR
im VVK
21,00 EUR
an der AK

Einlass: 19.00 Uhr

Der Weltladen
Waltrop bietet am
Abend u. a. faire
Weine und irisches
Bier an.



© The Munster Men



3060

Freitag,
27.09.2024
19.00 – 22.15 Uhr
42,50 EUR

Die Gebühr enthält die Umlage für Getränke, Brot, etc. Wir empfehlen, an diesem Abend nicht mit einem Pkw an- bzw. abzureisen.

Zehn Jahre VHS-Whisky-Tastings mit Markus Weßling: Was haben wir gelernt?

Markus Weßling
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Seit zehn Jahren geht der Referent nun schon mit den Teilnehmenden der VHS "Wege zum Whisky" und erzählt von seinen Erfahrungen in Schottland, Irland, England und Wales - und bei Messen und Tastings hierzulande. Dabei ging es nie um "Frontalunterricht". Gemeinsam haben sich Referent und Teilnehmende bei den Kursen im Laufe der Zeit immer mehr Wissen über das "Wasser des Lebens" erschlossen. Zeit für eine Zwischenbilanz in acht Thesen und mit acht Whiskys: Was haben wir gemeinsam über unsere Lieblings-spirituose gelernt? "Alte Whiskykurs-Hasen" frischen dabei Wissen und Erinnerungen auf, aber auch Neulinge sind zu diesem Kurs willkommen.

Fahrt zur Spirituosenmesse "Aqua Vitae" in Mülheim

Markus Weßling

Die "Aqua Vitae" ist die größte Spirituosen-Messe (mit Whisky-Schwerpunkt) für Privat- und Gastronomiekunden in NRW in der Stadthalle in Mülheim/Ruhr. Zahlreiche Händler präsentieren Neuerscheinungen aus Schottland und dem Rest der Welt, sowie seltene, alte oder ungewöhnliche Abfüllungen, die man gegen einen entsprechenden Obolus an den Ständen probieren kann. Es besteht vor Ort zudem reichlich Gelegenheit zum Austausch mit Expert:innen und natürlich auch zum Kauf von Whisky flaschenweise.

Gemeinsam fahren wir im Reisebus von Waltrop zur Messe und zurück. Auf dem Hinweg informiert der Referent, der die Messe schon mehrfach besucht hat, über seine Empfehlungen für Standbesuche. Während der Messe gibt es auch Kurz-Tastings mit bekannten Referenten. Wenn es noch Restplätze gibt, kann man sie vor Ort buchen. Wer auf Nummer Sicher gehen will, schaut sich vorab auf der Webseite www.whiskymesse.eu um und bucht das gewünschte Tasting online.



3061

Samstag,
26.10.2024
Abfahrt ab HBBK:
13.00 Uhr
Rückfahrt ab
Mülheim:
ca. 19.00 Uhr
57,50 EUR
Wir empfehlen,
an diesem Tag
nicht mit einem
Pkw an- bzw.
abzureisen.





3062

Freitag,
29.11.2024
19.00 – 22.15 Uhr
42,50 EUR

Die Gebühr enthält die Umlage für Getränke, Brot, etc. Wir empfehlen, an diesem Abend nicht mit einem Pkw an- bzw. abzureisen.



Viermal "Happy Birthday": Glengyle, Ardnamurchan, Kingsbarns und Auchroisk

Markus Weißling
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Vier relativ junge Brennereien in Schottland feiern in diesem Jahr runde Geburtstage: Glengyle besteht seit 20 Jahren. Die Eröffnung der Brennerei in Campbeltown ist der Grund dafür, dass dieser Landstrich mit viel Brenn-Historie nicht von der Landkarte der Whisky-Regionen gestrichen wurde. Kingsbarns, Projekt der bekannten Familie Wemyss, besteht seit 10 Jahren und füllte eine Lücke auf der Brennereien-Landkarte in der Region St.Andrews. Und außerdem ist da die erfolgreiche Brennerei Ardnamurchan, die westlichste auf dem schottischen Festland. Deren Distillery-Manager Alex Bruce ist regelmäßig Gast bei der Messe Aqua Vitae in Mülheim. Auch diese Brennerei besteht seit 10 Jahren. Unter dem Radar des Mainstreams fliegt schließlich die Brennerei Auchroisk aus der Speyside, von der es keine Eigentümer-Abfüllungen, sondern nur unabhängige abgefüllten Whisky gibt. Immerhin 50 Jahre alt wird sie in diesem Jahr. Die Teilnehmenden trinken auf eine gute Zukunft für diese spannenden Brennereien - mit je zwei Abfüllungen der Hersteller, die miteinander verglichen werden.

Blender, Bonder, Independent Bottler - die Whisky-Szene jenseits der Brennereien

Markus Weißling
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Was wäre die Whisky-Szene ohne die Unternehmen, die selbst keinen Whisky brennen, Fässer verschiedener Hersteller aber virtuos vermählen, Einzelfässer in Fassstärke oder mit ungewöhnlichem Alter abfüllen oder überhaupt erst dafür sorgen, dass man Produkte bestimmter Brennereien als Single Malt probieren kann? Namen wie Gordon&Mc MacPhail, Signatory Vintage, Cadenhead oder Douglas und Hunter Laing zaubern Whisky-Freunden ein Lächeln ins Gesicht. Und nicht nur in Schottland sind solche Unternehmen ein wichtiger Bestandteil der Whisky-Landschaft, auch in Irland gibt es Vergleichbares: Die "Bonder" sind dort zurück auf dem Markt! Die Geschichte dieser Firmen ist eine spannende Story von Konkurrenz und Symbiose mit den Original-Herstellern. In diesem Seminar wird sie erzählt - und natürlich werden passende Whiskys aus

3063

Freitag,
07.02.2025
19.00 – 22.15 Uhr
42,50 EUR
Die Gebühr enthält die Umlage für Getränke, Brot, etc. Wir empfehlen, an diesem Abend nicht mit einem Pkw an- bzw. abzureisen.



© Weißling, Markus



3064

Freitag,
04.04.2025
19.00 – 22.15 Uhr
42,50 EUR
Die Gebühr ent-
hält die Umlage
für Getränke,
Brot, etc. Wir emp-
fehlen, an diesem
Abend nicht mit
einem Pkw an-
bzw. abzureisen.



Es muss nicht immer Schott- land sein: Drei-Länder- Kampf England, Wales, Aus- tralien

Markus Weißling
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Die Londoner Brennerei Bimber liegt mitten in einem Gewerbegebiet weit abseits der Touristenpfade. Hier würde man keinen Weltklasse-Whisky vermuten, aber diese Brennerei hat den Referenten bei seinem Besuch vor Ort ebenso begeistert wie die Brennerei Penderyn in Wales. Letztere hat als Alleinstellungsmerkmal eine besondere Brenntechnik. In Australien war der Referent zwar noch nie, aber der Markenbotschafter der Starward-Brennerei hat ihn persönlich von der Qualität des Whiskys aus Melbourne überzeugt, die in australischen Weinfässern lagern. Zeit für einen spannenden Dreikampf: Welche der drei Brennereien überzeugt im Tasting am meisten? Dazu gibt es natürlich viele Infos über die Brennereien und ihre Geschichte.

Markus Weißling hat während eines Gastaufenthaltes als Student in Dublin sein Interesse am „Wasser des Lebens“ entdeckt. Später begann er mit Freunden jährlich Wanderungen in Schottland zu unternehmen, immer auch auf der Suche nach Brennereien, die er am Wegesrand besichtigen konnte.

Endlich eigener Whiskey – neue irische Brennereien "ha- ben fertig"

Markus Weißling
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Der irische Whiskey ist im Aufwind, aber das Bild der neuen Vielfalt trog zunächst noch ein wenig: Denn drei Jahre müssen sich, genau wie in Schottland, auch irische Brennereien gedulden, bevor sie ihr im Fass gereiftes Desillat als Whiskey verkaufen dürfen. Viele Neulinge in der Industrie griffen daher zunächst auf Whiskey zurück, der anderswo gebrannt wurde und das Alter schon erreicht hatte und füllten ihn unter ihrem Namen ab. Als Hersteller kamen bei längerem Hinsehen nur einige wenige schon länger produzierende "Auftrags-Brennereien" infrage. So gab es zwar Marken-, aber noch keine echte Brennereien-Vielfalt. Jetzt aber bringen immer mehr neue Destillieren ihren ersten wirklich eigenen Whiskey auf den Markt – und sorgen so nach Jahrzehnten des Stillstands für wirklich neue Produkte in einem Land, das einst der Nabel der Whiskey-Welt war, noch vor Schottland. Spannende Zeiten also in Whiskey-Irland. Der Referent war vor Ort und kennt viele der Brennereien persönlich, die sich aufmachen, die irische Brennereien-Landschaft wieder zum Blühen zu bringen.

3065S

Freitag,
23.05.2025
19.00 – 22.15 Uhr
42,50 EUR
Die Gebühr ent-
hält die Umlage
für Getränke,
Brot, etc. Wir emp-
fehlen, an diesem
Abend nicht mit
einem Pkw an-
bzw. abzureisen.



3070

Samstag,
16.11.2024
18.00 –

ca. 22.30 Uhr
59,00 EUR

Wir empfehlen,
an diesem Abend
nicht mit einem
PKW an- bzw.
abzureisen.



Europäischer Weinabend Seminar mit Verkostung

Harald Burg
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Rot- und Weißweine aus den bedeutendsten Weinanbaugebieten Frankreichs, Spaniens, Italiens und Deutschlands sollen probiert werden, um die Unterschiede und Besonderheiten der jeweiligen Anbaugebiete und ihrer Rebsorten herauszuschmecken wie z.B. Frucht, Mineralität, Bodentönigkeit (z.B. Schiefer), Frucht-Säure-Spiel etc.

Es werden ca. 20 Weine vorgestellt. Kleinigkeiten werden zu den einzelnen Weinen gereicht, um sie in ihrer Eigenschaft als Essensbegleiter „zu schmecken“.

Weiterhin erhalten Sie Informationen zu Weinetikett, Technik der Weinherstellung etc.

Die Gebühr enthält die Umlage für Weine und dgl. und kann bei sehr kurzfristiger Abmeldung (3 Werktage vor Kursbeginn) nicht erstattet werden.

3071

Freitag, 15.02.2025
18.00 –

ca. 22.30 Uhr
59,00 EUR

Wir empfehlen,
an diesem Abend
nicht mit einem
PKW an- bzw.
abzureisen.

Käse und Wein Seminar mit Verkostung

Harald Burg
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Erleben Sie, wie sich Käse und Wein als reine und ursprüngliche Naturprodukte gegenseitig ergänzen und vervollkommen. An diesem Abend lernen Sie Weiß- und Rotweine aus verschiedenen Ländern in ihrer Rolle

als Begleiter zu Käse und die große Vielfalt der Kombinationsmöglichkeiten kennen. Es werden ca. 15 Käsesorten zu rund 20 Weinen gereicht.

Die Gebühr enthält die Umlage für Weine und dgl. und kann bei sehr kurzfristiger Abmeldung (3 Werktage vor Kursbeginn) nicht erstattet werden.

In Vino Veritas – Eine italienische Weinreise & leckere Antipasti Seminar mit Verkostung

Bonifacio Abbruzzi
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Das Weinland Italien erstreckt sich über fast 1200 Kilometer und ist unbestritten eines der Länder, in denen am meisten Wein produziert wird (durchschnittlich 70 Millionen Hektoliter) und wo man viele bekannte Rebsorten wie z.B.: Moscato, Malvasia, Grecanico, Aglianico, Primitivo vorfindet. Diese wurden schon von den Griechen und Römern angebaut, denn die Weinkultur besteht auf der Halbinsel schon seit 4000 Jahren.

In diesem Wein-Antipasti-Kurs geht es um italienische Weine, die mittlerweile bei uns sehr bekannt sind wie der Barolo, Vino Nobile, Soave, Primitivo, Negroamaro, Nero D'Avola. Wir werden an diesem Abend 14 Rot- und Weißweine aus verschiedenen Regionen Italiens in Verbindung mit italienischen Antipasti verkosten, um herauszufinden, welche Verbindung von den Antipasti zum Wein passt.

3072S

Freitag,
09.05.2025
18.00 – 21.45 Uhr
45,00 EUR

Wir empfehlen,
an diesem Abend
nicht mit einem
PKW an- bzw.
abzureisen.





3301

Samstag, 28.09.24,
9.11.24, 23.11.24,
7.12.24, 11.1.25,
25.1.25, 8.2.25
jeweils von
15.45 – 17.15 Uhr
46,00 EUR

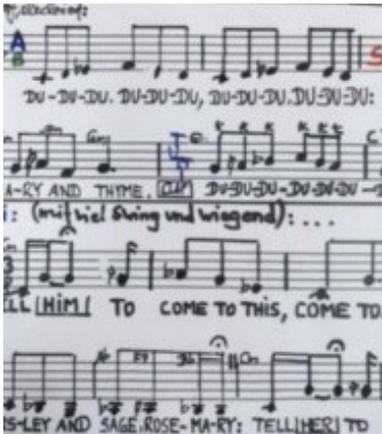
**Good Vibrations –
Monthly (Chor-) Singen für
Einsteiger:innen und Fortgeschrittene**

Peter Aurisch
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

3302

Samstag, 22.2.25,
8.3.25, 22.3.25,
5.4.25, 10.5.25,
24.5.25, 14.6.25,
5.7.25
jeweils von
15.45 – 17.15 Uhr
52,00 EUR

Der Kurs für alle, die einen Einstieg ins (Chor-)Singen suchen. Sie singen gerne unter der Dusche, trauen sich aber (noch) nicht in einen Chor? Haben keine Zeit für wöchentliche Verpflichtungen? Finden sich vielleicht zu leise oder werden beim Singen manchmal heiser? Sie haben aber Lust auf ein tolles gemeinschaftliches Klangerlebnis und möchten Ihren Stimmklang entspannt verbessern? Dann ist dieser monatliche Kurs, der Chorsingen und Stimmbildung verbindet, genau das Richtige für Sie!



**Singen und Chorsingen am
Vormittag**

Peter Aurisch
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Sich selbst und seinen Körper als Instrument zu entdecken, das ist schon ein wunderbares Erlebnis. Vor allem, wenn das Singen chorisch ist, also mehr als eine Stimme gleichzeitig hat, ist das gemeinschaftliche Klangerleben besonders schön und auch besonders gesund. In einer entspannten, angenehmen Atmosphäre lernen Sie, Ihre Stimme über Körper-, Atem- und Stimmübungen zu öffnen und im Singbereich neu kennen.

Unsere Stücke sind möglichst kurz. Es sind Kanons, leichte Chorsätze aus Pop und Schlager, bekannte Volkslieder, lustige Quodlibets (mehrere Lieder werden zur gleichen Zeit gesungen und es passt trotzdem!), gute Songs aus anderen Kulturen, aus Romantik und Liturgie. Wir singen davon das, was die Teilnehmenden mögen und kennenlernen möchten. Es gibt so viele Lerntricks. Die Teilnehmenden singen zwar meist mit Chorzetteln, brauchen aber für den Kurs keine Notenkenntnisse. Ziel ist es, „Chor“ zu erlernen und Lust und Mut zu bekommen, mitzusingen. Der Dozent ist erfahrener Gitarren- und Gesangslehrer bzw. Chorleiter.

3303

Mittwoch,
18.09.2024
10.30 – 11.45 Uhr
14 Vormittage
70,00 EUR

3304

Mittwoch,
19.02.2025
10.30 – 11.45 Uhr
14 Vormittage
70,00 EUR



Musik

3

3305

Samstag,
23.11.2024

14.00 – 15.30 Uhr
10,00 EUR

Schnupperkurs Singen – Singen macht Freude

Peter Aurisch

Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

3306

Samstag,
22.02.2025

14.00 – 15.30 Uhr
10,00 EUR

"Ich kann nicht singen"! Glauben Sie das? Singen aber im Grunde gerne? Sie werden beim Singen schnell heiser? Ihnen bleibt beim Singen schnell die Luft weg? Dann schnuppern Sie doch mal einen Abend und bekommen so einen Eindruck davon, wie mit gezielten Übungen unter Gleichgesinnten sich all das zum Positiven verändern lässt. Aber nur Übungen sind langweilig. Also setzen wir das Gelernte auch gleich in Lieder um, deren Melodien entweder gut bekannt sind oder schnell ins Ohr gehen.



werden feststellen, dass sich mit wenigen Akkorden viele bekannte Lieder aus den Bereichen Pop, Oldies, Folksongs spielen lassen. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Bringen Sie ihre eigene Gitarre mit, dann starten wir gemeinsam durch.

Cajon-Workshop Trommelseminar für Einsteiger:innen und Fortgeschrittene

Martin Hesselbach

Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Die Cajon, deren Ursprung in Lateinamerika liegt, ist in den letzten Jahren zum beliebtesten Percussionsinstrument avanciert. So einfach wie diese Holzkiste konstruiert ist, so schnell lassen sich auf ihr die verschiedensten Klänge hervorzaubern: Dumpfe mächtige Bässe, scharfe, knatternde Slaps und warme, flüsternde Zwischentöne. Mit einiger Übung können wir praktisch alle Schlagzeug-Grooves mit unseren zwei Händen imitieren und sind in der Lage, jede "unplugged Session" mit unseren Beats zu bereichern. Aber auch alle möglichen Trommeln anderer Kulturen, wie z. B. Congas aus Kuba, die Djembe oder die Sabar Westafrikas, können wir mit der Cajon ersetzen und in diesem Kurs erste Bekanntschaft mit Trommelmusiken dieser Welt machen. Sollte keine eigene Cajon vorhanden sein, kann diese vom Dozenten gestellt werden. Der Kurs eignet sich für Einsteiger:innen und "schon Eingestiegene".

In Kooperation mit der Musikschule Waltrop:

Gitarre für Fortgeschrittene Aufbaukurs

Eberhard Dodt

Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Der Kurs richtet sich an alle, die ihr bereits vorhandenes Wissen erweitern möchten. Bestenfalls habe Sie bereits im letzten Studienjahr die Kurse „Gitarre für den Einstieg und Wiedereinstieg“ besucht. Die ersten einfachen Akkorde sind keine Unbekannten mehr? Das vorhandene Wissen soll nun mit dem Erlernen einfacher Lieder vertieft werden. Sie

neu



3310

Mittwoch,
18.09.2024

19.30 – 21.00 Uhr
10 Abende
87,00 EUR

3311

Mittwoch,
19.02.2025

19.30 – 21.00 Uhr
10 Abende
87,00 EUR



3314

Sonntag,
17.11.2024

11.00 – 15.30 Uhr
42,50 EUR



Der Dozent ist seit Jahren Profi-Musiker, spielte u. a. für Salsa Picante und trommelte bei Musicals wie „Starlight Express“, „We will rock you“ und „Mamma Mia“.



3315

Sonntag,
16.03.2025

11.00 – 15.30 Uhr
42,50 EUR

Instrumente können leihweise zur Verfügung gestellt werden. Gebühr:

3,00 € (direkt beim Dozenten zu entrichten). Bitte bei Anmeldung angeben falls ein Instrument benötigt wird.



Djembe-Workshop: Westafrikanisches Trommeln für Einsteiger:innen

Martin Hesselbach
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Die kelchförmige Djembe gehört zu den beliebtesten afrikanischen Trommeln. In diesem Workshop machen wir mit ihr Musik wie in Afrika! Auch ohne musikalische Vorkenntnisse sind wir am Ende in der Lage, ein eigenes Musikstück in der Tradition der Malinke zu arrangieren und zur Auf-
führung zu bringen.

Nachdem wir die verschiedenen Sounds wie Bass, Open, Slap und die dazugehörigen Anschlagstechniken kennen gelernt haben, können wir mit Hilfe von Signalen schon bald intuitiv kommunizieren. Zuhören und Nachspielen, Fragen und Antworten, ohne Theorie.

Wir lernen unsere ersten Rhythmen und fassen dann zwei Trommelstimmen zusammen. Wie in der Tradition der Malinke fügen wir noch ein paar Bass-Trommelschläge dazu und schon ist unser Djembeorchester komplett und wir sind mittendrin in der musikalischen Welt Afrikas.



Blues Harp Workshop – vom Melodiespiel zum erdigen Blues

Dieter Kropp
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Ursprünglich zum einfachen Melodiespiel gedacht, entwickelte sich die "Blues Harmonica" bzw. "Blues Harp" (= 10-Kanal einfachtönige, diatonische Mundharmonika nach dem "Richter"-System) zu einem facettenreichen Instrument in nahezu allen Musikbereichen. In diesem Workshop werden grundlegende Spieltechniken vermittelt: Einzeltonspiel, die Haltung des Instruments, rhythmische Figuren, Spiel in verschiedenen Tonarten, "straight harp", "cross harp", wichtige Effekte (Vibrato, Bending), das grundlegende 12-Takt-Blues-Schema und einiges mehr, also Kenntnisse, die zur eigenen spielerischen Betätigung und zur selbständigen Weiterführung beitragen. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich! Eigene Instrumente (Blues Harp, Big River Harp, Pro Harp, Special 20 oder ähnliche) bitte in C-Dur mitbringen oder vor Ort erwerben.

Dieter Kropp, freiberuflicher Musiker, ist einer der versiertesten Blues-Harp-Spieler Deutschlands. Seine CD "Herzensbrecher" erhielt 2006 den Preis als bestes deutsches Blues-Album. Zudem ist er Autor der schon in kurzer Zeit zu Standardwerken avancierten Lehrwerke "Dieter Kropp's Blues Harp Schule" und "Dieter Kropp's Blues Harp Songbook".



3316

Sonntag,
09.02.2025
10.00 - 17.30 Uhr
62,00 EUR





Musik



3317

Sonntag,
16.03.2025
11.00 – 14.00 Uhr
62,50 EUR
Instrumente
können leihweise
zur Verfügung
gestellt werden
(Gebühr inkludiert). Bitte bei
Anmeldung
angeben, falls
ein Instrument
benötigt wird.

Ukulele für die ganze Familie Einstiegskurs (ab 8 Jahren)

Dietmar Spatz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Die Ukulele (Hawaiianisch: hüpfender Floh) ist ein preiswertes Instrument und leicht zu erlernen. Eigentlich das ideale Instrument für alle, die einen unproblematischen Einstieg in die Welt der Musik und des eigenen Musizierens suchen. Nach Hawaii ist die Ukulele erst im 19. Jahrhundert gekommen. Ursprünglich stammt sie von der portugiesischen Insel Madeira. Ohne Notenkenntnisse und mit viel Spaß in allen Musikstilen vom Volkslied, Top 40, Blues, Country, Klassik bis hin zu klassischen Ukulele-Songs oder Kirchenliedern – alles lässt sich auf dem kleinen, überschaubaren Instrument interpretieren. Sie erlernen bei dem renommierten Musiker, Musikschulleiter und Ukulele-Spezialisten Didi Spatz Anschlagstechniken und Zupfmuster. Dabei kommt die Rhythmik nicht zu kurz. Wir erarbeiten einen kleinen, aber feinen Konzertplan. Spaß steht an erster Stelle. Just do it.

Didi Spatz hat an vielen CD-Produktionen mitgewirkt und ist bereits im Rundfunk und Fernsehen aufgetreten. Didi Spatz tritt mit seiner neuen Ukulele-Band regelmäßig in NRW auf.

Info:
www.didispatz.de
www.liederspatzen.de

Ukulele für die ganze Familie Aufbaukurs (ab 8 Jahren)

Dietmar Spatz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Sie sollten die normalen Grundakkorde CDur, FDur, GDur im Wechsel auf der Ukulele spielen können. Wir erarbeiten einen kleinen aber feinen Konzertplan. Nach diesem Kurs haben sie eine kleine Songauswahl erarbeitet und können diese daheim zu „Besten“ geben. Es soll auch dazu führen, zuhause autodidaktisch weiter üben zu können. Mit vielen Übungsbeispielen und neuen Anschlag- und Zupfstechniken macht das Ganze sehr viel Spaß. LinkshänderInnen bringen ihre eigene Ukulele mit oder melden sich beim Dozenten direkt.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Kapodaster und ggfs. Plektrum
Didi Spatz hat an vielen CD-Produktionen mitgewirkt und ist bereits im Rundfunk und Fernsehen aufgetreten. Didi Spatz tritt mit seiner neuen Ukulele-Band regelmäßig in NRW auf.



© Dietmar Spatz



3318

Sonntag,
16.03.2025
14.30 – 17.30 Uhr
62,50 EUR
Instrumente
können leihweise
zur Verfügung
gestellt werden (Gebühr
inkludiert). Bitte bei
Anmeldung
angeben, falls
ein Instrument
benötigt wird.



3401
Freitag,
20.09.2024
14.30 – 16.00 Uhr
14 Nachmittage
85,40 EUR

Fit im Kopf und flott in den Beinen durch Tanzsport

Andrea Funder
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

3402
Freitag,
21.02.2025
14.30 – 16.00 Uhr
14 Nachmittage
85,40 EUR

Die Kursleiterin bietet den Teilnehmenden ein ganzheitliches Fitnessprogramm, das durch seine unkomplizierte Vermittlungsmethode besticht. Der schnelle Lernerfolg steigert das Selbstwertgefühl. Tanzsport ist auch ein Gehirntraining zur Bewegungskoordination. Durch regelmäßiges Training wird eine Steigerung der geistigen und körperlichen Fähigkeiten erreicht. Im Vordergrund stehen jedoch auch das allgemeine Wohlbefinden und das Ziel, sich mit Gleichgesinnten rhythmisch zu bewegen.

Die Kurse sind vom Bundesverband konzipiert und für Einzelpersonen besonders geeignet.

Am ersten Kursnachmittag können neue Interessierte kostenlos schnuppern.



3403
Donnerstag,
19.09.2024
16.15 – 17.45 Uhr
14 Nachmittage
85,40 EUR

Erlebnistanz – Tanzsport für jeden und jede

Ruth Schmidt
Städt. Realschule

3404
Donnerstag,
20.02.2025
16.15 – 17.45 Uhr
14 Nachmittage
85,40 EUR

Willkommen sind alle, die Freude an der Bewegung nach Musik haben und an der Vielfalt internationaler Tänze interessiert sind.

Wir tanzen ein gut gemischtes Programm in unterschiedlichen Aufstellungen wie Kolos, Kreistänze,

Squares, Linedance und Gassentänze. Im Vordergrund stehen der Spaß und die Freude am gemeinsamen Tanzen und ganz nebenbei werden Ausdauer und Koordination gefördert. Es ist kein Partner / keine Partnerin erforderlich. Ein kostenloses Schnuppern ist nach Absprache möglich. Die Kursleiterin ist ausgebildete Tanzleiterin im Bundesverband Erlebnistanz.

Line Dance – Für Einsteiger:innen und Fortgeschrittene

Sina Richter
Gesamtschule, Turnhalle Akazienweg (Eingang Krusenhof)

Der Name „Line Dance“ - Tanzen in Linie - ist hier Programm. In diesem Kurs werden verschiedene Tänze und Tanzarten u.a. aus dem Standard und Latein Bereich vereint und als Choreografie in der Gruppe umgesetzt. Der Spaß an Musik, Tanz und Bewegung steht hierbei im Fokus, wobei durch die vielfältige Kombination verschiedener Tänze für jeden Geschmack etwas dabei ist.

Die Kursleiterin ist erfahrene Tanzpädagogin und hat u. a. seit Jahren die Qualifikation als Gesellschaftstanzlehrerin (DTHO). Anmeldungen von Einzelpersonen sind möglich, setzen jedoch die Bereitschaft voraus, mit anderen Einzelpersonen des gleichen oder anderen Geschlechts die Schrittfolgen zu üben.

Erlebnistanz®



3405
Dienstag,
24.09.2024
18.45 – 20.00 Uhr
10 Abende
70,00 EUR

3406
Dienstag,
18.02.2025
18.45 – 20.00 Uhr
10 Abende
70,00 EUR





3409

Mittwoch,
02.10.2024
20.15 – 21.45 Uhr
5 Abende
44,00 EUR

Discofox für Fortgeschrittene

Sina Richter
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Der Discofox ist ein echter Allrounder und kann nahezu auf jeder Party sowie auf Geburtstagen, Veranstaltungen oder Hochzeiten getanzt werden - selbst auf einer sehr kleinen Tanzfläche. Wer bereits die Grundschrirte beherrscht, ist hier genau richtig.

Die Kursleiterin ist erfahrene Tanzpädagogin und hat u. a. seit Jahren die Qualifikation als Gesellschaftstanzlehrerin (DTHO). Anmeldungen von Einzelpersonen sind möglich, setzen jedoch die Bereitschaft voraus, mit anderen Einzelpersonen des gleichen oder anderen Geschlechts die Schrittfolgen zu üben.



Discofox für Anfänger:innen und (Wieder-) Einsteiger:innen

Sina Richter
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Der Discofox ist ein echter Allrounder und kann nahezu auf jeder Party sowie auf Geburtstagen, Veranstaltungen oder Hochzeiten getanzt werden - selbst auf einer sehr kleinen Tanzfläche. Der einfache Grundschrirte, die vielfältigen Figuren und die beliebte Musik machen den Reiz des Discofox aus. Wer sich also gerne zu Musik bewegt und das Tanzen erlernen möchte, ist hier genau richtig und findet mit diesem Kurs einen guten (Wieder-) Einstieg in den Discofox.

3410

Mittwoch,
02.04.2025
20.15 – 21.45 Uhr
5 Abende
44,00 EUR



**Die VHS frischt auf den Tanz,
es freu'n sich Liesel und der Hans.**



3412
 Mittwoch, 27.11.24,
 4.12.24, 11.12.24,
 15.1.25, 22.1.25,
 29.1.25
 20.15 – 21.45 Uhr
 6 Abende
 52,00 EUR

Cha-Cha-Cha und Rumba für Anfänger:innen

Sina Richter
 Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Der Cha-Cha-Cha zeigt einen koketten Flirt zwischen den Tanzpartnern, die in offener und geschlossener Position miteinander spielen. Durch den 4/4-Takt kann er ganz alltags-tauglich zu moderner Disko-, Pop-, oder Chartmusik getanzt werden. Die Rumba gilt als Tanz der Liebe und als kleine Schwester des Cha-Cha-Cha, da hier die gleichen Figuren in einer verträumteren und sinnlicheren Version vertanzt werden.

Die Kursleiterin ist erfahrene Tanzpädagogin und hat u. a. seit Jahren die Qualifikation als Gesellschaftstanzlehrerin (DTHO). Anmeldungen von Einzelpersonen sind möglich, setzen jedoch die Bereitschaft voraus, mit anderen Einzelpersonen des gleichen oder anderen Geschlechts die Schrittfolgen zu üben.

Cha-Cha-Cha und Rumba für Fortgeschrittene

Sina Richter
 Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Wenn Sie bereits die Grundschrirte des Cha-Cha-Cha und Rumba beherrschen, sind Sie hier genau richtig.

Salsa Solo – Basics für Anfänger:innen - Schnupperkurs

Sina Richter
 Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Salsa Solo richtet sich an alle, die unabhängig von einem Partner Salsa lernen wollen. Dieser Schnupper-Workshop für Anfänger:innen bietet eine gute Möglichkeit, um einen ersten Einblick in diesen lebendigen Tanz zu erhalten und die eigene Freude daran zu wecken. Mit einfachen Techniken werden zu rhythmischer Salsa-Musik verschiedene Abfolgen erlernt, die nach und nach zu einer zusammenhängenden Choreografie verbunden werden. Vorkenntnisse sind hierbei nicht erforderlich.

3413
 Mittwoch,
 19.02.2025
 20.15 – 21.45 Uhr
 5 Abende
 44,00 EUR



3415
 Sonntag,
 17.11.2024
 12.00 – 15.00 Uhr
 22,50 EUR

3416
 Sonntag,
 16.03.2025
 12.00 – 15.00 Uhr
 22,50 EUR





Fotografie

Raus aus der Automatik Fotografie-Grundkurs

Waldemar Plettau
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

"Ich habe eine tolle Kamera, aber fotografiere im Automatik-Modus". In diesem Workshop werden zur optimalen Bedienung einer digitalen Spiegelreflex- oder spiegellosen Systemkamera die grundlegenden Funktionsweisen einer Kamera besprochen. Begriffe wie Blende, Verschlusszeit, Iso, Weißabgleich, Tiefenschärfe, Brennweite... werden leicht verständlich und anhand von Beispielbildern und vielen praktischen Übungen erklärt. Die Teilnehmenden beschäftigen sich in diesem Kurs außerdem mit den sogenannten "Gestaltungsregeln" und der Frage: "Wie erhalte ich spannendere Bilder direkt aus der Kamera ohne stundenlanges Nachbearbeiten im PC?". Weiterhin werden die Teilnehmenden ihr neues Wissen direkt während verschiedener Innen- und Außenaufnahmen (bitte an wetterfeste Kleidung denken) umsetzen können. Mitzubringen sind: Spiegelreflex- oder Systemkamera inklusive Zubehör und aufgeladenem Akku.



Raus aus der Automatik Fotografie-Aufbaukurs

Waldemar Plettau
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

"Hurra, ich habe den 'Automatik-Modus' meiner Kamera verlassen, und jetzt ...?" Dieser Workshop richtet sich an alle, die bereits den Grundkurs besucht haben oder ein gutes Grundwissen haben (Blende, Verschlusszeit, Iso sollten keine Fremdwörter mehr für die Teilnehmenden sein) und ihr Wissen vertiefen möchten. Nach einer kurzen Wiederholung werden die Teilnehmenden intensiv mit den Belichtungsprogrammen "Zeitautomatik", "Blendautomatik" und "Manueller Modus" arbeiten. In vielen praktischen, leicht verständlichen Übungen, anhand von Innen- und Außenaufnahmen (bitte an wetterfeste Kleidung denken), erhalten sie Sicherheit im Umgang mit der eigenen Kamera. Die praktischen Übungen beinhalten verschieden Fotomotive wie z. B. Porträt-, Landschafts-, Nachtfotografie.... Die Teilnehmenden erlernen das Erkennen typischer "Fotofallen" und wie sie diese vermeiden. Anhand einer Bildbesprechung können die eigenen Bilder in der Gruppe analysiert werden, etwa unter der Fragestellung: "Was ist mir gut gelungen, und was kann ich das nächste Mal vielleicht noch besser machen". Dafür benötigen die Teilnehmenden max. 2 - 3 Bilder (p.P.) auf einem Speichermedium (USB-Stick, SD-Card). Mitzubringen sind: Spiegelreflex- oder Systemkamera inklusive Zubehör und aufgeladenem Akku.



3502
Sonntag,
02.02.2025
09.30 – 12.30 und
13.30 – 16.30 Uhr
41,00 EUR





Kreatives Gestalten

3601

Montag,
16.09.2024
17.45 – 20.15 Uhr
11 Abende
124,00 EUR

Mal- und Zeichenatelier

Annika Döring
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

3602

Montag,
17.02.2025
17.45 – 20.15 Uhr
11 Abende
124,00 EUR

Dieser Kurs bietet neuen und erfahrenen Hobbykünstler:innen die Möglichkeit, unabhängig von einem festen Lehrprogramm, eigene Bildideen und Techniken zu entwickeln und umzusetzen. Ziel ist es, dass die Teilnehmenden, aufbauend auf ihren Kenntnissen, Fähigkeiten in der Loslösung vom realistischen Abbild und der Abstraktion entwickeln und anwenden. Das Mal- und Zeichenatelier bietet seinen Teilnehmenden die Möglichkeit, eigene kreative Ideen in die Tat umzusetzen bzw. nach einer selbst gewählten Vorlage und Idee zu arbeiten.

Willkommen zu dieser fortlaufenden Werkstatt sind Menschen jeglicher künstlerischer Qualifikation sowie Teilnehmende ohne entsprechende Vorerfahrung.

Die Kursleiterin bietet hierbei individuelle zeichnerische sowie material- und farbtechnische Hilfestellung. Wichtiger Bestandteil der Arbeit in der Werkstatt ist auch die Analyse der Bilderergebnisse in der bzw. durch die Gruppe. Die Kursleiterin war mit einem Stipendium der Dr. Éva Kahán Foundation als „Artist in Residence“ in der Toskana. Die Teilnehmenden werden gebeten, das gewünschte Material (Leinwand oder Papier, Kreide oder Farbe) mitzubringen. So können alle ihren persönlichen Neigungen entsprechend malen.



Kalligrafie – Die Kunst des schönen Schreibens

Christel Winterkemper
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Die kreative Tätigkeit des Schreibens ist durch Drücken von Tasten gefährdet. Umso mehr freut man sich über einen handgeschriebenen Umschlag im Briefkasten, und der Wunsch, eine Einladung, eine Grußkarte, ein Namensschild selber schön schreiben zu können, wächst.



© Winterkemper, Christel

Der Kurs wendet sich an Personen, die Spaß am Schreiben und der Gestaltung mit Schrift haben. Das bedeutet nicht, dass eine schöne Handschrift die Voraussetzung zum Kalligrafieren ist. Begonnen wird mit der „jungen“, eleganten Schrift „Art deco“, die für Anfänger:innen besonders geeignet ist. Nach Erlernen der Grundformen ergibt sich ein weites Feld mit vielen Möglichkeiten. Es werden verschiedene Wort- und Schreibübungen gemacht um am Ende eigene Grußkarten (z.B. Weihnachtskarten), Texte etc. entstehen zu lassen. Hier können Farbe und farbiges Papier zum Einsatz kommen. Mitzubringen sind: 1 Zeichenblock A3,



3605

Dienstag,
24.09.2024
17.00 – 20.00 Uhr
6 Abende
88,60 EUR





Handwerk

Bleistift 2B, Fineliner, Lineal, Geodreieck, Federhalter, Radiergummi. Im Verlauf des Kurses können weitere Materialkosten entstehen, die mit der Dozentin abgerechnet werden.

Diese studierte Grafikdesign in Dortmund und unterrichtete u.a. Kunst an der VHS Dortmund. Sie ist Mitglied in mehreren Gesellschaften für Kalligrafie.

3701 Klöppeln für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

3701
Donnerstag,
5.9.24, 19.9.24,
7.11.24, 28.11.24,
12.12.24 und
16.01.25
jeweils von
17.30 – 19.45 Uhr
72,40 EUR

Ulrike Voelcker
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Klöppeln ist doch nur etwas für ältere Damen mit viel Geduld, die Deckchen herstellen?! Weit gefehlt. Vom modernen Collier bis zum Weihnachtsengel ist alles möglich. In einer harmonischen Gruppe lernt jede/r das, was seinem/ihrer Wissensstand und Geschmack entspricht. Von Anfängern bis zu Experten, von Trachtenspitze bis zum textilen Kunstwerk ist in unserer Gruppe alles vertreten und alles für Sie drin!

Die Dozentin ist seit Jahrzehnten erfahrene Klöpplerin und leitet zahlreiche Workshops und Fortbildungen weltweit.

Anfänger:innen sind willkommen und melden sich bitte bei der Kursleiterin betreffs Material (0234/264174).

Die Grundausstattung für Neuanfänger:innen kostet ca. 50 EUR inkl. Lehrbuch.

Goldschmiede-Kompaktkurs Einführung in die Goldschmiedekunst

Katja Osterhoff-Genz
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Tauchen auch Sie ein in das Kunsthandwerk des Gold- und Silberschmieds und entwerfen Sie Ihren eigenen Schmuck. Unter der professionellen Anleitung der Goldschmiedemeisterin Katja Osterhoff-Genz aus Haltern am See erlernen Sie die Grundtechniken dieses Handwerks wie das Sägen, Feilen, Schmieden, Punzieren, Schmirgeln, Polieren, Ziselieren u. v. m..

In diesem Kompaktkurs werden Sie in 4 Zeitstunden ein eigenes Schmuckstück schmieden, ob es ein ausgefallener Ring, ein Kettenanhänger, ein Kreuz oder einzigartige Ohringe sind. In allen Fällen ist es ein Unikat - gefertigt von Ihren Händen.

Die Einführung in die verschiedenen Oberflächenbearbeitungen gibt die Möglichkeit der persönlichen, individuellen Note jedes Schmuckteils.

Schmuckreparaturen oder -umarbeitungen können aus zeitlichen Gründen nicht vorgenommen werden. Weitere Informationen finden Sie auch unter: www.mobile-goldschmiedekurse.de

Die individuellen Materialkosten (Silber zwischen 40 – 80 €) sowie eine Werkzeugumlage von 10 € sind direkt am Kursende bar oder per Karte zu begleichen.



3710
Sonntag,
01.12.2024
11.00 – 15.00 Uhr
54,00 EUR

3711
Sonntag,
30.03.2025
11.00 – 15.00 Uhr
54,00 EUR





Nähen

3801

Dienstag,
05.11.2024
18.45 – 21.45 Uhr
6 Abende
93,40 EUR

Grundkurs Nähen

Regina Klomfaß
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

3802

Dienstag,
21.01.2025
18.45 – 21.45 Uhr
6 Abende
93,40 EUR

Diese Grundkurse sind für alle Teilnehmenden bestimmt, die Grundbegriffe des Nähens in Theorie und Praxis erlernen wollen. Auch Teilnehmende mit Vorkenntnissen können diese Kurse besuchen. Es werden Kleidungsstücke nach einfacher Grundform hergestellt. Die Grundschnitte sind großzügig und gerade geschnitten, so dass sie besonders leicht zu nähen sind und dennoch Möglichkeiten der eigenen Ausgestaltung offen lassen. Die Schnittmuster werden von der Dozentin gestellt. Bitte denken Sie daran, bereits zum ersten Abend, die von Ihnen benötigten Materialien mitzubringen (Maschine kann gestellt werden).

Es wird empfohlen, vor Kursbeginn die Kursleiterin, Frau Klomfaß, zu kontaktieren (Tel.: 02309-4488).

Mitzubringen sind: Schere, Maßband, Kreide, Stoff, Nähadeln.

In diesem Kleingruppenkurs werden auch Hilfestellungen gegeben für Reparaturen und Änderungen.

Zuschneiden und Nähen in Kleingruppen

Beate Lang
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Teilnehmende, die Grundkenntnisse im Nähen haben, sind in diesen Kleingruppenseminaren genau richtig. Die Arbeit in Kleingruppen (6 bis 8 Personen) soll Grundkenntnisse des Nähens erweitern und das Anfertigen von schwierigeren Kleidungsstücken sowie Änderungen vermitteln. Es werden Kleidungsstücke nach Wunsch gefertigt, auch Kinderkleidung und Modelle für stärkere Figuren.

Mitzubringen sind: Schere, Maßband, Kreide, Stoff, Nähadeln.

3803

Dienstag,
17.09.2024
15.00 – 18.00 Uhr
10 Nachmittage
159,00 EUR

3804

Dienstag,
18.02.2025
15.00 – 18.00 Uhr
10 Nachmittage
159,00 EUR

3805S

Dienstag,
27.05.2025
15.00 – 18.00 Uhr
5 Nachmittage
80,00 EUR



Ansprechpartnerin **Alexandra Wittor**

Sprachen vier

sprachenforum
sprachenberatung
wichtige hinweise zu den sprachkursen
europäischer referenzrahmen
englisch
französisch
spanisch
italienisch
niederländisch
sonstige sprachen
alphabetisierung
deutsch als fremdsprache



In der Welt zu Hause – Sprachen lernen in der Volkshochschule

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa, erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Das Beherrschen von Herkunft- und Fremdsprachen gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Wie keine andere Bildungseinrichtung deutschlandweit unterstützen die Volkshochschulen die Menschen dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit auch das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biografie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen (von A1 bis C2) und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht. Näheres zum GER finden Sie nach dem Abschnitt „Sprachenforum“.





Sprachenforum

4001

Sonntag,
24.11.2024
15.30 – 19.45 Uhr
16,00 EUR



Toskana – länderkundlich-kulturelles Seminar Stufe A1/A2

Teresa Pollara-Gennaro
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Bei diesem Seminar erfahren Italiener (mit Italienischkenntnissen oder ohne) Wissenswertes über die italienische Region Toskana und ihre kulinarischen Spezialitäten. Die hügelige Landschaft der Toskana, die Zypressen, Weinberge sowie die mittelalterlichen Städte machen aus der Toskana eine der schönsten Regionen Italiens, die in aller Welt bekannt ist für ihre Kunstschatze, Persönlichkeiten, Städte, Landschaft, kulinarischen Leckerbissen, die mit den weltberühmten Weinen genossen werden. An diesem Nachmittag wird die Landschaft aus der Sicht der Einheimischen vorgestellt, die ihr Land lieben und stolz auf ihre Weine und deren Anbau sind. Ferner gibt es die Möglichkeit, einige dieser Weine und Rezepte zu probieren.

Für diese Degustation sind zu Beginn der Veranstaltung bei der Referentin eine Verzehrpauschale von 8,00 EUR zu entrichten.

Das Seminar ist auch eine Einstimmung auf die VHS-Studienreise zur Toskana vom 14. bis 21. Mai 2025.

Im Rahmen der länderkundlichen Matinéen und mit Unterstützung der Sparkasse Vest in Waltrop:

Paris secret et insolite Vortrag in leichtem Französisch

Ralf Petersen
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Tout le monde semble connaître Paris, mais la célèbre capitale de la France réserve encore beaucoup de surprises aux visiteurs curieux et avisés, qui ne suivent pas les sentiers traditionnels et touristiques. Lors de cette conférence nous allons découvrir des endroits charmants, émouvants et passionnants, par exemple la Grande Galerie de l'Evolution, la Fondation Louis Vuitton, le romantique canal St. Martin, le quartier de Bercy et Tolbiac, la Mosquée de Paris, le jardin André Citroën et la nouvelle Samaritaine. Mais on verra également le sous-sol avec les catacombes et la canalisation et on fera du vélo à Paris!



4002

Sonntag,
02.02.2025
10.30 – 12.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse





4003

Freitag,
14.03.2025
18.30 – 21.30 Uhr
19,50 EUR
inkl. 1 Glas Wein



Cinéma en France – Apprendre le français avec des courts-métrages

Dominique Picard
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Anders Französisch lernen: Kurzfilme bieten einen unverfälschten Bezug zur sprachlichen Realität frankophoner Länder. Die ausgesuchten Beispiele befassen sich mit aktuellen gesellschaftlichen Themen und ermöglichen einen anderen Zugang zur französischen Sprache: Hörverstehen, Diskussionen, gemeinsame Analysen in zwangloser Atmosphäre fördern und erweitern die sprachliche Kompetenz der Teilnehmenden.

Im Rahmen der länderkundlichen Matinéen und mit Unterstützung der Sparkasse Vest in Waltrop:

Oh, qué bonito es Panamá Vortrag in leichtem Spanisch

Franco Tous
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Panamá – una perla hermosa de América Central.

En esta presentación queremos lanzar una mirada a un pequeño pero hermoso país de Centroamérica. Sus hermosas playas, costumbres, tradiciones así como el encanto de su gente son algunos de los aspectos de esta presentación.

Los esperamos para conocer un poco más la cultura latinoamericana de la mano de Panamá.



4004S

Sonntag,
11.05.2025
10.30 – 12.30 Uhr
8,50 EUR
Vorverkauf
10,00 EUR
Tageskasse



A woman with long brown hair tied back, wearing blue scrubs and a dark green cardigan, is shown in profile. She is drinking from a white mug with her right hand and holding a smartphone in her left hand. A red bag strap is visible over her shoulder. The background is a plain, light-colored wall.

Früh raus? Geht besser zusammen!

**RADIO AN
SEI DABEI**

WIR SIND DER WESTEN

Der FilmClub ist eine private Initiative zur Förderung der Filmkunst im OstVest. Alle FilmClub-Veranstaltungen sind private Vorführungen. Daher ist es notwendig, Club-Mitglied zu werden.

Für einmalig nur 1,- € Aufnahmegebühr gibt es einen Club-Ausweis für die ganze Familie. Sie besuchen die Film-Veranstaltungen Ihrer Wahl und zahlen eine Kostenbeteiligung von 4,- € pro Person, weiter nichts! Beitrittserklärungen liegen 30 Minuten vor Beginn der FilmClub-Veranstaltungen im Bücherwurm aus. Der FilmClub freut sich immer am ersten Dienstag eines Monats auf Sie und auf Ihre Filmwünsche – und wünscht gute Unterhaltung.

4006Dienstag,
05.11.2024

19.30 – 22.00 Uhr

5,00 EUR

für Mitglieder des

Filmclubs:

4,00 EUR

Kein VVK, Tickets
sind ausschließ-
lich vor Ort an
der Abendkasse
erhältlich

In Kooperation mit dem FilmClub
OstVest:

Filmabend: "The Book of Eli"

Buchhandlung Bücherwurm,
Castroper Str. 33, 45711 Datteln

Amerika 2044: Dreißig Jahre sind vergangen seit ein Krieg den Himmel in Stücke gerissen hat. Nur wenige Überlebende hausen noch in einer von Zerstörung und Misstrauen erfüllten Welt, die von gesetzlosen Banden beherrscht wird. Die letzte Hoffnung der Menschheit liegt in den Händen des Einzelgängers Eli (Denzel Washington), der auf seiner Reise gegen Westen ein mysteriöses Buch bei sich trägt. Als der skrupellose Carnegie (Gary Oldman) das Buch mit aller Gewalt an sich reißen will, gelingt Eli die Flucht mit der jungen Solara (Mila Kunis). Doch schon bald werden sie von Carnegies Männern umstellt, die Eli und Solara ein äußerst explosives Waffenarsenal entgegen setzen.

Verenigte Staaten 2010, Regie: Albert und Allen Hughes, 118 Minuten, FSK ab 16 Jahren





Sprachenforum

4007

Dienstag,
04.02.2025

19.30 – 22.00 Uhr
5,00 EUR

für Mitglieder des
Filmclubs:
4,00 EUR

Kein VVK, Tickets
sind ausschließ-
lich vor Ort an
der Abendkasse
erhältlich

In Kooperation mit dem FilmClub
OstVest:

Filmabend: "James Bond – Keine Zeit zu sterben"

Buchhandlung Bücherwurm, Castro-
per Str. 33, 45711 Datteln

In einem Rückblick dringt der mas-
kierte Lyutsifer Safin in ein abge-
legenes Haus in Norwegen ein, in
dem er Mr. White sucht, der seine
ganze Familie ausgelöscht habe. Da
White nicht anwesend ist, erschießt
er dessen Frau. Ihr Kind, die junge
Madeleine Swann, hat sich versteckt
und schießt auf ihn. Sie schleppt den
vermeintlich Toten nach draußen in
den Schnee, doch Safin kommt wie-
der zu sich, und Madeleine flüchtet
auf einen zugefrorenen See. Als das
Mädchen in das Eis einbricht und zu
ertrinken droht, rettet Safin es.

*USA/GB 2021, Regie: Carl Joji Fuku-
naga, 163 Minuten, FSK ab 12 Jahren*

In Kooperation mit dem FilmClub
OstVest:

Filmabend: "Dune Part One"

Buchhandlung Bücherwurm, Castro-
per Str. 33, 45711 Datteln

Paul Atreides (Timothee Chalamet)
siedelt gemeinsam mit seinem Va-
ter Herzog Leto (Oscar Isaac), seiner
Mutter Lady Jessica (Rebecca Fergu-
son) und dem gesamten Hausstand
des Adelshauses Atreides auf den
Planeten Arrakis um, der auch als
Dune bekannt ist. Dort sollen die At-
reides sicherstellen, dass das Spice,
eine Droge, die intergalaktische Rei-
sen erst möglich macht und nur auf
Arrakis zu finden ist, weiter abgebaut
wird. Doch die Reise nach Arrakis
entpuppt sich als Falle. Paul muss
gemeinsam mit seiner Mutter in die
endlosen Wüsten von Dune fliehen,
wo er auf die geheimnisvollen Fre-
men um deren Anführer Stilgar (Ja-
vier Bardem) und die furchtlose Chani
(Zendaya) trifft.

*USA 2021, Regie: Denis Villeneuve, 155
Minuten, FSK ab 12 Jahren*

4008S

Dienstag,
06.05.2025

19.30 – 22.00 Uhr
5,00 EUR

für Mitglieder des
Filmclubs:
4,00 EUR

Kein VVK, Tickets
sind ausschließ-
lich vor Ort an
der Abendkasse
erhältlich



Persönliche Anmeldung zu den Sprachkursen

Alle neuen Teilnehmenden melden sich bitte persönlich zu folgenden Zeiten an:

Donnerstag, 05.09.2024 um 17.00 – 19.00 Uhr

Dienstag, 04.02.2025 um 15.00 – 17.00 Uhr

Eine individuelle Terminabsprache ist ebenfalls möglich:

Alexandra Wittor

a.wittor@vhs-waltrop.de

Tel.: 02309 9626-14

Bisherige Teilnehmende, die **Fortsetzungskurse** anmelden möchten, erledigen dies bitte im Rahmen der Wiederanmeldung (im Kurs), online, per E-Mail oder telefonisch. Interessierte für "kleinere" Sprachen (Niederländisch etc.) können sich jederzeit online oder persönlich anmelden.

Warum die persönliche Anmeldung?

- Weil wir die echten Anfänger:innen schützen wollen.

Anfänger:innen werden häufig entmutigt, wenn andere Kursteilnehmende bereits Vorkenntnisse haben und der Kurs möglicherweise in einem zu schnellen Tempo vorangeht.

- Weil sich die Teilnehmenden mit Vorkenntnissen nicht langweilen sollen.

Teilnehmende mit Vorkenntnissen (die »unechten« Anfänger:innen) stufen sich selbst meist zu niedrig ein. Sie langweilen sich dann, weil sie zu wenig gefordert werden und brechen den Kurs möglicherweise enttäuscht ab.

- Weil auch die Fortgeschrittenen den richtigen Kurs finden sollen.

Teilnehmenden, die sich -wenn auch vor langer Zeit- schon mit der Fremdsprache beschäftigt haben, wollen wir helfen, die für sie passende Lernstufe zu finden.

- Weil wir allen Teilnehmenden wichtige Informationen geben wollen.

Informationen über die Art und Weise des Sprachunterrichts an der Volkshochschule und über Lehrbücher sowie Tipps können wir Ihnen am besten in einem persönlichen Gespräch geben, in dem auch Sie Gelegenheit zu Rückfragen haben.

Wenn Sie über fremdsprachliche Vorkenntnisse verfügen und feststellen wollen, welche Stufe die richtige für Sie ist, nutzen Sie gern die Selbsteinschätzung zu den von uns verwendeten Lehrwerken. Die Stufenzuordnung finden Sie unter unseren Kursdetails. **Gerne können Sie auch telefonisch beraten werden.**

Kontakt:

Alexandra Wittor
Studienbereich Sprachen
Telefon: 02309 9626-14
E-Mail: a.wittor@vhs-waltrop.de

Links zu Selbsteinschätzung Fremdsprachen:

Englisch:

English Elements, Hueber-Verlag,
https://www.hueber.de/seite/teacher_tests_eel
Great! A2, Klett Verlag
http://www.klett-sprachen.de/great/r-1/129#reiter=mediathek&dl_niveau_str=A2&dl_kategorie=48

Französisch:

Voyages, Klett Verlag, Couleurs de France, Klett Verlag
<http://www.klett-sprachen.de/downloads/einstufungstests/einstufungstests-franzoesisch/c-709>

Spanisch:

Camino, Klett Verlag
Con Gusto, Klett Verlag
<http://www.klett-sprachen.de/downloads/einstufungstests/einstufungstests-spanisch/c-710>

Italienisch:

Allegro, Klett Verlag
Con piacere, Klett Verlag
<http://www.klett-sprachen.de/downloads/einstufungstests/einstufungstests-italienisch/c-841>

Niederländisch:

Welkom!, Klett Verlag
<http://www.klett-sprachen.de/downloads/einstufungstests/einstufungstests-niederlaendisch/c-844>

Kursdauer

Alle wöchentlichen Kurse finden über 14 Termine statt. Jahreskurse beginnen im September und gehen in der Regel über 28 Termine.

Ratenzahlungen

Insbesondere bei den Jahreskursen im Sprachbereich besteht die Möglichkeit einer Teilzahlung der Kursgebühr. Somit werden 50 % im Herbst und 50 % im Frühjahr fällig. Die Anmeldung gilt gleichwohl für den gesamten Kurs und auch bei vorzeitigem Verlassen bleibt die Zahlungsverpflichtung bestehen. Wenn Sie von der Teilzahlung Gebrauch machen möchten, lassen Sie es uns bei Ihrer Anmeldung wissen.

Sprachkurs mit Muße

Die Sprachkurse „lernen mit Muße“ finden am Vormittag statt und sind speziell für ältere Personen konzipiert. Sie haben eine längere Dauer von drei Unterrichtsstunden und ermöglichen das Lernen mit Gelassenheit und Ruhe. In den Muße-Kursen gibt es eine kurze Pause die zur Erfrischung oder zum Verweilen im neuen Lesegarten des Dritten Ortes genutzt werden kann. Die Sprachkurse mit Muße zeichnen sich durch ein mit der Lerngruppe individuell abgestimmtes Tempo und kein rigides Curriculum aus.

Tipps und Tricks

Belegen Sie keine Fremdsprachenkurse ohne Beratung oder Selbsteinschätzung durch einen Online-Test! Fremdsprachen werden vor allem beim Sprechen gelernt – daher bleiben insbesondere zu Beginn die Lehrbücher häufiger zu oder werden nur punktuell genutzt.

Lernen Sie aus Ihren Fehlern! – Diese bringen Sie weiter und fördern den Lernfortschritt.

Üben Sie bei jeder Gelegenheit – Wiederholung außerhalb der Kursstunden helfen bei der Verstärkung des Gelernten.

Lernen Sie neue Begriffe im Zusammenhang, statt einzeln.

Dozierende – Wer unterrichtet Sprachen bei der VHS?

Wer unterrichtet Fremdsprachen? Unsere Kursleitenden im VHS-Sprachenbereich sind erfahrene Fremdsprachenlehrende, die bei uns und/ oder andernorts in der Erwachsenenbildung arbeiten und in der Sprachvermittlung pädagogisch und didaktisch geschult sind. Viele unter ihnen verfügen über ein Fremdsprachenstudium oder eine Dolmetscher-/ Übersetzerausbildung, manche haben über Monate oder Jahre im Ausland gelebt bzw. studiert und nicht wenige sind Muttersprachler:innen. Als sog. „native speakers“ verkörpern sie in besonderer Weise Kultur und Sprache ihrer Herkunftsländer. Ferner haben viele unserer Dozent:innen an der NRW-weiten und international anerkannten Basisqualifikation für Fremdsprachenlehrkräfte bzw. der Erwachsenenpädagogischen Grundqualifikation (EPQ) teilgenommen. Sie haben sich Hospitationen unterzogen und besuchen Fortbildungen, wie sie von uns, von Nachbarvolkshochschulen oder Lehrbuchverlagen angeboten werden. Zudem können sie in unserem Haus auf ein breit gefächertes Technik- und Medienangebot zurückgreifen, auf von uns abonnierte Fremdsprachenzeitschriften sowie eine umfassende Mediathek. Sprachen lernen in der Volkshochschule Waltrop heißt: Professionell lernen, ohne das Wichtigste zu verlieren: den Spaß an der S(pr)ache...!

Lingua – Plus**Sprachen lernen in der Kleingruppe**

Die Lerngruppen im Sprachenbereich in der Volkshochschule Waltrop sind auf maximal 18 Teilnehmende ausgerichtet, jedoch wird diese Gruppengröße nur selten erreicht. Die durchschnittliche Gruppengröße liegt in vielen Kursen bei 8 bis 10 Personen. Mindestteilnehmerzahl von 8 wird jedoch immer häufiger unterschritten. Wir wollen das Erlernen der Fremdsprache trotzdem ermöglichen und nehmen den Wunsch weniger Interessierter, ihre Sprachkenntnisse zu erweitern, sehr ernst. In vielen Fällen können wir Sprachinteressenten anbieten, nach dem sogenannten „Lingua-Plus-Modell“ der Volkshochschule Waltrop weiter zu lernen. Das bedeutet auf Ebene der Gebühren, dass die Teilnehmenden – wenn sie einverstanden sind – eine Zuzahlung je nach Gruppengröße in unterschiedlicher Höhe leisten. Dieses Angebot gilt für Lerngruppen von 4 bis 7 Personen. Der Vorteil liegt in einem intensiveren Lernen als Kleingruppe und in der Tatsache, dass so auf die individuellen Bedürfnisse und Fragen eingegangen werden kann. Die VHS behält sich vor, einzelnen Kursen das Lernen unter „Lingua-Plus“ als freiwilliges Angebot vorzuhalten. Wir ermöglichen angemeldeten Teilnehmenden in solchen Fällen, d. h. bei zu geringer Teilnehmerzahl, selbstverständlich auch die Variante, sich gegen die Mehrkosten und die Kleingruppe zu entscheiden.

Die VHS-Sprachkurse – Was dürfen Sie erwarten?

Wir wollen Sie befähigen, sich in der Zielsprache in alltäglichen Situationen mündlich und schriftlich zu behaupten; das bedeutet: Einkaufen, nach dem Weg fragen, Kontakte knüpfen, Informationen und Meinungen austauschen usw., wobei der Fokus auf praktische mündliche Fertigkeiten liegt.

In den Kursen werden zudem Wortschatz und Grammatik geübt. Es wird jedoch nicht Wort für Wort übersetzt und Grammatik oder Vokabeln „gepaukt“. Vielmehr wird durch Beispiele, alltägliche Situationen, Redewendungen sowie Übungen das Sprechen miteinander in der Zielsprache gelernt. Sie lernen zusammen mit anderen; das dient nicht nur dem Lernziel, sondern kann auch sehr viel Spaß bringen.

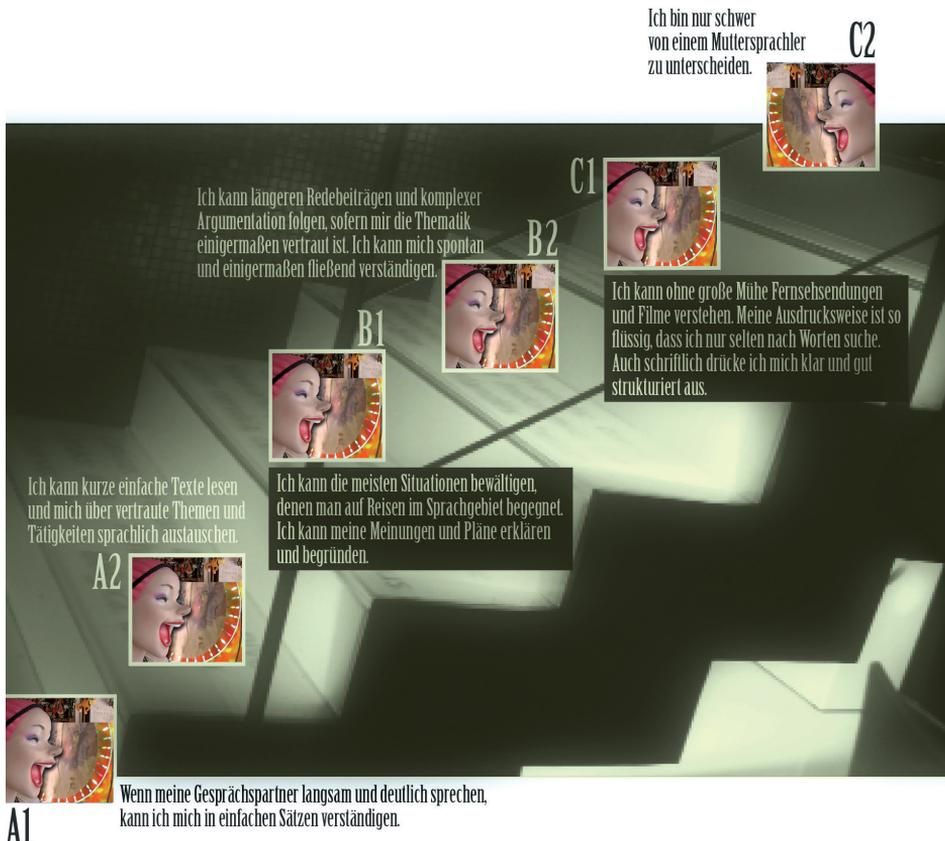
Die Arbeitsweise berücksichtigt individuelle Gegebenheiten und soll Sie nicht überfordern. Jedoch lässt sich eine Sprache nicht ohne Mühe ganz schnell lernen, wie es manchmal in der Werbung versprochen wird. Bei aktiver Mitarbeit dauert es in einem Standardkurs häufig zwei Jahre, um ein Lehrwerk durchzuarbeiten und solide und nützliche Grundkenntnisse zu erwerben. Erste Erfolge stellen sich oftmals nach wenigen Wochen ein. Fordern Sie unsere Kursleitenden ruhig auf, Ihnen Hausaufgaben vorzuschlagen. Ein bis zwei Stunden sollten Sie wöchentlich zur Nachbereitung in Ihrer Freizeit einplanen.

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Die Stufenbezeichnungen – bei den einzelnen Kursen ausgewiesen – orientieren sich an den Vorgaben des Europarats. Die Länder in Europa haben sich auf eine Beschreibung von sechs Kenntnisstufen (von A1 bis C2) geeinigt, die allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage dient.

Dieser „Gemeinsame Europäische Referenzrahmen“ (GER) ist aus der Erkenntnis heraus entstanden, dass es ein geeintes Europa nur dann geben kann, wenn die Kommunikation der Europäer untereinander besser wird. Der Referenzrahmen wurde entwickelt, um insbesondere Sprachkompetenz in einer europaweit gültigen Skala messbar zu machen.

Mit Hilfe der Kompetenzstufen sind die Lernziele einer jeden Stufe formuliert. So wird transparent und differenziert dargestellt, inwieweit Teilnehmende beruflichen und privaten Gesprächssituationen gewachsen sind.





Englisch

4



Englisch III - Jahreskurs - Stufe A1/A2

Rahel Rosenbaum
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Great! A1

4102

Montag,
16.09.2024
18.30 – 20.00 Uhr
28 Abende
191,80 EUR

Sprachkursberatung:

05.09.2024, 17.00 – 19.00 Uhr
04.02.2025, 15.00 – 17.00 Uhr

Individuelle Terminabsprache:

Alexandra Wittor
a.wittor@vhs-waltrop.de
Tel.: 02309 9626-14

4101

Dienstag,
17.09.2024
18.30 – 20.00 Uhr
28 Abende
191,80 EUR

Englisch I Basiskurs für Anfänger:innen und Wiedereinsteiger:innen - Jahreskurs - Stufe A1

Rahel Rosenbaum
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Dieser Kurs ist für Personen gedacht, die noch nie oder vor langer Zeit Englisch gelernt und nicht angewandt haben. Nach erfolgreich besuchtem Jahreskurs haben Sie die englische Sprache kontinuierlich gelernt und können elementare und anwendbare Kenntnisse vorweisen. Das Lehrbuch wird im Kurs besprochen. Bitte melden Sie sich persönlich zum Sprachkurs an und lassen sich gern zuvor kostenfrei hier beraten.



English Intermediate - Jahreskurs - Stufe B1

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Lektüre

4103

Donnerstag,
19.09.2024
18.00 – 19.30 Uhr
28 Abende
191,80 EUR





Englisch

4

4104

Mittwoch,
18.09.2024
18.30 – 20.00 Uhr
14 Abende
99,40 EUR

**English Evening
Conversation
Stufe B2**

Holger Brune
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Lektüre etc.

4105

Mittwoch,
19.02.2025
18.30 – 20.00 Uhr
14 Abende
99,40 EUR



4106

Mittwoch,
18.09.2024
09.30 – 11.00 Uhr
14 Vormittage
99,40 EUR

**Wednesday Morning
Conversation
Stufe B2**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Lektüre etc.

4107

Mittwoch,
19.02.2025
09.30 – 11.00 Uhr
14 Vormittage
99,40 EUR



**Englisch inklusiv für
Interessierte mit und
ohne Behinderung
Kleingruppenseminar
Stufe A1**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Sie wollten schon immer gerne Englisch lernen? Manche Sprachkurse sind Ihnen zu theoretisch? Sie lernen lieber praktisch und im Gespräch? Sie wünschen sich eine gute Betreuung? Eine nette Lerngruppe ist Ihnen wichtig? Dieser Kurs ist gedacht für Menschen mit nur geringen oder gar keinen Vorkenntnissen. Sie lernen mit praktischen Beispielen, z. B. anhand von englischen Lied-Texten. Die Lerngruppe ist sehr klein und die Teilnehmenden werden gut betreut. Der Spaß am Englisch-Lernen steht im Vordergrund. Das Seminar wird jeweils bei Bedarf verlängert. Ein Quereinstieg ist nach Rücksprache jederzeit möglich.

Der Kurs und die Räumlichkeiten sind barrierefrei!

4108

Montag,
16.09.2024
16.45 – 17.30 Uhr
14 Nachmittage
74,00 EUR

4109

Montag,
17.02.2025
16.45 – 17.30 Uhr
14 Nachmittage
74,00 EUR



Englisch

4150

Freitag,
21.02.2025
09.00 – 11.15 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

**Englisch mit Muße I
Basiskurs für Anfänger:innen und
Wiederanfänger:innen
Stufe A1**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Der Kurs geht über drei Unterrichtsstunden am Vormittag und schließt eine Pause ein. Er wendet sich insbesondere an jene, die vielleicht nie oder nur wenig Englisch gelernt haben. Im Vordergrund steht dabei Englisch für die Reise, welches auch in nicht englisch-sprachigen Ländern nützlich sein kann.

Lehrbuch: Great! A1 (Klett-Verlag)

**Englisch mit Muße III
Stufe A1**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Go for it!, A1 (Hueber Verlag)

4153

Montag,
16.09.2024
09.00 – 11.15 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

4154

Montag,
17.02.2025
09.00 – 11.15 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

**Englisch mit Muße V
Stufe A2**

Tania Thal-Farfán
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Great! A2

4155

Montag,
16.09.2024
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

4156

Montag,
17.02.2025
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

4151

Donnerstag,
19.09.2024
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

**Englisch mit Muße II
Stufe A1**

Tania Thal-Farfán
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Great! A1 (Klett-Verlag)

4152

Donnerstag,
20.02.2025
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR





Englisch

4

4157

Donnerstag,
19.09.2024
09.30 – 11.45 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

**Englisch mit Muße VI
Stufe A2**

Holger Brune
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Great! A2

**Englisch mit Muße VIII
Stufe B1**

Holger Brune
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Lektüre

4161

Mittwoch,
18.09.2024
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

4162

Mittwoch,
19.02.2025
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

4158

Donnerstag,
20.02.2025
09.30 – 11.45 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR



4159

Dienstag,
17.09.2024
09.00 – 11.15 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

**Englisch mit Muße VII
Stufe A2**

Tania Thal-Farfán
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: English Elements, Band 2

**Thursday Conversation
mit Muße
Stufe A2/B1**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

4163

Donnerstag,
19.09.2024
08.30 – 10.00 Uhr
10 Vormittage
70,00 EUR

4164

Donnerstag,
20.02.2025
08.30 – 10.00 Uhr
10 Vormittage
70,00 EUR

4160

Dienstag,
18.02.2025
09.00 – 11.15 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR





Englisch

4

4165

Dienstag,
17.09.2024

09.45 – 11.15 Uhr
14 Vormittage
99,40 EUR

**Englisch mit Muße X
Stufe B1**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

4166

Dienstag,
18.02.2025

09.45 – 11.15 Uhr
14 Vormittage
99,40 EUR

Lehrbuch: Go for it, B1 und Lektüre

4167

Dienstag,
17.09.2024

09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

**Tuesday Conversation
mit Muße
Stufe B2**

Holger Brune
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

4168

Dienstag,
18.02.2025

09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

Lehrbuch: Lektüre etc.

Ein Einstieg nach Rücksprache mit
der Volkshochschule ist natürlich
möglich.





Englisch I für Anfänger:innen Bildungsurlaub in der Kleingruppe Stufe A1

Holger Brune
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Horizonte erweitern, andere und sich selbst besser verstehen lernen - für all dies schafft das Erlernen einer Sprache beste Voraussetzungen. Der globale Austausch auf beruflicher und persönlicher Ebene zeigt beispiellos auf, dass das Sprechen mehrere Sprachen eine Bereicherung darstellt. Wollten Sie schon immer einmal die Grundlagen der englischen Sprache erlernen und tiefere Einblicke in die englische Kultur erlangen oder auch berufliche Ziele verfolgen? Dann ist der Bildungsurlaub eine gute Möglichkeit, dies in kompakter Form zu tun. Sie lernen, sich in wichtigen Situationen im Alltag, Urlaub und Beruf zu artikulieren. Mit spielerischen Methoden erlangen Sie „Sprechfähigkeit“ und erarbeiten zugleich grundlegende Grammatikthemen. Lieder und kurze Texte aus dem Englischen runden den Kurs ab.

English Refresher Intensive Bildungsurlaub in der Kleingruppe für Teilnehmende mit mittleren Vorkenntnissen Stufe A2/B1

Holger Brune
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Dieser Kurs wendet sich an alle Interessierten, die in sehr kompakter Form und kurzer Zeit Grundkenntnisse der englischen Sprache auffrischen und erweitern möchten. Angesprochen sind daher Teilnehmende, die nach mindestens 6 Jahren Schulenglisch so manches vergessen haben, insbesondere was das aktive Sprechen anbelangt. Gelernt wird in sehr intensiver Form, um möglichst einen vergleichsweise hohen Lernerfolg zu erzielen. Die Gruppenstärke beträgt fünf bis i.d.R. maximal zehn Teilnehmende. Wichtigstes Ziel ist die aktive Kommunikation sowohl für private als auch berufliche Zwecke. Landeskundliche Elemente dieses Seminars ergänzen die Kursinhalte.

Dieses Angebot ist ein anerkanntes Bildungsurlaubsseminar. Die Teilnehmenden können dafür bei ihrem Arbeitgeber Bildungsurlaub beantragen. Nähere Informationen erhalten Sie zu diesem Thema unter www.bildungsurlaub.de.



4180
Montag,
14.04.2025 –
Donnerstag,
17.04.2025
4 Tage
jeweils von
09.30 – 15.00 Uhr
167,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Obst, Gebäck,
Kopien und
Teilnahme-
bescheinigung



4181
Dienstag,
22.04.2025 –
Freitag, 25.04.2025
4 Tage
jeweils von
09.30 – 15.00 Uhr
167,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Obst, Gebäck,
Kopien und
Teilnahme-
bescheinigung

Englisches Wochenende Einführung in Sprache und Kultur für Anfänger:innen Stufe A1

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Kompakt und an einem Wochenende führt dieses Seminar in die wichtigsten Redewendungen des Englischen ein. Es richtet sich an Personen ohne Vorkenntnisse und ermöglicht anschließend den Gebrauch von Grundbegrifflichkeiten und kurzen Sätzen. Ergänzend sorgen kurzweilige landeskundliche Informationen für den Spaßfaktor. Ziel ist es, Situationen wie "im Restaurant", "nach dem Weg fragen", "etwas einkaufen", "jemanden anreden" bewältigen zu können. Nach diesem Sprach-Lern-Wochenende besteht die Möglichkeit eines Vertiefungsseminars. Ein Termin kann gemeinsam abgesprochen werden. Uhrzeiten, Stundenzahl und Gebühr bleiben in diesem Fall identisch. Eine Wiederanmeldung kann direkt bei der Kursleitung erfolgen.



4182S

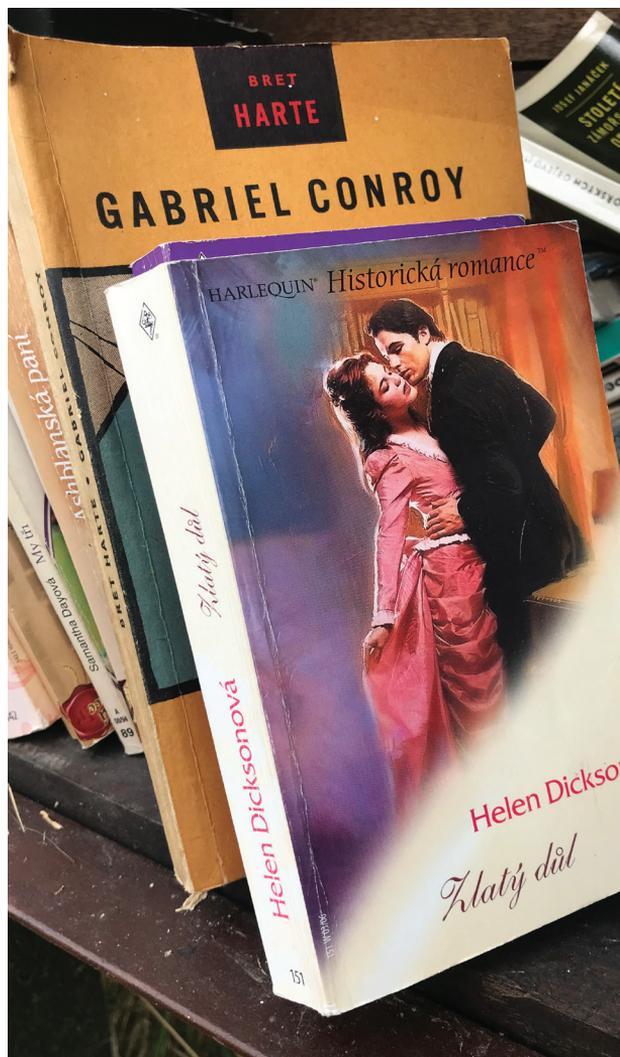
Samstag,
17.05.2025

11.00 – 14.00 und
15.00 – 18.00 Uhr

Sonntag,
18.05.2025

11.00 – 15.30 Uhr
95,00 EUR

inkl. Kaffee, Tee,
Gebäck, Kopien
und Teilnahme-
bescheinigung





Französisch

4



Französisch II Jahreskurs Stufe A1

Barbara Olma-Seidel
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Voyages neu A1

4201
Dienstag,
17.09.2024
19.45 – 21.15 Uhr
28 Abende
191,80 EUR

Sprachkursberatung:
05.09.2024, 17.00 – 19.00 Uhr
04.02.2025, 15.00 – 17.00 Uhr

Individuelle Terminabsprache:
Alexandra Wittor
a.wittor@vhs-waltrop.de
Tel.: 02309 9626-14

Conversation du mardi soir Stufe A2/B1

Barbara Olma-Seidel
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Lektüre

4204
Dienstag,
17.09.2024
18.00 – 19.30 Uhr
14 Abende
99,40 EUR

4205
Dienstag,
18.02.2025
18.00 – 19.30 Uhr
14 Abende
99,40 EUR

Französisch I Basiskurs für Anfänger:innen und Wiederanfänger:innen Stufe A1

Barbara Olma-Seidel
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Dieser Kurs ist für Personen ge-
dacht, die noch nie oder vor langer
Zeit Französisch gelernt und nicht
angewandt haben. Nach erfolgreich
besuchtem Jahreskurs haben Sie die
französische Sprache kontinuierlich
gelernt und können elementare und
anwendbare Kenntnisse vorweisen.
Bitte melden Sie sich persönlich zum
Sprachkurs an und lassen sich gern
zuvor kostenfrei hier beraten.

Lehrbuch: Voyages neu A1

Conversation du vendredi Stufe B1

Annemarie Hildebrecht
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Lektüre

4207
Freitag,
20.09.2024
09.30 – 11.00 Uhr
14 Vormittage
99,40 EUR

4208
Freitag,
21.02.2025
09.30 – 11.00 Uhr
14 Vormittage
99,40

4200
Montag,
16.09.2024
18.00 – 19.30 Uhr
28 Abende
191,80 EUR





Französisch

4

4209

Donnerstag,
19.09.2024
10.45 – 12.15 Uhr
22 Vormittage
152,20 EUR

**Conversation du jeudi
Jahreskurs
Stufe B1/B2**

Dominique Picard
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Lektüre



**Französisch mit Muße I
Basiskurs für Anfänger:innen und
Wiedereinsteiger:innen
Stufe A1**

Annemarie Hildebrecht
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Der Kurs geht über drei Unterrichtsstunden am Vormittag und schließt eine Pause ein. Er wendet sich insbesondere an jene, die vielleicht nie oder nur wenig Französisch gelernt haben. Im Vordergrund steht dabei Französisch für die Reise, welches auch in nicht französisch-sprachigen Ländern nützlich sein kann.



4221

Dienstag,
18.02.2025
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

4211

Donnerstag,
19.09.2024
09.00 – 10.30 Uhr
22 Vormittage
152,20 EUR

**Parlons français
Jahreskurs
Stufe B2**

Dominique Picard
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Lektüre etc.

**Französisch mit Muße II
Stufe A1**

Barbara Olma-Seidel
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

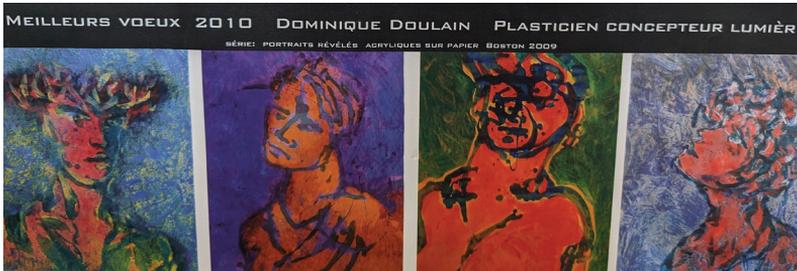
Lehrbuch: Voyages neu A1

4222

Montag,
16.09.2024
09.30 – 11.00 Uhr
14 Vormittage
99,40 EUR

4223

Montag,
17.02.2025
09.30 – 11.00 Uhr
14 Vormittage
99,40 EUR





Französisch

4



kaffee tee

4230

Montag,
14.04.2025 –
Donnerstag,
17.04.2025
4 Tage
jeweils von
09.30 – 15.00 Uhr
167,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Obst, Gebäck,
Kopien und
Teilnahme-
bescheinigung



Französisch I für Anfänger:innen Bildungsurlaub in der Kleingruppe Stufe A1

Clemens Schmale
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

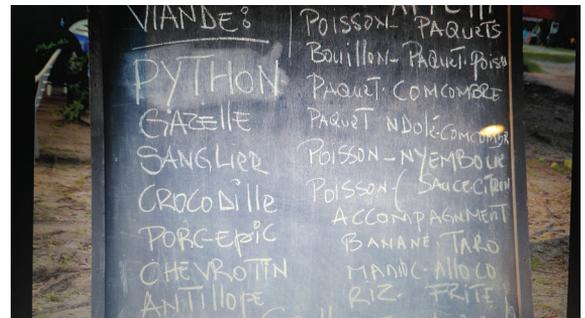
Horizonte erweitern, andere und sich selbst besser verstehen lernen – für all dies schafft das Erlernen einer Sprache beste Voraussetzungen. Der globale Austausch auf beruflicher und persönlicher Ebene zeigt beispielsweise auf, dass das Sprechen mehrere Sprachen eine Bereicherung darstellt. Wollten Sie schon immer einmal die Grundlagen der französischen Sprache erlernen und tiefere Einblicke in die französische Kultur erlangen oder auch berufliche Ziele verfolgen? Dann ist der Bildungsurlaub eine gute Möglichkeit, dies in kompakter Form zu tun. Sie lernen, sich in wichtigen Situationen im Alltag, Urlaub und Beruf zu artikulieren. Mit spielerischen Methoden erlangen Sie „Sprechfähigkeit“ und erarbeiten zugleich grundlegende Grammatikthemen. Lieder und kurze Texte aus dem Französischen runden den Kurs ab.

Dieses Angebot ist ein anerkanntes Bildungsurlaubsseminar. Die Teilnehmenden können dafür bei ihrem Arbeitgeber Bildungsurlaub beantragen. Nähere Informationen erhalten Sie zu diesem Thema unter www.bildungsurlaub.de.

Französisches Wochenende Einführung in Sprache und Kultur für Anfänger:innen Stufe A1

Barbara Olma-Seidel
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Kompakt und an einem Wochenende führt dieses Seminar in die wichtigsten Redewendungen des Französischen ein. Es richtet sich an Personen ohne Vorkenntnisse und ermöglicht anschließend den Gebrauch von Grundbegrifflichkeiten und kurzen Sätzen. Ergänzend sorgen kurzweilige landeskundliche Informationen für den Spaßfaktor. Ziel ist es, Situationen wie "im Restaurant", "nach dem Weg fragen", "etwas einkaufen", "jemanden anreden" bewältigen zu können. Nach diesem Sprach-Lern-Wochenende besteht die Möglichkeit eines Vertiefungsseminars. Ein Termin kann gemeinsam abgesprochen werden. Uhrzeiten, Stundenzahl und Gebühr bleiben in diesem Fall identisch. Eine Wiederanmeldung kann direkt bei der Kursleitung erfolgen.



kaffee tee

4231S

Samstag,
17.05.2025
11.00 – 14.00 und
15.00 – 18.00 Uhr
Sonntag,
18.05.2025
11.00 – 15.30 Uhr
95,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Gebäck, Kopien
und Teilnahme-
bescheinigung





Spanisch

4



Sprachkursberatung:

05.09.2024, 17.00 – 19.00 Uhr
04.02.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

Individuelle Terminabsprache:

Alexandra Wittor
a.wittor@vhs-waltrop.de
Tel.: 02309 9626-14

**Spanisch I
Basiskurs für Anfänger:innen und
Wiederanfänger:innen
Jahreskurs, Stufe A1**

Laura Rodriguez de Muresan
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Dieser Kurs ist für Personen gedacht, die noch nie oder vor langer Zeit Spanisch gelernt und nicht angewandt haben. Nach erfolgreich besuchtem Jahreskurs haben Sie die spanische Sprache kontinuierlich gelernt und können elementare und anwendbare Kenntnisse vorweisen. Bitte melden Sie sich persönlich zum Sprachkurs an und lassen sich gern zuvor kostenfrei hier beraten.

Lehrbuch: Caminos hoy A1

**Spanisch II
Jahreskurs, Stufe A1**

Petra Schwarze
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Caminos hoy A1

**Spanisch III
Jahreskurs
Stufe A1/A2**

Petra Schwarze
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Caminos hoy A1

**Curso de conversación
Stufe B1**

Laura Rodriguez de Muresan
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Lektüre

4302

Mittwoch,
18.09.2024
18.30 – 20.00 Uhr
28 Abende
191,80 EUR



4303

Dienstag,
17.09.2024
19.00 – 20.30 Uhr
28 Abende
191,80 EUR

4306

Donnerstag,
19.09.2024
19.45 – 21.15 Uhr
14 Abende
99,40 EUR

4307

Donnerstag,
20.02.2025
19.45 – 21.15 Uhr
14 Abende
99,40 EUR



4300

Donnerstag,
19.09.2024
18.00 – 19.30 Uhr
28 Abende
191,80 EUR





Spanisch

4



4311

Samstag,
09.11.2024
10.00 – 12.15 und
12.45 – 17.00 Uhr
Sonntag,
10.11.2024
10.00 – 12.30 und
12.45 – 15.00 Uhr
79,00 EUR



Spanisch Aufbaukurs Kleingruppenintensivkurs Stufe A1

Tania Thal-Farfán
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Spanisch mit Muße I Stufe A1

Inge Herb
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Der Kurs geht über drei Unterrichtsstunden am Vormittag und schließt eine Pause ein. Er wendet sich insbesondere an jene, die vielleicht nie oder nur wenig Spanisch gelernt haben. Im Vordergrund steht dabei Spanisch für die Reise, welches auch in nicht spanisch-sprachigen Ländern nützlich sein kann.

4312

Mittwoch,
19.02.2025
09.30 – 11.45 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR



Spanisch mit Muße am Mittwoch Stufe A2

Tania Thal-Farfán
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Impresiones A2

4313

Mittwoch,
18.09.2024
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

4314

Mittwoch,
19.02.2025
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR



Spanisch für Anfänger:innen
Bildungsurlaub
Kleingruppenintensivkurs
Stufe A1

Tania Thal-Farfán
 Haus der Bildung, Begegnung und
 Kultur (HBBK)

Horizonte erweitern, andere und sich selbst besser verstehen lernen - für all dies schafft das Erlernen einer Sprache beste Voraussetzungen. Der globale Austausch auf beruflicher und persönlicher Ebene zeigt beispielsweise auf, dass das Sprechen mehrerer Sprachen eine Bereicherung darstellt. Wollten Sie schon immer einmal die Grundlagen der spanischen Sprache erlernen und tiefere Einblicke in die spanische Kultur erlangen oder auch berufliche Ziele verfolgen? Dann ist der Bildungsurlaub eine gute Möglichkeit, dies in kompakter Form zu tun. Sie lernen, sich in wichtigen Situationen im Alltag, Urlaub und Beruf zu artikulieren. Mit spielerischen Methoden erlangen Sie „Sprechfähigkeit“ und erarbeiten zugleich grundlegende Grammatikthemen. Lieder und kurze Texte aus dem Spanischen runden den Kurs ab.

Dieses Angebot ist ein anerkanntes Bildungsurlaubsseminar. Die Teilnehmenden können dafür bei ihrem Arbeitgeber Bildungsurlaub beantragen. Nähere Informationen erhalten Sie zu diesem Thema unter www.bildungsurlaub.de.

Spanisches Wochenende
Einführung in Sprache und Kultur
für Anfänger:innen
Stufe A1

Petra Schwarze
 Haus der Bildung, Begegnung und
 Kultur (HBBK)

Kompakt und an einem Wochenende führt dieses Seminar in die wichtigsten Redewendungen des Spanischen ein. Es richtet sich an Personen ohne Vorkenntnisse und ermöglicht anschließend den Gebrauch von Grundbegrifflichkeiten und kurzen Sätzen. Ergänzend sorgen kurzweilige landeskundliche Informationen für den Spaßfaktor. Ziel ist es, Situationen wie "im Restaurant", "nach dem Weg fragen", "etwas einkaufen", "jemanden anreden" bewältigen zu können. Nach diesem Sprach-Lern-Wochenende besteht die Möglichkeit eines Vertiefungsseminars. Ein Termin kann gemeinsam abgesprochen werden. Uhrzeiten, Stundenzahl und Gebühr bleiben in diesem Fall identisch. Eine Wiederanmeldung kann direkt bei der Kursleitung erfolgen.



4321S
 Samstag,
 17.05.2025
 11.00 – 14.00 und
 15.00 – 18.00 Uhr
 Sonntag,
 18.05.2025
 11.00 – 15.30 Uhr
 95,00 EUR
 inkl. Kaffee, Tee,
 Gebäck, Kopien
 und Teilnahme-
 bescheinigung





Italienisch

4



Lehrbuch: Allegro nuovo A1

**Italienisch II
Jahreskurs
Stufe A1**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

4401
Montag,
16.09.2024
17.30 – 19.00 Uhr
28 Abende
191,80 EUR

Lehrbuch: Allegro nuovo A1

Sprachkursberatung:
05.09.2024, 17.00 – 19.00 Uhr
04.02.2025, 15.00 – 17.00 Uhr

Individuelle Terminabsprache:
Alexandra Wittor
a.wittor@vhs-waltrop.de
Tel.: 02309 9626-14

**Italienisch IV
Stufe A1/A2**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

4403
Donnerstag,
19.09.2024
19.30 – 21.00 Uhr
14 Abende
99,40 EUR

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1

**Italienisch I
Basiskurs für Anfänger:innen und
Wiederanfänger:innen
Jahreskurs
Stufe A1**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

4404
Donnerstag,
20.02.2025
19.30 – 21.00 Uhr
14 Abende
99,40 EUR

Dieser Kurs ist für Personen gedacht,
die noch nie oder vor langer Zeit Ita-
lienisch gelernt und nicht angewandt
haben. Nach erfolgreich besuchtem
Jahreskurs haben Sie die italienische
Sprache kontinuierlich gelernt und
können elementare und anwendbare
Kenntnisse vorweisen. Bitte melden
Sie sich persönlich zum Sprachkurs
an und lassen sich gern zuvor kos-
tenfrei hier beraten.

**Curso di conversazione
Jahreskurs
Stufe B1/B2**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

4406
Montag,
16.09.2024
19.00 – 20.30 Uhr
28 Abende
191,80 EUR

Lehrbuch: Italiano: pronti, via!



4400
Dienstag,
17.09.2024
19.30 – 21.00 Uhr
28 Abende
191,80 EUR





Italienisch

4411

Montag,
17.02.2025
11.30 – 13.00 Uhr
14 Vormittage
99,40 EUR

**Italienisch mit Muße I
Basiskurs für Anfänger:innen und
Wiederanfänger:innen
Stufe A1**

Immacolata Militzer
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Der Kurs geht über drei Unterrichtsstunden am Vormittag und schließt eine Pause ein. Er wendet sich insbesondere an jene, die vielleicht nie oder nur wenig Italienisch gelernt haben. Im Vordergrund steht dabei Italienisch für die Reise, welches auch in nicht italienisch-sprachigen Ländern nützlich sein kann.

Lehrbuch: Allegro nuovo A1



**Italienisch mit Muße VII
Stufe A2/B1**

Immacolata Militzer
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Passo dopo Passo B1 und
Lektüre

4414

Montag,
16.09.2024
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

4415

Montag,
17.02.2025
09.15 – 11.30 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

4412

Donnerstag,
19.09.2024
10.00 – 12.15 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR

**Italienisch mit Muße III
Stufe A1**

Melanie Heinz
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Lehrbuch: Allegro nuovo A1

4413

Donnerstag,
20.02.2025
10.00 – 12.15 Uhr
14 Vormittage
145,60 EUR





Italienisch

4



4420

Montag,
14.04.2025 –
Donnerstag,
17.04.2025
4 Tage
jeweils von
09.30 – 15.00 Uhr
167,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Obst, Gebäck,
Kopien und
Teilnahme-
bescheinigung



**Italienisch für Anfänger:innen
Bildungsurlaub
Kleingruppenintensivkurs
Stufe A1**

Bonifacio Abbruzzi
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Horizonte erweitern, andere und sich selbst besser verstehen lernen – für all dies schafft das Erlernen einer Sprache beste Voraussetzungen. Der globale Austausch auf beruflicher und persönlicher Ebene zeigt beispielsweise auf, dass das Sprechen mehrerer Sprachen eine Bereicherung darstellt. Wollten Sie schon immer einmal die Grundlagen der italienischen Sprache erlernen und tiefere Einblicke in die italienische Kultur erlangen oder auch berufliche Ziele verfolgen? Dann ist der Bildungsurlaub eine gute Möglichkeit, dies in kompakter Form zu tun. Sie lernen, sich in wichtigen Situationen im Alltag, Urlaub und Beruf zu artikulieren. Mit spielerischen Methoden erlangen Sie „Sprechfähigkeit“ und erarbeiten zugleich grundlegende Grammatikthemen. Lieder und kurze Texte aus dem Italienischen runden den Kurs ab.

Dieses Angebot ist ein anerkanntes Bildungsurlaubsseminar. Die Teilnehmenden können dafür bei ihrem Arbeitgeber Bildungsurlaub beantragen. Nähere Informationen erhalten Sie zu diesem Thema unter www.bildungsurlaub.de.

**Italienisches Wochenende
Einführung in Sprache und Kultur
für Anfänger:innen
Stufe A1**

Bonifacio Abbruzzi
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Kompakt und an einem Wochenende führt dieses Seminar in die wichtigsten Redewendungen des Italienischen ein. Es richtet sich an Personen ohne Vorkenntnisse und ermöglicht anschließend den Gebrauch von Grundbegrifflichkeiten und kurzen Sätzen. Ergänzend sorgen kurzweilige landeskundliche Informationen für den Spaßfaktor. Ziel ist es, Situationen wie "im Restaurant", "nach dem Weg fragen", "etwas einkaufen", "jemanden anreden" bewältigen zu können. Nach diesem Sprach-Lern-Wochenende besteht die Möglichkeit eines Vertiefungsseminars. Ein Termin kann gemeinsam abgesprochen werden. Uhrzeiten, Stundenzahl und Gebühr bleiben in diesem Fall identisch. Eine Wiederanmeldung kann direkt bei der Kursleitung erfolgen.



4421S

Samstag,
17.05.2025
11.00 – 14.00 und
15.00 – 18.00 Uhr
Sonntag,
18.05.2025
11.00 – 15.30 Uhr
95,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Gebäck, Kopien
und Teilnahme-
bescheinigung



Niederländisch



Sprachkursberatung:

05.09.2024, 17.00 – 19.00 Uhr
04.02.2025, 15.00 – 17.00 Uhr

Individuelle Terminabsprache:

Alexandra Wittor
a.wittor@vhs-waltrop.de
Tel.: 02309 9626-14

**Niederländisch I
Jahreskurs
Stufe A1**

Lente Küpper-van Leeuwen
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Dieser Kurs ist für Personen gedacht, die noch nie oder vor langer Zeit Niederländisch gelernt und nicht angewandt haben. Nach erfolgreichem Besuchem Jahreskurs haben Sie die niederländische Sprache kontinuierlich gelernt und können elementare und anwendbare Kenntnisse vorweisen. Bitte melden Sie sich persönlich zum Sprachkurs an und lassen sich gern zuvor kostenfrei hier beraten.

Lehrbuch: Goed idee! A1

**Schnupperkurs
Niederländisch für die Reise
Tagesseminar
Stufe A1**

Kirsten Wahle
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Dieser Tagesworkshop über 5 Zeitstunden mit Kaffee, Tee, Gebäck in den Pausen (inkludiert) bietet Interessierten die Möglichkeit, einfache Grundlagen der niederländischen Sprache zu erwerben (Aussprache-Basics, wichtiges Vokabular etc.). Bei der nächsten Reise ins Nachbarland hat man damit erste Erfolge und vielleicht Lust auf einen intensiveren Spracherwerb.



4510
Samstag,
09.11.2024
11.00 – 16.00 Uhr
48,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Gebäck

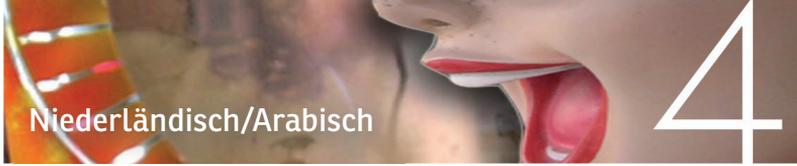
4511
Samstag,
08.02.2025
11.00 – 16.00 Uhr
48,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Gebäck



4501

Dienstag,
17.09.2024
10.00 – 11.00 Uhr
28 Vormittage
132,00 EUR





Niederländisch/Arabisch

**Niederländisch für
Anfänger:innen
Bildungsurlaub
Kleingruppenintensivkurs
Stufe A1**

Kirsten Wahle
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Horizonte erweitern, andere und sich selbst besser verstehen lernen - für all dies schafft das Erlernen einer Sprache beste Voraussetzungen. Der globale Austausch auf beruflicher und persönlicher Ebene zeigt beispiellos auf, dass das Sprechen mehrere Sprachen eine Bereicherung darstellt. Wollten Sie schon immer einmal die Grundlagen der niederländischen Sprache erlernen und tiefere Einblicke in die niederländische Kultur erlangen oder auch berufliche Ziele verfolgen? Dann ist der Bildungsurlaub eine gute Möglichkeit, dies in kompakter Form zu tun. Sie lernen, sich in wichtigen Situationen im Alltag, Urlaub und Beruf zu artikulieren. Mit spielerischen Methoden erlangen Sie „Sprechfähigkeit“ und erarbeiten zugleich grundlegende Grammatikthemen. Lieder und kurze Texte aus dem Niederländischen runden den Kurs ab.

Dieses Angebot ist ein anerkanntes Bildungsurlaubsseminar. Die Teilnehmenden können dafür bei ihrem Arbeitgeber Bildungsurlaub beantragen. Nähere Informationen erhalten Sie zu diesem Thema unter www.bildungsurlaub.de.



**Arabisches Wochenende
Einführung in Sprache und Kultur
für Anfänger:innen
Stufe A1**

Holger Brune
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Kompakt und an einem Wochenende führt dieses Seminar in die wichtigsten Redewendungen des Arabischen ein. Es richtet sich an Personen ohne Vorkenntnisse und ermöglicht anschließend den Gebrauch von Grundbegrifflichkeiten und kurzen Sätzen. Ergänzend sorgen kurzweilige landeskundliche Informationen für den Spaßfaktor. Ziel ist es, Situationen wie "im Restaurant", "nach dem Weg fragen", "etwas einkaufen", "jemanden anreden" bewältigen zu können. Nach diesem Sprach-Lern-Wochenende besteht die Möglichkeit eines Vertiefungsseminars. Ein Termin kann gemeinsam abgesprochen werden. Uhrzeiten, Stundenzahl und Gebühr bleiben in diesem Fall identisch. Eine Wiederanmeldung kann direkt bei der Kursleitung erfolgen.



4810S

Samstag,
17.05.2025
11.00 – 14.00 und
15.00 – 18.00 Uhr
Sonntag,
18.05.2025
11.00 – 15.30 Uhr
95,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Gebäck, Kopien
und Teilnahme-
bescheinigung



4512

Montag,
14.04.2025 –
Donnerstag,
17.04.2025
4 Tage
jeweils von
09.30 – 15.00 Uhr
167,00 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Obst, Gebäck,
Kopien und
Teilnahme-
bescheinigung





Polnisch

4



begrifflichkeiten und kurzen Sätzen. Ergänzend sorgen kurzweilige landeskundliche Informationen für den Spaßfaktor. Ziel ist es, Situationen wie "im Restaurant", "nach dem Weg fragen", "etwas einkaufen", "jemanden anreden" bewältigen zu können. Nach diesem Sprach-Lern-Wochenende besteht die Möglichkeit eines Vertiefungsseminars. Ein Termin kann gemeinsam abgesprochen werden. Uhrzeiten, Stundenzahl und Gebühr bleiben in diesem Fall identisch. Eine Wiederanmeldung kann direkt bei der Kursleitung erfolgen.



4817\$

Samstag,
17.05.2025

11.00 – 14.00 und

15.00 – 18.00 Uhr

Sonntag,
18.05.2025

11.00 – 15.30 Uhr

95,00 EUR

inkl. Kaffee, Tee,
Gebäck, Kopien
und Teilnahme-
bescheinigung

**Polnisches Wochenende
Einführung in Sprache und Kultur
für Anfänger:innen
Stufe A1**

Monika Barwinska-Moll
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Kompakt und an einem Wochenende führt dieses Seminar in die wichtigsten Redewendungen des Polnischen ein. Es richtet sich an Personen ohne Vorkenntnisse und ermöglicht anschließend den Gebrauch von Grund-



W Szczepreszynie

chrząszcz brzmi w trzcinie.



Alphabetisierung

4901

Lesen und Schreiben für Erwachsene

Kursbeginn:
22.08.2024
dienstags und
donnerstags,
jeweils von
16.00 – 17.30 Uhr
2 x wöchentlich
30 Nachmittage
60,00 EUR
ermäßigt:
30,00 EUR
Für Kopien ent-
steht eine geringe
Umlage.

Auskünfte und
Anmeldungen
über die
VHS Datteln
unter Tel.
02363 - 107-412

Bettina Rabat
VHS Datteln im Dorfschulthenhof,
Genthiner Str. 7

Dieser Kurs richtet sich an deutschsprachige Erwachsene, die nicht oder nicht ausreichend lesen und schreiben können. Hier haben Betroffene die Möglichkeit, unter fachkundiger Anleitung und in entspannter Atmosphäre das Lesen und Schreiben von Grund auf zu erlernen.

Rund 6,2 Millionen Menschen in Deutschland haben Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben. Sie können zwar einzelne Wörter und Sätze lesen, längere Texte jedoch kaum verstehen. Wie die meisten Erwachsenen stehen auch sie mitten im Leben.

Bitte informieren Sie mögliche Interessent:innen über dieses Kursangebot!

Dieser Kurs wird in Kooperation mit den Volkshochschulen Datteln, Castrop-Rauxel, Oer-Erkenschwick und Waltrop durchgeführt.

4902

Kursbeginn:
11.02.2025
dienstags und
donnerstags,
jeweils von
16.00 – 17.30 Uhr
2 x wöchentlich
30 Nachmittage
60,00 EUR
ermäßigt:
30,00 EUR
Für Kopien ent-
steht eine geringe
Umlage.

Auskünfte und An-
meldungen über
die VHS Datteln
unter Tel.
02363 - 107-412



A1 – Integrationskurse für Menschen mit Migrations- oder Fluchtgeschichte

Ein Integrationskurs umfasst 700 Unterrichtsstunden. Die Vermittlung der deutschen Sprache erfolgt innerhalb von 600 Unterrichtsstunden. Die letzten 100 der insgesamt 700 Kursstunden bilden den Orientierungskurs. Die erfolgreiche Kursteilnahme wird durch den Sprachtest „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) und den Kenntnistest „Leben in Deutschland“ (LID) nachgewiesen.

Kontakt:

Evangelisches Erwachsenenbildungswerk/Regionalstelle Agora
 AGORA Kulturzentrum
 Zechenstraße 2
 44581 Castrop-Rauxel
 Telefon: 02305 923049

Beratung zu Integrationskursen

Advice on integration courses

Conseils sur les cours d'intégration

Консультації щодо інтеграційних курсів

Консультации по интеграционным курсам

چامدن ال تارود لوح حى اصن

Donnerstag

Thursday

Jeudi

Четвер

Четверг

س ي م خ ل ا م و ي

12:00 – 13:00 Uhr

VHS Waltrop, Foyer

Ziegeleistr. 14

45731 Waltrop



Griechische Gemeinde Castrop-Rauxel e.V.

Unser Service:

- Individuelle Beratung
- Persönliche, unverbindliche und kostenfreie Beratung
- Kursempfehlung entsprechend der Vorkenntnisse
- Kurswechsellmöglichkeit nach Absprache
- Nachträglicher Kurseinstieg nach Absprache

Sprachenverbund Emscher-Lippe-Region:

Die Volkshochschulen der Emscher-Lippe-Region bieten Kurse zu über 20 Fremdsprachen an. In einer gemeinsamen halbjährlichen Broschüre sind diese Angebote dargestellt.

Ihre Ansprechpartner:innen in der Region:

VHS Bottrop: Dr. Katja Hesmer

Tel. (0 20 41) 70-38 45,
E-Mail: katja.hesmer@bottrop.de

VHS Herne: Monika Remlinger

Tel. (0 23 23) 16-34 67,
E-Mail: monika.remlinger@herne.de

VHS Castrop-Rauxel: Petra Duda

Tel. (0 23 05) 5 48 84-15,
E-Mail: petra.duda@castrop-rauxel.de

VHS Herten: Christine Fester

Tel. (0 23 66) 30-35 19,
E-Mail: c.fester@herten.de

VHS Datteln: Laura Schäckelhoff

Tel. (0 23 63) 107-356,
E-Mail: laura.schaeckelhoff@stadt-datteln.de

VHS Marl – die insel:

Marina Chatzioannidou
Tel. (0 23 65) 50 35 66-40,
E-Mail: marina.chatzioannidou@marl.de

VHS Dorsten: Dr. Edesa Paheshti

Tel. (0 23 62) 66-41 83,
E-Mail: e.paheshti@dorsten.de

VHS Oer-Erkenschwick:

Stefanie Steyski
Tel. (0 23 68) 987-114,
E-Mail: stefanie.steyski@oer-erkenschwick.de

VHS Gelsenkirchen: Wolfgang Rüdel

Tel. (02 09) 169-26 97,
E-Mail: wolfgang.ruedel@gelsenkirchen.de

VHS Recklinghausen:

Susanne Schloimann
Tel. (0 23 61) 50 19-47,
E-Mail: susanne.schloimann@recklinghausen.de

VHS Gladbeck:

Silvia Gomez-Hernandez
Tel. (0 20 43) 99-24 55,
E-Mail: silvia.gomez@stadt-gladbeck.de

VHS Dülmen/Haltern am See/

Havixbeck: Nicole Wellmann
Tel. (0 23 64) 933-443,
E-Mail: n.wellmann@duelmen.de

ansprechpartnerin
maren punge



D

MS 365
WORD/EXCEL
SMARTPHONE/TABLET
HANDY-FOTOGRAFIE/FOTOBUCH
SOCIAL MEDIA
DIGITALE WERKZEUGE FÜR DEN ALLTAG
DIGITALE STEUERERKLÄRUNG
DATENSICHERHEIT
BERUFLICHE BERATUNG & ARBEITSZEUGNIS
RASPERRY PI
AMATEURFUNK
BILDUNGSURLAUB
NACHHALTIGKEITSCOACH

**BERUF
ALLTAG
& digitale
Kompetenz**



Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der VHS

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zum gezielten Aufbau von Spezialkenntnissen, wie bspw. im Bereich der „Künstlichen Intelligenz“ (KI). Die Steuererklärung selbst zu erstellen, die Welt des Amateurfunks zu entdecken oder sich für Nachhaltigkeit einzusetzen sind oft viel mehr als Privates oder Hobbys: Es zeigt den persönlichen Kompetenzzuwachs, der auch beruflich nutzbar ist. Ebenfalls vertreten sind Angebote zum entlastenden Umgang mit wachsender Arbeitsbelastung, um Stress zu vermeiden oder zu verringern. In der heutigen Arbeitswelt sind vielfältige Arbeitstechniken erforderlich, die in der VHS in abendlichen Kursen, aber auch zunehmend häufiger in kompakter ganztägiger Form angeboten werden. Einen wachsenden Anteil hat die **Digitalisierung aller Lebensbereiche**: Nur entsprechende „Digitale Kompetenzen“ stellen die umfassende Teilhabe im Privaten wie im Beruflichen sicher. Hier geht's um die Kompetenzen wie den Umgang mit **Apps, Tools, KI, Social Media, Zoom und Co.**, Es geht um einen geübten, reflexiven und kritischen Umgang mit diesen Werkzeugen.

Hilfreiche Tipps und Beratung bei der Kursauswahl zur beruflichen Bildung

Sie möchten Ihre digitalen Kompetenzen erweitern, sich weiterbilden oder etwas Neues kennenlernen, wissen aber nicht so recht, welches Angebot für Sie das Richtige ist und für Sie in Frage kommt?

Dann greifen Sie zum Hörer, rufen uns an oder vereinbaren einen Termin mit uns. Schildern Sie uns Ihr Anliegen, sagen Sie uns, was Sie vorhaben. Wir beraten Sie gern.

Digital-Coaching, (Über-) Leben mit Handy und Co.

Im Haus der Bildung und Kultur gibt's weiterhin jeden Donnerstag zwischen 16.00 und 18.00 Uhr (außerhalb der Schulferien) das Info- und Unterstützungsangebot: **Kompetent – gebührenfrei – hilfreich.**

Worum geht's? Wie funktioniert's?

Sie haben/wollen

- Fragen bei der Nutzung Ihres Smartphones?
- digital Termine vereinbaren?
- sich ein Ticket kaufen?
- eine E-Mail-Adresse einrichten?
- eine Navigation beim Wandern/Radfahren einsetzen?
- ins Online-Banking einsteigen?
- sich erstmals ein Smartphone/Tablet zulegen?

Dann kommen Sie donnerstags ins Haus der Bildung und Kultur oder vereinbaren einen Termin mit einem unserer EDV-Dozenten. Der hilft Ihnen bei überschaubaren Fragestellungen direkt, gebührenfrei und zielgerichtet



weiter. Sollten Ihre Fragen und Themen umfangreicher sein, dann können wir Ihnen Tipps und Infos geben, wie Sie vorgehen können oder Sie rufen uns unter 02309 – 96260 an und erhalten nähere Infos. Das Angebot ist zunächst bis Ende 2024 befristet und wird ggf. fortgesetzt.

Ende der Bildungsscheckförderung im individuellen Zugang

Am 30.06.2024 endete die Förderung beruflicher Weiterbildung über den Bildungsscheck NRW im individuellen Zugang alle bis dahin ausgestellten Schecks sind bis 2029 gültig und können entsprechend bei Weiterbildungs-

anbietern eingelöst werden.

Das Land NRW möchte auch nach dem Ende des Förderprogrammes Bildungsscheck NRW Menschen mit geringerem Einkommen und ohne Arbeitgeberunterstützung einen Anreiz und Unterstützung zu ihrer Kompetenzentwicklung geben. Die Details einer beabsichtigten künftigen Förderung werden derzeit erarbeitet. Bis dahin erhalten Ratsuchende Infos über finanziellen Fördermöglichkeiten der Bundesagentur für Arbeit auf den Seiten der Bundesagentur: <https://www.arbeitsagentur.de/karriere-und-weiterbildung/foerderung-berufliche-weiterbildung>





Microsoft 365 / Textverarbeitung



5101

Mi., 26.02.2025
Mi., 05.03.2025
Mi., 12.03.2025
jeweils von
18.00 – 21.00 Uhr
100,00 EUR



Effektive Teamarbeit mit Microsoft 365 Freigaben und Kontenmanagement

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Microsoft 365 revolutioniert die Teamarbeit durch seine integrierten Freigabeoptionen und effektive Kollaborationstools. Dieser Kurs konzentriert sich darauf, Ihnen zu zeigen, wie Sie MS 365 optimal für Teamarbeit nutzen können.

Was Sie lernen werden: Einrichtung und Verwaltung von Microsoft-Konten für Ihr Team, inklusive Berechtigungen und Zugriffsrechte. Einsatz von OneDrive für die nahtlose Freigabe von Dokumenten und Dateien innerhalb des Teams und das Arbeiten an Dateien in Echtzeit. Verwendung von SharePoint für das Erstellen gemeinsamer Arbeitsbereiche und effektive Nutzung von Microsoft Teams zur Verbesserung der internen Kommunikation, einschließlich Chats, Videoanrufen und Besprechungen. Best Practices für die Nutzung von Outlook und der Kalenderfunktionen zur Koordination von Terminen und Aufgaben im Team.

Für wen ist dieser Kurs geeignet?

Dieser Kurs ist ideal für Teams jeder Größe, die lernen möchten, wie sie Microsoft 365 effektiver für Projekte und tägliche Aufgaben nutzen können.

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden müssen grundlegende MS 365-Kenntnisse mitbringen und einen eigenen MS 365-Zugang verfügen und die Zugangsdaten bzw. eigenes mobiles Gerät mitbringen.

Erwerb von digitalen Kompetenzen im Bereich Grundlagen der Textverarbeitung

Ulrich Bauer
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Schritt für Schritt und anhand vieler praktischer Übungen werden Kenntnisse über den Aufbau und den Umgang mit dem Textverarbeitungsprogramm Word 2010 vermittelt. Sie erwerben grundlegende Fertigkeiten, um Texte eingeben, formatieren, gestalten, korrigieren, speichern und öffnen zu können. Dazu gehören auch Nummerierungs- und Aufzählungszeichen, einfache Tabellen, Kopf- und Fußzeilen, Rahmen und Schattierung. Für die Beantwortung Ihrer Nachfragen besteht ausreichend Zeit. Sie können nach Abschluss des Kurses sicher Texte eingeben, gestalten und korrigieren. Dies entspricht den Niveaustufen 3 und 4 nach dem Referenzrahmen für digitale Kompetenz.

Teilnahmevoraussetzungen: Es werden Grundkenntnisse im Umgang mit einem PC oder Laptop vorausgesetzt.

5102

Mo., 10.03.2025 –
Mi., 12.03.2025
jeweils von
9.00 – 12.00 Uhr
100,00 EUR





Tabellenkalkulation

5103

Montag,
07.04.2025 –
Mittwoch,
09.04.2025
jeweils von
9.00 – 12.00 Uhr
100,00 EUR

Erwerb von digitalen Kompetenzen im Bereich Grundlagen der Tabellenkalkulation

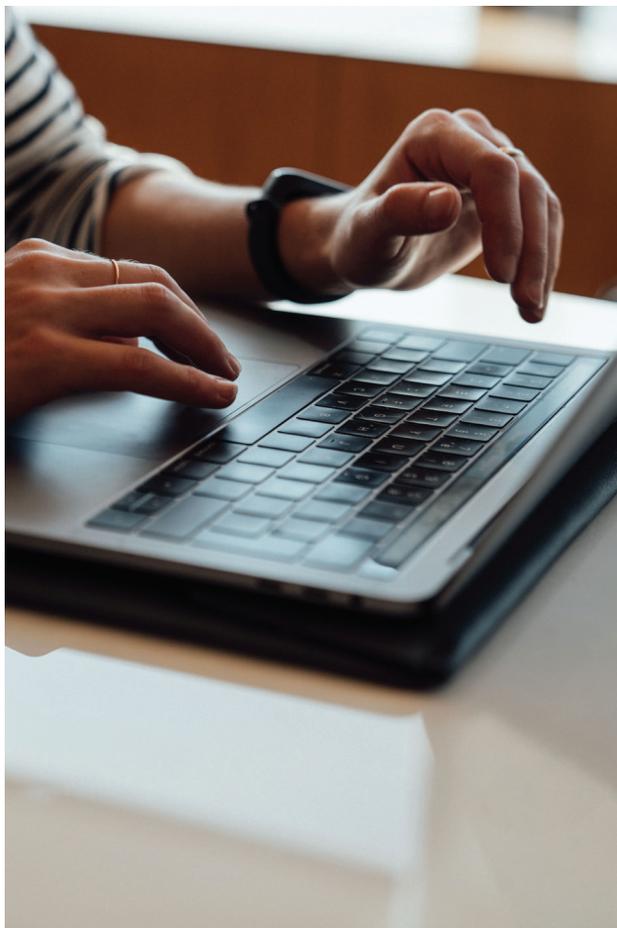
Ulrich Bauer
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Schritt für Schritt und anhand vieler praktischer Übungen werden Kenntnisse über den Aufbau und den Umgang mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Excel 2010 vermittelt.

Sie erwerben grundlegende Fertigkeiten, um Tabellen und Tabellenblätter anzulegen, Zellen einzufügen, zu löschen, zu verschieben und zu kopieren. Des Weiteren erlernen Sie das Arbeiten mit Formeln sowie das Erstellen von Diagrammen. Für die Beantwortung Ihrer Nachfragen besteht ausreichend Zeit. Sie können nach Abschluss des Kurses sicher Tabellen und Tabellenblätter anlegen, mit einfachen Formeln arbeiten und Diagramme erstellen.

Dies entspricht den Niveaustufen 3 und 4 nach dem Referenzrahmen für digitale Kompetenz.

Teilnahmevoraussetzungen: Es werden Grundkenntnisse im Umgang mit einem PC oder Laptop vorausgesetzt.



Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr Notebook/Ihren Laptop mit. Das Gerät muss mindestens das Windows 10-Betriebssystem und eine Office-Version, nicht älter als Version 2010, aufweisen. Wenn nicht vorhanden, können Sie auch auf ein Gerät der VHS zurückgreifen.



Smartphone

5110

Montag, 11.11.2024
und Dienstag,
12.11.2024
jeweils von
9.00 – 12.00 Uhr
68,00 EUR

**Erste Schritte im Umgang
mit dem eigenen Smartphone
oder Tablet
Basis Android**

Ulrich Bauer
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

In diesem Kurs machen Sie die grundlegenden ersten Schritte im Umgang mit Ihrem Smartphone/Tablet mit Hilfe von einfachen Übungen. Am Ende des Kurses können Sie Ihr Gerät mit Fingern und Gesten steuern, mit Ihrem Smartphone telefonieren, nutzen Apps, verbinden Ihr Gerät mit dem Internet und surfen dort. Es gibt ausreichend Zeit für die Beantwortung Ihrer Fragen. Ziel dieses Kleingruppen-Kurses ist: Einfache Arbeiten am Smartphone / Tablet selbständig zu erledigen. Dies entspricht den Stufen 1 und 2 des Referenzrahmens für digitale Kompetenzen.

Teilnahmevoraussetzungen: Keine bzw. geringe Kenntnisse im Umgang mit dem eigenen Android-Gerät.

5112

Mittwoch,
06.11.2024
18.00 – 21.00 Uhr
36,00 EUR

**iPad/iPhone
Stufe 1**

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Ein iPhone oder ein iPad sind nützliche Begleiter im Alltag. Es sind Alleskönner und erleichtern vieles im Leben. Ob Navigation oder Erin-

5113

Mittwoch,
05.02.2025
18.00 – 21.00 Uhr
36,00 EUR

nerungen, Mails oder Nachrichten, die Geräte sind hilfreich, aber das ist längst nicht alles. Es macht viel Spaß, damit zu arbeiten und sie zu nutzen, wenn man weiß, wie es geht. In dem Kurs werden mit vielen praktischen Übungen die Grundfunktionen erläutert und eingeübt. Selbstverständlich werden auch Wünsche und Fragestellungen der Teilnehmenden berücksichtigt. Am Ende des Kurses kennen Sie die Grundfunktionen des iPads/iPhones.

nerungen, Mails oder Nachrichten, die Geräte sind hilfreich, aber das ist längst nicht alles. Es macht viel Spaß, damit zu arbeiten und sie zu nutzen, wenn man weiß, wie es geht. In dem Kurs werden mit vielen praktischen Übungen die Grundfunktionen erläutert und eingeübt. Selbstverständlich werden auch Wünsche und Fragestellungen der Teilnehmenden berücksichtigt. Am Ende des Kurses kennen Sie die Grundfunktionen des iPads/iPhones.

**iPad/iPhone
Stufe 2**

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Nachdem die Grundfunktionen vertraut sind, kann das Wissen vertieft werden. Da ein iPhone/iPad eine große Fülle von Nutzungsmöglichkeiten besitzt, werden in diesem Aufbaukurs weitere und komplexere Funktionen und sogenannte Apps vorgestellt, die das Nutzungsrepertoire erweitern. Mit viel Spaß und Freude üben die Teilnehmenden die praktischen Anwendungen und festigen den Umgang mit dem Gerät. Selbstverständlich werden auch Wünsche und Fragestellungen der Teilnehmenden berücksichtigt.

Voraussetzung: Wünschenswert zum Besuch des Kurses Stufe 2 ist die Teilnahme am Einführungskurs Stufe 1

5114S

Mittwoch,
14.05.2025
18.00 – 21.00 Uhr
36,00 EUR



5115

Mittwoch,
13.11.2024
18.00 – 21.00 Uhr
36,00 EUR

5116

Mittwoch,
12.02.2025
18.00 – 21.00 Uhr
36,00 EUR

5117S

Mittwoch,
21.05.2025
18.00 – 21.00 Uhr
36,00 EUR



Bitte
bringen Sie
Ihr eigenes
iPad/
iPhone
mit.



iPad/iPhone-Fotografie mit Smartphones

5118

Mittwoch,
20.11.2024

18.00 – 21.00 Uhr
36,00 EUR

iPad/iPhone Stufe 3

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

5119

Mittwoch,
19.02.2025

18.00 – 21.00 Uhr
36,00 EUR

Im dritten Teil dieser Reihe rund ums iPad/iPhone geht es darum, Zusatzhardware kennenzulernen, Erweiterungen einzusetzen, Apps kennenzulernen, die schon etwas anspruchsvoller sind und bei deren Einsatz eine Unterstützung hilfreich ist. In Kleingruppen- und Zweierarbeit werden Übungen durchgeführt und das Wissen um die Nutzung der Geräte weiter vervollständigt. Selbstverständlich werden Wünsche und Fragestellungen der Teilnehmenden berücksichtigt.

Voraussetzung: Wünschenswert zum Besuch des Kurses Stufe 3 ist die Teilnahme an den Kursen Stufe 1 und Stufe 2.

5120S

Mittwoch,
28.05.2025

18.00 – 21.00 Uhr
36,00 EUR

Fotografieren mit dem iPhone

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Mit dem iPhone sind schon Spielfilme gedreht worden, haben Fotos, die mit diesem Smartphone gemacht wurden, Preise gewonnen. Eigentlich sind die Schnappschüsse mit diesem Tausend-sassa recht einfach. Will man jedoch mal etwas Besonderes im Halbdunkel, eine Nahaufnahme mit Gegen-

licht oder ähnliches "mal eben" machen, dann gelingt dies häufig nicht so recht. An diesem Vormittag sollen die wichtigsten Einstellungen und Möglichkeiten dieses Smartphones vorgestellt und lebenspraktisch ausprobiert werden, damit der nächste spontane Schnappschuss besser gelingt.



Fotografieren mit dem Android-Smartphone

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Mit einem Smartphone sind schon Spielfilme gedreht worden, haben Fotos, die mit diesem Gerät gemacht wurden, Preise gewonnen. Eigentlich sind die Schnappschüsse mit diesem Tausend-sassa recht einfach. Will man jedoch mal etwas Besonderes im Halbdunkel, eine Nahaufnahme mit Gegenlicht oder ähnliches „mal eben“ machen, dann gelingt dies häufig nicht so recht. An diesem Nachmittag sollen die wichtigsten Einstellungen und Möglichkeiten dieses Smartphones mit dem Betriebssystem Android vorgestellt und lebenspraktisch ausprobiert werden, damit der nächste spontane Schnappschuss besser gelingt.

Bitte
bringen Sie
Ihr eigenes
iPad/
iPhone
mit.

5122

Samstag,
15.03.2025

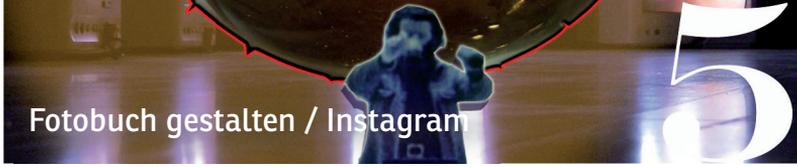
13.15 – 16.15 Uhr
36,00 EUR



5121

Samstag,
15.03.2025

10.00 – 13.00 Uhr
36,00 EUR



Fotobuch gestalten / Instagram

5123

Freitag,
29.11.2024
09.00 – 13.00 Uhr
46,00 EUR

Fotobuch gestalten Kleingruppenseminar

Ulrich Bauer
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

5124

Freitag,
07.02.2025
09.00 – 13.00 Uhr
46,00 EUR

Persönlich gestaltete Fotobücher sind das Trendprodukt im Bereich der digitalen Fotografie. Fotobücher sind professionell gedruckte Bücher mit Digitalfotos. Mit Hilfe einer Gestaltungs-Software entstehen regelrechte Bildbände, die private Erlebnisse wie Urlaubsreisen, Familienfeste u.v.m. eindrucksvoll präsentieren.

Schritt für Schritt wird in die Grundlagen der Gestaltung eines Fotobuchs eingeführt. Bitte bringen Sie ca. 70–150 nicht komprimierte digitale Fotos (z. B. vom letzten Urlaub oder einer besonderen Feier/Veranstaltung) auf einem Datenträger mit (USB-Stick, CD, Digitalkamera, Speicherkarte) und – falls vorhanden – einen USB-Speicherstick. Falls Sie eine eigene E-Mail-Adresse haben, bringen Sie bitte auch diese mit (Login und Passwort nicht vergessen). Alle Teilnehmenden erhalten einen CEWE-Fotobuch-Gutschein im Wert von 24,95 Euro für die Erstellung eines individuellen, kostenlosen Fotobuches. Einfache Grundkenntnisse in Windows sind Voraussetzungen für diesen Kurs.

5125S

Freitag,
04.07.2025
09.00 – 13.00 Uhr
46,00 EUR



Instagram, Twitter & Co. für Unternehmen: Social Media für Kundenkommunikation und Marketing nutzen (Gemischter Präsenz- und Online-Kurs)

Michael Braun
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Facebook, Instagram, Twitter: Es gibt immer mehr soziale Medien, die Unternehmen als Kommunikations- und Marketing-Kanäle zum Kunden nutzen können. Nur welchen Kanal setzt man wie ein und worauf ist zu achten? Das klären wir in diesem Kurs der VHS, der sich aus Präsenz-Terminen in der VHS und Online-Aufgaben am eigenen PC zusammensetzt. Die Online-Aufgaben werden über das Internet in der vhs.cloud bereitgestellt und im Dialog mit dem Kursleiter und den anderen Teilnehmenden umgesetzt. Der Vorteil für Betrieb und Beschäftigte: So lassen sich die Inhalte räumlich und zeitlich unabhängig erlernen und in der Praxis umsetzen.

Beim ersten Präsenztermin in der VHS werden aktuelle soziale Medien kurz vorgestellt. Dann werden workshopartig die Schwerpunkte des Kurses ermittelt. Diese werden in den Folgewochen in Selbstlern-Online-Phasen entwickelt und über Online-Aufgaben erarbeitet.

Der zweite und dritte Termin (jeweils Online) sind als Austausch und erste Zwischenbilanz gedacht. Es folgt eine weitere Online-Selbstlern-Phase mit verschiedenen Aufgaben, die zum Ziel

5150

Mi., 26.02.2025,
19.00 – 20.30 Uhr
(Präsenz)
Mi., 19.03.2025,
19.00 – 19.45 Uhr
(Online)
Mi., 09.04.2025,
19.00 – 19.45 Uhr
(Online)
Mi., 23.04.2025,
19.00 – 20.30 Uhr
(Präsenz)
70,00 EUR





Steuererklärung

haben, dass am Ende jede/r Teilnehmende die heute wichtigen sozialen Medien kennt und für das eigene Unternehmen einsetzen kann. Im vierten abschließenden Termin (Präsenz) erfolgt eine Zusammenfassung.

5160S

Donnerstag,
15.05.2025
18.00 – 21.00 Uhr
32,00 EUR

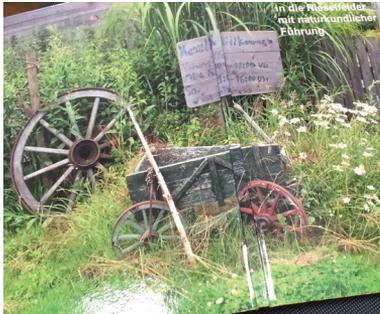
Auf dem Weg zur elektronischen Steuererklärung Erste Schritte Teil 1

Nico Scheidle, Lukas Scheidle
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Wenn Sie bislang noch wenig oder gar nicht im Internet unterwegs sind, dann ist dieser Auftaktbaustein für Sie genau das Richtige. An diesem Abend richten Sie zunächst ihre persönliche E-Mail-Adresse und Online-Registrierung bei Elster ein. Hierfür benötigen Sie Ihre Steueridentifikationsnummer. Dann erfahren Sie Grundlagen und die Top-Ten des Wissenswerten über die Einkommensteuererklärung und erstellen ihre ganz persönliche eigene Checkliste zur Vorbereitung der Erklärung.



Falls vorhanden, bringen Sie bitte Ihren eigenen Laptop oder Ihr Tablet mit.



Wissenswertes zur elektronischen Steuererklärung Teil 2

Nico Scheidle, Lukas Scheidle
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Im zweiten Baustein geht es nun um die Einkommensteuererklärung selbst, das Verfahren und Grundbegriffe, mit denen Sie bei der Erklärung zu tun haben werden. Sie können auch mit diesem Teil starten, sofern Sie die ersten Schritte (siehe oben) bereits selbst gegangen sind. An diesem Abend besprechen wir vorbereitende Arbeiten für die Steuererklärung und klären, welche Unterlagen von Ihnen benötigt werden. Abschließend erstellen Sie Ihre ganz persönliche Checkliste und wir beantworten grundsätzliche Fragen zur Steuererklärung. Die Referenten sind als Steuerberater tätig.

Erstellung einer elektronischen Steuererklärung Teil 3

Nico Scheidle, Lukas Scheidle
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Die Vorbereitungen sind getroffen, Sie haben die notwendigen Belege für Ihre Steuererklärung zusammen? Dann kann es losgehen. An diesen beiden Kurstagen gehen die Referenten die Elster-Steuererklärung Schritt

5161S

Donnerstag,
12.06.2025
18.00 – 20.00 Uhr
22,00 EUR

Falls vorhanden, bringen Sie bitte Ihren eigenen Laptop oder Ihr Tablet mit.



5162S

Freitag,
13.06.2025,
18.00 – 20.00 Uhr
und
Samstag,
14.06.2025,
10.00 – 14.00 Uhr
61,50 EUR



Steuererklärung / Sicherheit meiner Daten

Falls vorhanden, bringen Sie bitte Ihren eigenen Laptop oder Ihr Tablet mit.

für Schritt durch und geben Ihnen die notwendigen sachkundigen Erläuterungen und beantworten Ihre Fragen. Sie lernen, dass Sie auch ohne zusätzliche Spezial-Software Ihre Steuererklärung selbst erstellen können. So gerüstet und informiert wird es für Sie ein überschaubares Unterfangen, Ihre persönliche Steuererklärung anschließend selbstständig zu erstellen.

tivirenprogrammen, Mitschnitte von Daten.

Sicherheit meiner Daten Stufe 2

Jörg Kuhlemann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

5172
Montag,
10.03.2025
19.00 – 20.30 Uhr
20,00 EUR
Anmeldungen erforderlich!

5170

Montag,
24.02.2025
19.00 – 20.30 Uhr
20,00 EUR

Sicherheit meiner Daten Stufe 1

Jörg Kuhlemann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Für die meisten ist es Routine ihre Wohnung zu verschließen, wenn sie sich außer Haus aufhalten. Anders scheint es zu sein, wenn die gleiche Person im Internet auf der digitalen Autobahn unterwegs ist. Während eine Gefährdung bei der Wohnung offensichtlich ist, scheint eine Gefährdung beim Thema Daten-Sicherheit eher mittelbar und abstrakt.

An diesem Abend erfahren Sie, wie Sie sich mit recht einfachen Vorkehrungen in folgenden Bereichen schützen können:

PC-Sicherheit und sicheres Internet:

- Über Viren, Würmer und Trojaner
- Antivirenprogramme und Firewalls
- Umgang mit E-Mails
- Passwörter
- Datensicherheit und -sicherung.

Während des Vortrags werden einige Demos gezeigt z. B. Entschlüsseln von Passwörtern, Wirkungsweise von An-

Auf den Vortrag Stufe 1 aufbauend geht es in diesem Vortrag schwerpunktmäßig um die Themen WLAN-Sicherheit:

- Private und öffentliche WLANs und deren Unterschiede
- Schutz im öffentlichen WLAN gegen "Man in the Middle"-Attacken und Phishing
- Verhalten im öffentlichen WLAN
- Absicherung des privaten WLAN.

Während des Vortrags werden einige Demos gezeigt z. B. FAKE-Hotspot und Einstellungsmerkmale an Demo-Routern.





Sicherheit meiner Daten

5173

Montag,
17.03.2025
19.00 – 20.30 Uhr
20,00 EUR
Anmeldungen
erforderlich!

Sicherheit meiner Daten Stufe 3

Jörg Kuhlemann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Als dritten Baustein dieser kleinen
Reihe zur Internet-Sicherheit bieten
wir Ihnen an diesem Abend Informa-
tionen an über:

- Onlinebanking und E-Payment
- Bezahlen mit dem Smartphone und
Karten mit dem NFC-Verfahren

- Online-Banking und die verschiede-
nen Sicherheitsverfahren
- E-Payment verschiedener Anbieter
und deren Sicherheit
- Gütesiegel von Online-Shops, Zer-
tifikate, Kundenbewertungsportale
- Schutz vor Betrügern.

Während des Vortrags werden einige
Demos gezeigt z. B. die Bedeutung von
Zertifikaten und wie diese eingesehen
werden können, Impressumseiten als
erster Anlaufort eines Webshops.



Wissen

Bildung schafft Zukunft.

Deshalb unterstützen wir die
Schulen, Volkshochschulen und
andere Einrichtungen in unserer
Region. Denn wir wollen, dass
auch künftige Generationen
Chancen auf gute Bildung haben.
www.sparkasse-re.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Vest Recklinghausen



Microsoft Copilot – Chat GPT - DeepL

Microsoft Copilot Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Microsoft Copilot ist eine Assistentenfunktion mit künstlicher Intelligenz, die auf ChatGPT von OpenAI basiert. Copilot kann man alles Mögliche fragen, Aufgaben zuweisen oder Texte schreiben lassen. In diesem Kurs testen wir die Grundfunktionen von Copilot und benutzen das Tool in verschiedenen Anwendungsfällen, vom privaten Kochrezept über die Assistenz im Büro bis zur Erstellung literarischer Texte. Dieser Kurs befasst sich nicht mit dem kostenpflichtigen Microsoft 365-Assistenten für Office-Produkte, sondern mit der frei verfügbaren GPT-Version Copilot.

onen mit ChatGPT, einschließlich der Anpassung von Prompts und der Bewertung der Antworten.

Für wen ist dieser Kurs geeignet? Dieser Kurs ist ideal für alle, die sich erstmalig für künstliche Intelligenz interessieren und lernen möchten, wie sie ChatGPT und ähnliche Technologien in ihrem Alltag oder Beruf einsetzen können.

DeepL Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Mal eben einen Text übersetzen? Oder den eigenen Text verbessern lassen? Hier kommt KI ins Spiel, genauer gesagt, DeepL, ein virtueller Helfer, der Ihnen mit KI bei genau den beiden genannten Anwendungsfällen hilft. Wir erlernen in diesem Kurs, wie man mit DeepL Übersetzungen in verschiedene Sprachen herstellt, wie sich Texte verbessern lassen und wie sich aus unseren Texten Varianten in ganz anderen Sprachstilen erstellen lassen.

"ChatGPT – Interaktion mit Künstlicher Intelligenz" Online-Kurs

Alexander Kindermann
Online-Kurs

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie ChatGPT effektiv nutzen können, um Texte zu generieren, Fragen zu beantworten und sogar komplexe Probleme zu lösen.

Was Sie lernen werden:
Praktische Anleitungen zur Nutzung von ChatGPT für unterschiedliche Anwendungen, von der Texterstellung bis zur Informationsbeschaffung. Tipps zur Verbesserung der Interakti-



5201

Donnerstag,
29.08.2024
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5202S

Donnerstag,
03.07.2025
19.00 – 20.30 Uhr
16,00 EUR



5203

Donnerstag,
12.12.2024
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5204

Donnerstag,
03.04.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR



5205

Donnerstag,
12.09.2024
18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

5206S

Donnerstag,
03.07.2025
18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR



DALL-E – ElevenLabs - Komoot



5207

Donnerstag,
19.09.2024

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

5208S

Donnerstag,
10.07.2025

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

DALL-E Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

DALL-E kreiert Grafiken und Bilder nach Ihren Wünschen: Sie geben per Text ein, was für ein Bild sie erwarten und die KI in DALL-E rechnet in wenigen Sekunden ein potenzielles Bild aus. In diesem Kurs wagen wir die ersten Schritte auf DALL-E, lernen mehr darüber, wie wir unsere Anfragen richtig formulieren, damit auch das gewünschte Ergebnis dabei herauskommt und schauen uns an, wie man diese Bilder danach weiter verwenden kann.



5209

Donnerstag,
26.09.2024

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

5210S

Donnerstag,
10.07.2025

19.00 – 19.45 Uhr
10,00 EUR

ElevenLabs Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Nicht jede/r hat eine Radiostimme. Trotzdem möchte man bestimmte Inhalte gerne mal als Audiodatei veröffentlichen – zum Beispiel die eigenen Gedichte, vorgetragen von einem professionell klingenden Sprecher oder die Unternehmensnachrichten, gesprochen von einer Nachrichtensprecherin. Das geht mit ElevenLabs: In diesem Kurs lernen wir das Tool kennen und erfahren, wie man Text online mit dem KI-Sprachgenerator in Sprache konvertieren lassen kann. Wir erstellen sofort natürliche KI-Stimmen in jeder Sprache – perfekt für eine erste Testbotschaft.

Komoot Grundlagen

Michael Braun
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Im Bereich der Automobilität sind Navigationsgeräte oder entsprechende Apps auf Mobiltelefonen selbstverständlich geworden. Bei Outdoor-Aktivitäten wie Radfahren oder Wandern sind Navigations-Apps auf dem Vormarsch und werden von einer stetig wachsenden Anzahl Aktiver genutzt. An diesem Abend wird die App für kürzere und lange Touren ganz praktisch vorgestellt. Einfache Vorkenntnisse im Umgang mit dem eigenen Smartphone sind erforderlich, ein eigenes Handy sollte mitgebracht werden. Die Komoot-App ist bereits auf das Smartphone heruntergeladen.

Komoot Aufbaukurs

Michael Braun
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

In diesem Aufbaukurs werden weitergehende Einsatz- und Nutzungsmöglichkeiten erstellt und erprobt, die über den Grundlagenkurs hinausgehen.



5220

Donnerstag,
31.10.2024

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5221

Donnerstag,
20.02.2025

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR



5222

Donnerstag,
14.11.2024

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5223

Donnerstag,
06.03.2025

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR



Komoot - Google Maps - DB Navigator/VRR-App

Komoot Workshop

Michael Braun
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Sie haben den Grund- und Aufbaukurs zu „Komoot“ besucht und das eine oder andere bereits mit der Nav-App ausprobiert? Dann ist der Workshop vielleicht genau das Richtige für Sie, da Sie hier ihre Fragen loswerden und Unklarheiten beseitigen können. Darüber hinaus wird auch vorgestellt, wie Sie mit der Premium-Version der App ganz bequem eine mehrtägige Tour planen können.

Google Maps – Navigieren wie ein Profi

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Entdecken Sie die Welt um sich herum mit Google Maps, einer der führenden Navigationsapps für iOS und Android.

An diesem Abend machen wir uns auf, um spannende neue Orte zu entdecken, Verkehrsinformationen in Echtzeit zu erhalten und Reisen effizient zu planen.

Was Sie lernen werden:

Grundlagen der Navigation und Kartenansicht in Google Maps. Einsatz fortgeschrittener Funktionen wie Routenplanung mit verschiedenen Verkehrsmitteln, Standortfreigabe und Erstellung eigener Karten.

Für wen ist dieser Kurs geeignet?

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Google Maps effektiver nutzen möchten, von alltäglichen Fahrten bis hin zu außergewöhnlichen Abenteuern. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

DB Navigator / VRR-App

Michael Braun
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

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. Dazu nehmen wir die VRR App für Smartphones zur Hand - für die ÖPNV-Nutzung in unserer Region. Dies und einiges mehr besprechen wir in diesem Kurs. Voraussetzung zur Teilnahme ist, dass beide Apps bereits auf dem Smartphone installiert sind.



5224

Dienstag,
11.03.2025

15.00 – 18.00 Uhr
28,00 EUR



5225

Donnerstag,
07.11.2024

19.45 – 21.15 Uhr
16,00 EUR

5226

Donnerstag,
27.02.2025

19.45 – 21.15 Uhr
16,00 EUR



5227

Donnerstag,
28.11.2024

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5228

Donnerstag,
20.03.2025

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR





Gesundheits-Apps – Freelibre

Optimieren Sie Ihre Gesundheit mit der Health-App auf dem iPhone

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Entdecken Sie, wie Sie die Health-App auf Ihrem iPhone optimal nutzen können, um Ihre Gesundheits- und Fitnessziele zu verfolgen und zu erreichen.

Was Sie lernen werden:

Grundlagen der Health-App, Einrichtung und Navigation, Verständnis darüber, wie Sie Aktivitätsdaten, Ernährungsinformationen und Gesundheitsberichte erfassen und auswerten sowie Datenschutz und Sicherheit Ihrer Gesundheitsinformationen.

Für wen ist dieser Kurs geeignet?

Dieser Kurs ist ideal für iPhone-Nutzer, die ihre Gesundheitsdaten zur Verbesserung ihres Wohlbefindens nutzen.

Einsteigende wie erfahrene Nutzende sind gern gesehen.

Freelibre – Ihr digitaler Assistent für Diabetes-Management

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Lernen Sie Freelibre kennen, eine innovative App, die Personen mit Diabetes dabei unterstützt, ihren Blutzuckerspiegel effektiv zu überwachen und zu managen.

Was Sie lernen werden:

Einführung in die Freelibre-App, ihre Funktionen und wie sie Ihre Diabetes-Daten integriert. Einrichtung der App und Synchronisation mit den Blutzuckermessgeräten.

Nutzung von Funktionen zur Verfolgung Ihrer Mahlzeiten, Insulinverabreichungen und Blutzuckerwerte.

Für wen ist dieser Kurs geeignet?

Dieser Kurs richtet sich an Personen mit Diabetes und Angehörige, die die Überwachung ihres Gesundheitszustands verbessern wollen, geeignet für Neueinsteiger sowie für erfahrene Nutzer.

neu



5240

Donnerstag,
21.11.2024
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5241

Donnerstag,
13.03.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

neu



5242

Donnerstag,
05.12.2024
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5243

Donnerstag,
27.03.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR





Gesundheits-Apps – Rettet Lebensmittel

Allgemeine Gesundheits-Apps – Optimieren Sie Ihr Wohlbefinden

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

In diesem Kurs erkunden wir die Welt der allgemeinen Gesundheits-Apps, die auf verschiedenen mobilen Plattformen wie iOS und Android verfügbar sind. Sie erfahren, wie Sie diese Apps nutzen können, um Ihre körperliche und geistige Gesundheit zu beobachten, Fitnessziele zu setzen und zu erreichen

Was Sie lernen werden:

Überblick über populäre Gesundheits-Apps und ihre Funktionen. Anleitung zur Auswahl der richtigen Gesundheits-App basierend auf Ihren persönlichen Gesundheitszielen und Bedürfnissen. Tipps zur Integration dieser Apps in Ihren Alltag und Hinweise zur Datensicherheit.

Für wen ist dieser Kurs geeignet?

Dieser Kurs ist ideal für alle, die ihre Gesundheit aktiv beobachten und verbessern möchten. Er eignet sich sowohl für Einsteigende, als auch für Fortgeschrittene, die ihre bestehenden Gesundheitsroutinen mit technologischen Lösungen erweitern möchten.

Rettet Lebensmittel mit „Too Good To Go“ Ein praktischer Leitfaden

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie die „Too Good To Go“-App effektiv nutzen, um Lebensmittelverschwendung zu bekämpfen und gleichzeitig Lebensmittel z. T. recht günstig zu bekommen.

Was Sie lernen werden:

Einführung in die „Too Good To Go“-App, die das Ziel hat, Lebensmittelverschwendung zu reduzieren. Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Nutzung der App, von der Einrichtung Ihres Profils bis zum Kauf einer ersten „Überraschungstüte“.

Für wen ist dieser Kurs geeignet?

Dieser Kurs ist ideal für alle, die einen aktiven Beitrag zur Nachhaltigkeit leisten möchten, indem sie Lebensmittel retten und dabei noch sparen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



neu



5244

Donnerstag,
05.12.2024
19.45 – 21.15 Uhr
16,00 EUR

5245

Donnerstag,
27.03.2025
19.45 – 21.15 Uhr
16,00 EUR



neu



5246

Donnerstag,
07.11.2024
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5247

Donnerstag,
27.02.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR



MindMeister – LinkedIn – Trello – Canva

Microsoft MindMeister

Alexander Kindermann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Sie arbeiten an einer Idee, müssen dabei aber ganz viele Dinge bedenken und wollen nicht die Übersicht verlieren? Dann probieren Sie es doch einmal mit einer Mindmap - passende Tools dazu gibt es im Internet. In diesem Kurs schauen wir uns MindMeister einmal genauer an - ein browserbasiertes Mindmapping-Tool, das sich sehr gut dafür eignet, Ideen visuell darzustellen, gemeinsam auszuarbeiten und mit anderen zu teilen. Das Tool kann über einen Internetbrowser oder Apps genutzt werden.

Tricks zu Content-Strategie, Gruppen und Communities, Jobsuche und Karriereentwicklung bis hin zu Datenschutz und Sicherheit.

Trello Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Das nächste Projekt steht an, das Sie im Team erledigen möchten - jetzt kommt es auf die sorgfältige Planung auf Aufgabenverteilung an. Trello kann dabei eine gute Hilfestellung sein. Damit kann man Aufgaben überwachen, verwalten und erledigen sowie die Arbeit des Teams wie die Teile eines Puzzles zusammenfügen, um Projekte zum Erfolg zu führen. In diesem Kurs gehen wir erste Schritte in Trello, probieren die Projektplanung aus und erstellen ein exemplarisches Projekt.

Canva Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Mit Canva ist die Entwicklung eigener Designs kinderleicht und macht auch noch Spaß: Wer sich schon immer mal kreativ ausprobieren wollte und keine Lust mehr auf einfache Flyer, langweilige Instagram-Grafiken oder uninteressante Logos hat, kann sich über diesen Kursus erstmals mit Canva beschäftigen. Wir erstellen erste



5260

Donnerstag,
09.01.2025

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

5261S

Donnerstag,
08.05.2025

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR



5262

Montag,
13.01.2025

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5263S

Montag,
02.06.2025

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

LinkedIn Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

LinkedIn ist eine der führenden Plattformen für berufliche Vernetzung und Karriereentwicklung. Lernen Sie, LinkedIn als wertvolles Werkzeug für die berufliche Entwicklung und Vernetzung zu nutzen und Ihr Profil so zu optimieren, dass es sich abhebt. Sie werden auch in der Lage sein, gezielt Beziehungen aufzubauen und relevante berufliche Chancen zu identifizieren. LinkedIn kann Ihre beruflichen Perspektiven erweitern. Erfahren Sie Tipps und



5264

Donnerstag,
16.01.2025

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR



5265

Donnerstag,
23.01.2025

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

5266S

Donnerstag,
22.05.2025

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR



Facebook – Instagram

Designs mit Fotos und Grafikelementen – das kann man auch, wenn man kein Design-Experte ist. Wir werfen einen Blick auf die Hauptfunktionen und die Medienbibliothek, über die man schnell passende Fotos für den nächsten Flyer oder das nächste Posting findet.

Facebook Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Facebook ist der Klassiker unter den Social-Media-Plattformen. Und es gibt immer noch Menschen, die bislang keinen Kontakt damit hatten. Für diese ist dieser Kurs gedacht. Wir wagen die ersten Schritte auf der Plattform, schauen in Gruppen, die uns interessieren, lernen, wie man Postings platziert, andere Beiträge ansieht und kommentiert.



Instagram Grundlagen

Michael Braun
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Instagram wird als soziales Medium immer beliebter und ist dabei, Facebook den Rang abzulaufen. In diesem Einsteiger-Kursus schauen wir uns den Aufbau von Instagram an und legen gemeinsam Accounts an, so dass jeder Teilnehmende in Zukunft über einen eigenen Account verfügt. Danach posten wir direkt die ersten Bilder, um die Möglichkeiten bei Instagram zu verstehen.

Mitzubringen ist das eigene Smartphone. Außerdem sollte jede/r Teilnehmende Zugriff auf seine Mailadresse im Kursus haben, um den eigenen Instagram-Account freischalten zu können.

Instagram Aufbaukurs

Michael Braun
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Sie besitzen bereits Grundkenntnisse im Umgang mit Instagram oder haben idealerweise bereits den Grundkurs besucht. In diesem Aufbaukurs soll das Wissen über den Aufbau von Instagram, das Anlegen, die Nutzung und Pflege der Accounts sowie das Posten von Bildern vertieft und offene Fragen beantwortet werden.

Mitzubringen ist das eigene Smartphone. Außerdem sollte jede/r Teilnehmende Zugriff auf ihre/seine



5269
Montag,
27.01.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5270S
Montag,
23.06.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR



5271
Montag,
03.02.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5272S
Montag,
30.06.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR



5267
Montag,
20.01.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5268S
Montag,
16.06.2025
18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR





Zoom – Calendly

Mailadresse im Kursus haben, um den eigenen Instagram-Account freischalten zu können.

Zoom Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Zoom war eines der wichtigsten Tools in der Coronazeit, um in Kontakt zu bleiben. Seitdem hat sich die Plattform laufend weiterentwickelt, inklusive Tools wie Live-Transkript oder KI-Unterstützung, zum Beispiel zum Zusammenfassen von gemeinsamen Sessions. In diesem Kurs erfahren Sie leicht verständlich und gut nachvollziehbar, wie Sie digital Kontakt zu Freunden, Kollegen oder Kunden aufbauen können. Voraussetzung zur Teilnahme an diesem Angebot ist das Vorhandensein eines angemeldeten Smartphones, eines PCs, Laptops oder Tablets mit Internetzugang, einer Kamera und einem Mikrofon.

Calendly Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Das Finden eines gemeinsamen Termins mit Kund:innen, mit dem Vereinsvorstand oder mit Arbeitskolleg:innen ist oft eine Herausforderung. Erst einmal müssen beide Seiten ihre Terminkalender nebeneinander legen, um Lücken im Plan zu finden. Einfacher geht das mit Calendly, einer Plattform für die automatisierte Terminplanung. Man verbindet sich mit seinem Kalender und gibt die Bereiche frei, zu denen man potenziell freie Zeit hat. In dem Kurs gehen wir erste Schritte in Calendly: Wir erstellen Planungslinks und Buchungsseiten, teilen die Links testweise mit den anderen Teilnehmenden, damit diese mit nur einem Klick einen Termin buchen können.



5275
Donnerstag,
30.01.2025
18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

5276S
Donnerstag,
05.06.2025
18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR



5273
Donnerstag,
13.02.2025
18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

5274S
Donnerstag,
26.06.2025
18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR





Conceptboard Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Gemeinsam visuell an einem Projekt arbeiten - das funktioniert mit digitalen Whiteboard-Lösungen wie Conceptboard. In diesem Kurs nehmen wir uns diese visuelle Kollaborationsplattform vor, um zu sehen, wie Teams Projekte erstellen, verwalten und in Echtzeit gleichzeitig daran arbeiten können. Wir lernen die Werkzeuge, den Live-Cursor und die zahlreichen Vorlagen kennen, so dass wir am Ende unser eigenes Projekt starten können.

Discord Online-Kurs

Michael Braun
Online-Kurs

Sie kennen Discord nicht? Dann fragen Sie mal Ihre Kinder oder Enkel - für die ist Discord nicht nur ein Begriff, sondern DIE Plattform, auf der man sich heute trifft und austauscht. Sie versteht sich als Online-Dienst, der ursprünglich für die Bedürfnisse der Videospiele-Community entwickelt wurde. Über Discord kann man sich vernetzen, chatten und sprechen, zum Beispiel während man gemeinsam online Videospiele spielt oder zusammen Musik hört. In diesem Kurs werfen wir einen Blick auf diese Plattform, erlernen ihre Systematik und wagen erste Schritte mit dem eigenen Account.

neu



5277

Donnerstag,
06.02.2025

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

5278S

Donnerstag,
12.06.2025

18.00 – 18.45 Uhr
10,00 EUR

neu



5279

Montag,
10.02.2025

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

5280S

Montag,
07.07.2025

18.00 – 19.30 Uhr
16,00 EUR

WIR MACHEN IHR UNTERNEHMEN FIT IN SACHEN DIGITALISIERUNG UND KÜNSTLICHER INTELLIGENZ



- Wie bekomme ich meine Prozesse digitalisiert?
- Wie kann ich KI für meinen Betrieb einsetzen?
- Wie werden meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter fit gemacht für KI und Digitalisierung?

Finden Sie es heraus – wir helfen Ihnen dabei. Mit Bedarfsanalysen, Workshops, Schulungen, Prozessbegleitungen, Fördermittelberatung u.v.m.

Alles Infos im Medienhaus Waltrop
und unter green-pr.de





Berufliche Einzelberatung – Bewerben

5301

Vertrauliche berufliche Einzelberatung Telefonische Beratung

Eine Beratungseinheit dauert 30 Minuten und kostet 35,00 EUR.

Terminvereinbarung nach individueller Absprache. Nähere Informationen erteilt Maren Punge: 02309-962611

Dipl. Betriebswirtin Birgit Friedrich-Schäffer

Berufliche Belastungssituationen nehmen zu – Konflikte mit Kolleg:innen, Mobbing, Arbeitsüberlastung, Unzufriedenheit mit Aufgabenbereichen oder Vorbereitung auf Beurteilungsgespräche und Gehaltsverhandlungen sind nur einige der typischen Belastungssituationen im beruflichen Arbeitsalltag.

Das vertrauliche Beratungsgespräch bietet die Möglichkeit zur Reflexion der eigenen beruflichen Situation sowie zur Entwicklung erster Lösungsschritte mit Blick auf die eigenen Ressourcen und ggf. Möglichkeiten einer beruflichen Um- oder Neuorientierung.

Erfolgreich bewerben Telefonische Einzelberatung

Dipl. Betriebswirtin Birgit Friedrich-Schäffer

Eine überzeugende Bewerbung ist der Türöffner zum Vorstellungsgespräch bei einem Unternehmen. Sie haben eine Wunschposition entdeckt, auf die Sie sich erfolgreich bewerben möchten? Sie möchten wissen, wie Sie Ihre Stärken und Ihre Motivation in einem Bewerbungsanschreiben überzeugend präsentieren? Was ist bei der Gestaltung eines aussagekräftigen Lebenslaufs zu beachten? Worauf ist bei Online-Bewerbungen zu achten? Oder Sie haben bereits eine Einladung zu einem Vorstellungsgespräch und möchten sich optimal darauf vorbereiten. Lassen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen fachkundig analysieren. Sie erhalten Hilfestellung zur Optimierung und überzeugenden Gestaltung Ihrer Bewerbung bzw. Tipps für die optimale Vorbereitung eines Vorstellungsgesprächs.

Zur Beratung können die eigenen Bewerbungsunterlagen sowie ggf. für Sie interessante Stellenanzeigen vorab gerne zugesandt werden.

5302

Eine Beratungseinheit dauert 30 Minuten und kostet 35,00 EUR.

Terminvereinbarung nach individueller Absprache. Nähere Informationen erteilt Maren Punge: 02309-962611





Arbeitszeugnis – Raspberry Pi

5303

Arbeitszeugnis-Check Telefonische Einzelberatung

Eine Beratungseinheit dauert 30 Minuten und kostet 35,00 EUR.

Terminvereinbarung nach individueller Absprache. Nähere Informationen erteilt Maren Punge: 02309-962611



Dipl. Betriebswirtin Birgit Friedrich-Schäffer

Arbeitszeugnissen kommt eine Schlüsselfunktion bei der beruflichen Neuorientierung zu. Zukünftige Arbeitgeber:innen bewerten die hierin enthaltenen Informationen zur Art der ausgeübten Tätigkeiten sowie die vermeintlich positiv klingenden Aussagen zum Leistungs- und Sozialverhalten.

Die wahren Aussagen eines Zeugnisses sind für ungeübte Zeugnisleser:innen nur schwer zu erkennen. Schlechte Bewertungen, Auslassen von wichtigen Kernaussagen sowie widersprüchliche Aussagen finden sich im Zeugnis oftmals nur zwischen den Zeilen versteckt wieder. Häufig werden diese Aussagen zum Stolperstein einer Karriere. Lassen Sie Ihr Arbeitszeugnis fachkundig analysieren. Sie erhalten Tipps zu erforderlichen Korrekturen sowie zur Zeugnisreklamation. Für diese Beratung kann das eigene Arbeitszeugnis vorab gerne zugesandt werden. Die Arbeitszeugnisberatung stellt keine Rechtsberatung dar!

Raspberry Pi Der Zwergcomputer und seine Funktionen auch für Jugendliche ab 12 Jahren

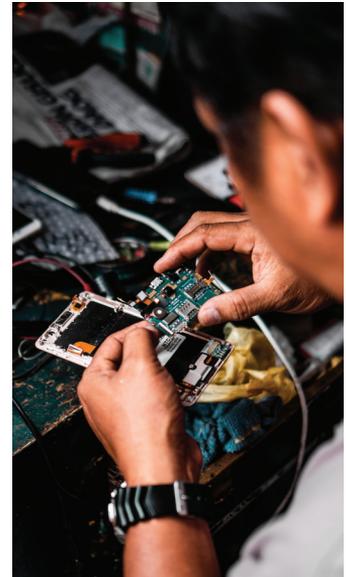
Jörg Kuhlemann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Klein, günstig und universell einsetzbar. Der Raspberry Pi ist ein voll ausgestatteter Mini-Computer im Scheckkartenformat. Mit WLAN, Bluetooth, USB, Netzwerkanschluss, diversen Datenschnittstellen, HDMI- und Audioausgang prädestiniert sich der 64-Bit Raspberry Pi für den Einsatz in Hobbyprojekten. Er läuft mit freier Software (Linux) und ist für ca. 180 bis 250 Euro zu haben. Mit etwas Programmierarbeit und ein wenig zusätzlicher Hardware kann man die unterschiedlichsten Projekte von Überwachungskamera über Modellbahnsteuerung bis zum Selbstbau-Laptop verwirklichen. In diesem Workshop wollen wir uns mit den Grundlagen des "Minicomputers Raspberry Pi" vertraut machen. Dazu gehören die erste Inbetriebnahme, das Installieren eines Betriebssystems und das Einbinden in ein Netzwerk. Weitere Inhalte sind: Anschlüsse und Möglichkeiten des GPIO-Ports mit dem Programmieren der Anschlüsse in der vergleichsweise einfach erlernbaren Sprache Python, Anschluss einer Kamera, Einsatz von Bewegungs- und Temperatursensoren sowie der Steuerung externer Geräte.

Ein Raspberry Pi ist nicht in den Gebühren eingeschlossen. Die VHS unterstützt bei der Beschaffung des Gerätes.

5307

Dienstag,
25.02.2025
18.00 – 21.00 Uhr
5 Abende
106,50 EUR
Zum Kurs ist ein funktionsfähiges Raspberry Pi Gerät mit Stromversorgung und SD- Karte mitzubringen.





Amateurfunk

5308

Montag,
20.01.2025
18.00 – 19.00 Uhr
gebührenfrei

Einführung in die Welt des Amateurfunks

Wilfried Schäfer
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Nichts Geringeres als die Völker-
verständigung ist ein zentrales Ziel
vieler, die sich dem Hobby des Ama-
teurfunks verschrieben haben. Über
nationalstaatliche, ethische, Sprach-
und Religions-Grenzen hinweg kann
der Amateurfunk zur Pflege von
Freundschaften, der technischen Wei-
terbildung und der angewandten For-
schung dienen. Was genauer er für
die Waltroper Funkamateure bedeu-
tet und was es mit der Zulassung und
der Amateurfunkprüfung auf sich hat,
wird Wilfried Schäfer bei diesem ge-
bührenfreien Vortrag erläutern.

Wer dann Appetit auf mehr bekom-
men hat, kann am Lehrgang zur Vor-
bereitung auf
die Amateur-
funkprüfung
teilnehmen.



Die Welt des Amateurfunks entdecken

Lehrgang zur Vorbereitung auf Amateurfunkprüfung

Wilfried Schäfer
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Sie interessieren sich für Elektronik-
Bau- und Bastelprojekte? Sie finden
es spannend zu erfahren, wie ein Ra-
dio funktioniert? Sie haben Lust mit
Menschen in aller Welt auf eine zeit-
lose Art zu kommunizieren? Dann ist
dieser Lehrgang vielleicht genau das
Richtige für Sie.

Hier erfahren Sie alles über Funk-
betriebstechnik, erhalten Elektronik-
und rechtliche Kenntnisse über Funk-
dienste und deren Befugnisse. Der
Dozent, Wilfried Schäfer, Rufzeichen
DL1YAI, ist schon über 50 Jahre lizen-
zierter Funkamateurer und Vereinsvor-
sitzender des DARC Waltrop-Datteln.
Amateurfunk ist eine zeitlose Technik,
die trotz Internet und Digitalisierung
für Viele mehr als ein Hobby geblie-
ben ist.

Am Ende des Lehrgangs sind Sie gut
auf die Amateurfunkprüfung bei der
Bundesnetzagentur (BNetzA) vorbe-
reitet und erhalten bei erfolgreichem
Abschluss des Lehrgangs eine Urkunde
mit zugeteiltem, persönlichen Ruf-
zeichen, unter dem Sie am Amateur-
funkdienst teilnehmen dürfen.

Es entstehen dabei weitere Prüfungs-
gebühren, die nicht im Kursentgelt
enthalten sind.

5309

Montag,
17.02.2025
18.00 – 21.00 Uhr
10 Abende
127,00 EUR

www.bildungsurlaub.de

Erläuterungen zum Bildungsurlaub

Was ist Bildungsurlaub?

Bildungsurlaub ist die bezahlte Freistellung von der Arbeit zum Zwecke der beruflichen und/oder politischen Weiterbildung in anerkannten Bildungsveranstaltungen.

Die Volkshochschule Waltrop bietet solche Veranstaltungen an. Gesetzliche Grundlage ist das Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW (AWbG).

Wer erhält Bildungsurlaub?

- Arbeiter/innen und Angestellte in Nordrhein-Westfalen haben in Betrieben und Dienststellen ab zehn Beschäftigten einen Rechtsanspruch auf Freistellung von der Arbeit zum Zwecke der politischen oder beruflichen Weiterbildung.
- Keinen Anspruch auf Bildungsurlaub haben Beamte und Auszubildende. Für Beamte gilt die Sonderurlaubsverordnung.

Wie viel Bildungsurlaub gibt es?

Arbeitnehmer/innen haben einen Anspruch auf Bildungsurlaub von fünf Arbeitstagen im Kalenderjahr. Außerdem kann der Anspruch von zwei Kalenderjahren zusammengefasst werden, das heißt, der Arbeitnehmer wird für zehn Tage von der Arbeit freigestellt. Dem Arbeitgeber ist die zusammengefasste Inanspruchnahme für das folgende Kalenderjahr bereits im laufenden Kalenderjahr schriftlich mitzuteilen. Wurde der Bildungsurlaub im laufenden Jahr nicht in Anspruch genommen und nicht übertragen, verfällt der Anspruch.

Wie wird Bildungsurlaub beantragt?

- Suchen Sie sich aus allen nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz anerkannten Veranstaltungen ein Angebot Ihrer Wahl aus und sprechen Sie mit Ihrem Arbeitgeber.
- Melden Sie sich bei der Volkshochschule an. Sie erhalten von der VHS eine Anmeldebescheinigung, den Nachweis über die „Anerkennung der Bildungsveranstaltung“ und ein Formblatt für den „Antrag beim Arbeitgeber“, das Sie Ihrem Arbeitgeber mindestens sechs Wochen vor Beginn vorlegen müssen.
- Am Ende Ihres Bildungsurlaubs bekommen Sie von der VHS eine Teilnahmebescheinigung, die Sie Ihrem Arbeitgeber vorzulegen haben.

Übrigens: Die VHS Waltrop bietet zahlreiche Bildungsurlaubsseminare an. Diese können auch von allen anderen Interessierten besucht werden. Die Bildungsurlaube der VHS Waltrop finden Sie auf der nächsten Seite, und bei den Sprachkursen (Studienbereich 4).



Stressabbau

Kennenlernen und Einüben von Strategien zum Stressabbau Bildungsurlaub

Yvonne Beerenbrock
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Die Lebenszeit sollte nicht nur durch die Arbeitszeit dominiert werden. Im besten Fall erfüllt uns unser Beruf oder ist vielleicht sogar eine Berufung. Er kann aber auch in erster Linie eine Einkommensquelle zum Lebensunterhalt sein und nichts mit persönlichen Neigungen zu tun haben. Wie auch immer dies gestellt ist – man selbst und das eigene Leben sollten dabei nicht hinten anstehen. Das Konzept dieser Woche ist in zwei Stränge gegliedert: Auf der einen Seite werden Themen wie Burn-Out-Prävention, die Verbesserung der Kommunikation und damit auch die persönliche Weiterentwicklung eine Rolle spielen, auf der anderen Seite wird es um das Erlernen von unterschiedlichen Entspannungstechniken gehen mit dem Ziel, die persönliche und berufliche Leistungsfähigkeit zu steigern. Weitere Inhalte sind: Selbst- und Zeitmanagement, Yoga, Autogenes Training/Selbstentspannung, Rückenübungen für den Alltag.

Stressabbau, Entspannung, Hatha-Yoga und Meditation zur Stärkung der beruflichen Leistungsfähigkeit Bildungsurlaub im Kloster Bestwig

Yvonne Beerenbrock
Bestwig

In diesem Bildungsurlaub werden Techniken zum Stressabbau, zur Entspannung und zu einem achtsamen Umgang mit dem Körper eingeübt. Wir werden immer wieder im Alltag von Stress und Hektik eingeholt. Nervosität, Unruhe, Anspannung, körperliche und geistige Abgeschlagenheit gehören fast zum Alltag. An der Spitze der Volkskrankheiten stehen Rückenbeschwerden. Sie sind für den größten Anteil der Krankentage verantwortlich. Mit Hatha-Yoga kann gezielt und systematisch gegen Rückenbeschwerden entgegen gesteuert werden.

In diesem 5-tägigen Intensivseminar werden die verschiedenen Techniken vorgestellt und eingeübt, mit dem Ziel, ohne Rückenbeschwerden und weniger Verspannungen den Berufsalltag zu meistern. Durch das behutsame Einbinden von Hatha-Yoga-Übungen, Atmungs-, Meditations- und Entspannungstechniken können Sie ihre geistige Beweglichkeit, Konzentrationsfähigkeit und persönliche Ausstrahlung verbessern. Sie haben mehr Energie und können ihre Ressourcen für den Berufsalltag stärken. Teilnehmen können an diesem Seminar Männer und Frauen, mit und ohne Erfahrungen im Bereich Hatha-Yoga und Entspannungstechniken.

B5501

Montag,
13.10.2025 –
Freitag, 17.10.2025
Gebühr: ca.
695,00 €
inkl. Einzelzimmerunterbringung,
Vollverpflegung,
Seminarkosten.
Fahrgemeinschaften können
gebildet werden.

Bitte bringen Sie Ihre Yoga-Matte oder eine Decke mit, evtl. Meditationshocker, warme Socken, Saunasachen sowie festes Schuhwerk. Bitte tragen Sie an diesen Tagen bequeme Kleidung (keine Jeans). Das Seminar beginnt am Montag um 11.00 Uhr und endet am Freitag gegen 14.00 Uhr.



5502S

Montag,
14.07.2025 –
Freitag,
18.07.2025
jeweils
09.15 – 14.45 Uhr
inkl. Pausen
194,50 EUR
inkl. Kaffee, Tee,
Obst, Gebäck,
Kopien und
Teilnahmebescheinigung





Dr. Hölscher | Frisch | Wetterkamp

Rechtsanwälte ▪ Fachanwälte ▪ Notare

KANZLEI IM OSTVEST

RECHTSANWÄLTE / NOTARE

Dr. jur. Thomas Hölscher

Barbara Frisch

Julia Wetterkamp



kanzlei@drhoelscher-frisch.de



Nachhaltigkeit

5505

Dienstag,
29.10.2024
18.00 – 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung über
die VHS Essen
Telefon:
0201 - 88 43 100
E-Mail:
info@vhs.essen.de

Kooperation zwischen
der VHS Essen und der VHS Waltrop
**Infoabend: Nachhaltigkeit
schaffen
Veränderung gemeinsam gestalten**

Dr. Reimund Evers, Andreas Guderian
VHS Essen

Angesichts des bedrohlichen Klimawandels findet das Konzept der Nachhaltigkeit enorme Beachtung. Viele Menschen wollen aktiv daran mitwirken, ökologische, soziale und ökonomische Interessen in eine Balance zu bringen. Die VHS bietet hierzu eine neuartige Fortbildung an. Sie soll Interessierte ermutigen und befähigen, sich für Veränderungsprozesse zu nachhaltigerem Leben und Arbeiten zu engagieren. Neben der Vermittlung von relevantem Wissen geht es primär um die Förderung von Schlüsselqualifikationen für den Wandel. Der Lehrgang umfasst sechs Workshops, die an Wochenenden zwischen November 2024 und April 2025 stattfinden.

Weitere Details erfahren Sie an diesem gebührenfreien Informationsabend oder bei Dr. Reimund Evers (Tel.: 0201 - 88 43 202):

Nachhaltigkeit: Was ist das? Wie geht das? Was heißt das für mich?

Psychologie der Nachhaltigkeit: Wie kann Veränderung gelingen?

Grundlagen nachhaltiger Kommunikation & Konfliktlösung

Projektmanagement für nachhaltige Entwicklungsprozesse

Methodentraining für die Kooperation in Veränderungsprozessen

Abschlussworkshop: Nachhaltigkeit gemeinsam erschaffen!

Kooperation zwischen
der VHS Essen und der VHS Waltrop
**Nachhaltigkeit schaffen –
Veränderung gemeinsam
gestalten:
Workshop für den Wandel von
Leben und Arbeiten**

Dr. Reimund Evers, Andreas Guderian
VHS Essen

Angesichts des bedrohlichen Klimawandels findet das Konzept der "Nachhaltigen Entwicklung" enorme Relevanz. Es sieht vor, ökologische, soziale und ökonomische Interessen in eine Balance zu bringen, Lebenschancen fair zu verteilen und die Existenzgrundlagen der Menschheit langfristig zu sichern. Die dazu dringend erforderliche Veränderung von Wirtschaft und Gesellschaft ist enorm. Man kann sie auch als gigantischen Lernprozess auf individueller und sozialer Ebene betrachten. Die Volkshochschule bietet hierzu eine neuartige Fortbildung an. Sie richtet sich an Beschäftigte, Führungskräfte, Projektverantwortliche, CSR-Beauftragte, Multiplikator:innen und ehrenamtlich Aktive, die sich in ihrem individuellen Handlungsbereich für Veränderungsprozesse zu nachhaltigerem Leben und Arbeiten engagieren wollen. Wir machen Sie mit dem Thema vertraut, erörtern konkrete Herausforderungen und trainieren praktische Schlüsselkompetenzen. Sie werden ermutigt und befähigt, eine Strategie für Ihren persönlichen Beitrag zu mehr Nachhaltigkeit zu

5506

Termine:
samstags von
10.00 – 17.00 Uhr,
sonntags von
10.00 – 14.00 Uhr

Modul 1:
09./10.11.2024
Modul 2:
07./08.12.2024
Modul 3:
25./26.01.2025
Modul 4:
22./23.02.2025
Modul 5:
15./16.03.2025
Abschluss:
05.04.2025

Anmeldung über
die VHS Essen
Telefon:
0201 – 88 43 100
E-Mail:
info@vhs.essen.de
107,00 EUR



entwickeln. Dabei geht es nicht darum, als Einzelne/r die Welt zu retten, sondern gemeinsam Veränderung zu schaffen. Da, wo man steht. So, wie man es kann. Absolvent:innen erhalten ein Zertifikat der Volkshochschule Essen. Weitere Details erfahren Sie bei Dr. Reimund Evers (Tel.: 0201 - 88 43 202) oder Andreas Guderian (02309- 962613)

1.) Nachhaltigkeit: Was ist das? Wie geht das? Was heißt das für mich? Klimakrise/CO2, Arm & Reich, Nord & Süd, Flucht & Krieg, Demokratie & Autokratie, Ursprung, Geschichte & Konzept der Nachhaltigkeit, 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung der UN, Schlüsselkompetenzen für nachhaltige Entwicklung.
Dozent:innen: Dr. Christa Henze, Andreas Guderian

2.) Psychologie der Nachhaltigkeit: Wie kann die Veränderung gelingen? Herausforderungen der Transformation. Warum ist Veränderung für Menschen, Organisationen & die Gesellschaft schwierig? Was sind förderliche Faktoren? Strategien für den Umgang mit Komplexität, Widersprüchen und Transaktion.
Dozenten: Armin-Laszlo Halbach, Andreas Guderian

3.) Methodentraining für die Kooperation in Veränderungsprozessen
Ideen entwickeln, bewerten & auswählen, Grundlagen der Visualisierung & Präsentation, Vernetztes Denken & interdisziplinäre Kooperation, Konstruktiv arbeiten: Methoden für

interdisziplinäre Zusammenarbeit
Dozent:innen: Eva Grieskamp, Andreas Guderian

4.) Projektmanagement für nachhaltige Entwicklungsprozesse
Was ist (m)ein Projekt? Praxisorientierte Grundlagen des Projektmanagements, Gemeinsames Erarbeiten eines exemplarischen Projektplans
Dozenten: Dr. Daniel Zerweck, Andreas Guderian

5.) Grundlagen nachhaltiger Kommunikation und Konfliktlösung
Grundlagen der Kommunikation & Gesprächsführung, Empfehlungen für gelingende Nachhaltigkeits-Kommunikation, Entstehung, Entwicklung & lösungsorientierte Bewältigung von Konflikten, Basics gewaltfreier Kommunikation & Mediation
Dozent:innen: Sabine Sauerborn, Andreas Guderian

6.) Abschlussworkshop: Nachhaltigkeit gemeinsam erschaffen!
Teilnehmende präsentieren umgesetzte Nachhaltigkeitsprojekte bzw. Projektideen, Ausblick: Wie geht es individuell oder als Gruppe weiter? Zertifikatsübergabe
Dozenten: Dr. Reimund Evers, Andreas Guderian



Gesundheitsvorträge
Wirbelsäulengymnastik
Rücken fit + aktiv
Pilates/Zumba
Bewegungsabenteuer für Familien
Fitness
Sport für Frauen
Stand Up Paddling
Boule
Achtsamkeit
Yoga und Entspannung
Aquafitness
Kochen



Gesundheit, Bewegung Ernährung

ansprechpartnerin
maren punge

„VHS macht gesünder!“

Dies belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Hamburg-Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann; wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. **Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit und Ihre Lebensqualität nachhaltig.**



3. Waltroper Demenzwoche – „Demenz-Gemeinsam. Mutig. Leben“

Demenz-Gemeinsam. Mutig. Leben“ – so lautet das Motto des Welt-Alzheimer-tags am 21. September. Es wird daran erinnert, dass man den Herausforderungen dieser Erkrankung gemeinsam begegnen muss – gemeinsam als Familie, gemeinsam mit dem Freundeskreis, gemeinsam als Gesellschaft. Es erfordert Mut, das Leben mit Demenz anzunehmen und die schönen, positiven Dinge nicht aus den Augen zu verlieren. Mit der 3. Waltroper Demenzwoche will die Stadt Waltrop, gemeinsam mit engagierten Beteiligten der Altenhilfe, erneut auf das wichtige Thema Demenz aufmerksam machen. Auch diesmal haben die Akteur:innen eine vielfältige Woche vorbereitet, bei der Interessierte sich an fünf Tagen informieren, beraten lassen und mitmachen können. In der Beziehungsgestaltung zu Menschen mit Demenz sind Elemente wie Sprache, Vertrautheit, Familienorientierung und die Aktivitätsanregung von großer Bedeutung, weshalb die Veranstaltungen diese Elemente aufgreifen: Alle Veranstaltungen finden im Haus der Bildung und Kultur (HBBK) statt. Bis auf das Seniorenkino und den Tanztee sind alle Veranstaltungen gebührenfrei, die Anmeldung unter 02309 – 96260 oder unter vhs@vhs-waltrop.de wird erbeten.

6001

Montag,
21.10.2024
19.00 – 20.30 Uhr
gebührenfrei,
Anmeldung
erbeten

Eröffnung der 3. Waltroper Demenzwoche „Demenz – Gemeinsam. Mutig. Leben“

Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Begrüßung durch den stellvertretenden Bürgermeister Klaus Beie
Referentin: Dr. med. Claudia Maier (niedergelassene Hausärztin in Waltrop)
Zur Auftaktveranstaltung der diesjährigen Waltroper Demenzwoche wird die niedergelassene Hausärztin das Krankheitsbild der Demenz vorstellen. Auf verständliche Weise erfährt das Publikum, was bei einem Verdacht auf Demenz im familiären Umfeld, Freundeskreis oder in der Nachbarschaft zu tun ist. Schließlich runden Möglichkeiten einer Behandlung sowie Informationen zur medizinischen Versorgung den Vortrag ab.

„Demenz-Gemeinsam. Mutig. Leben & Singen“ Singangebot für Menschen mit und ohne Demenz

Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Alexandra Köhler (St.-Laurentius-Stift)
Der Vormittag gehört den Singbegeisterten sowie denjenigen, die es noch werden wollen. Menschen mit und ohne Demenz sind herzlich willkommen und dazu eingeladen mit uns zu singen. Anschließend besteht die Möglichkeit sich mit einer klassischen Grillwurst zu stärken.

6002

Dienstag,
22.10.2024
10.00 – 13.00 Uhr
gebührenfrei,
Anmeldung
erbeten

Für alle Abendveranstaltungen gibt es eine kostenfreie Betreuungsmöglichkeit für Angehörige mit Demenz. Bitte geben Sie dies bei der Anmeldung, falls gewünscht, an.

6003Dienstag,
22.10.202419.00 – 20.30 Uhr
gebührenfrei,
Anmeldung
erbeten**„Mit dem Herzen hören“
Vortrag & Erfahrungsaustausch**Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)Gisela Gendig-Borchers (Caritasver-
band Ostvest e.V.)

An diesem Abend sind besonders
Freunde und Angehörige von Men-
schen mit einer Demenz angespro-
chen. Es werden unterschiedliche
Ausprägungen des Krankheitsbildes
aufgezeigt und Beispiele von Metho-
den einer gelingenden Kommunika-
tion mit den Betroffenen vorgestellt.
Ansätze zeigen, wie Entlastung und
Ausgleich für pflegende Angehörige
und Betreuende möglich ist.

6004Mittwoch,
23.10.202414.30 – 16.30 Uhr
6,00 EUR
Anmeldung
erforderlichIn Kooperation mit dem Seniorenbeir-
rat der Stadt Waltrop**Seniorenkino trifft auf
„Waltroper Demenzwoche“**Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

In alten Erinnerungen schwelgen,
herzlich gemeinsam lachen und Ge-
meinschaft leben. Dies möchten wir
mit einem unterhaltsamen Filmklas-
siker an diesem Nachmittag tun. Mit
Popcorn und Getränken laden wir
zum Filmnachmittag ein.

**„Gut versorgt – besser ge-
pflegt! Zuhause leben
mit Demenz“
Vortrag & Fragestunde**Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Andrea Klems (St.-Laurentius-Stift)
Patricia Winglowski (Lebenshilfe Wal-
trop e.V.)
Ute Lohmann (Caritasverband Ost-
vest e.V.)

An diesem Abend referieren drei
Fachkräfte der ambulanten Versor-
gung und erläutern beispielhaft, wie
die häusliche Pflege gut gelingt. Zu-
dem klären sie auf, was zu beachten
ist, wenn durch die Diagnose der De-
menz ein Pflegebedarf entsteht. Im
Anschluss an die Vorträge ist Raum
für eigene Fragen.

6005Mittwoch,
23.10.2024
19.00 – 20.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung
erbeten

neu



6020

Donnerstag,
13.02.2025

19.30 – 21.00 Uhr
6,00 EUR
Vorverkauf
7,00 EUR
Abendkasse



Was tun gegen Sodbrennen?

Heiner Lütke-Twenhöven
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Säureblocker sind neben Schmerzmitteln eines der meist verkauften Arzneimittel in Deutschland. Dabei lässt sich Sodbrennen (Reflux) mit der richtigen Ernährung hervorragend beeinflussen. Dieser Vortrag erläutert die aktuellen Ernährungsempfehlungen bei Reflux. Von Frühstück bis Abendessen werden alle Empfehlungen „durchgekaut“. Der Referent gibt dabei Einblicke in seine Tätigkeit als Ernährungsberater. Sein Motto: Mit Ernährung lassen sich Reflux-Symptome deutlich verbessern. Der Dozent ist Dipl. Ökotrophologe und Ernährungsberater.

Themenschwerpunkt Palliativmedizin in Kooperation mit dem Caritasverband Ostvest e. V.:

Palliativmedizinische Versorgung und Begleitung

Dr. med. Hermann Geldmann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Die Versorgungsangebote für schwerstkranken und sterbende Menschen und ihre Angehörigen sind in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich erweitert worden. Der Vortrag des erfahrenen Hausarztes a.D. gibt einen Überblick über bestehende Einrichtungen und Dienste, über Hilfs-

und Unterstützungsangebote und die Möglichkeiten ihrer Inanspruchnahme. Auch die in Waltrop und Umgebung vorhandenen Angebote werden vorgestellt. Es sollen Wege aufgezeigt werden, wie die letzte Lebensphase selbstbestimmt, würdevoll und mit größtmöglicher Lebensqualität gestaltet werden kann.

Themenschwerpunkt Palliativmedizin in Kooperation mit dem Caritasverband Ostvest e. V.:

Ambulante palliative Versorgung für Menschen mit Demenz

Gisela Gendig-Borchers
Katrin Tüllmann
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Angehörige und Freunde von schwerstkranken Menschen mit Demenz stehen vor ganz besonderen Herausforderungen, wenn es darum geht, sich um diese zu kümmern, ihnen nahe zu sein und ihnen bei alltäglichen Dingen zur Seite zu stehen. Wie geht es mir als betreuendes Familienmitglied? Wo bleibe ich mit meinen Gefühlen von Unsicherheit, Angst und Wut, mit meinen Belastungen und mit meiner Überforderung? Bei solchen und ähnlichen Fragestellungen bietet die ambulante Hospizarbeit psychosoziale Begleitung und Unterstützung. In dem Vortrag mit Gespräch und Austausch geht es darum, lebenspraktische Tipps und Ideen

neu



abendkasse

6022

Donnerstag,
20.02.2025
19.30 – 21.00 Uhr
gebührenfrei
Vorherige Anmeldung erforderlich



6021

Dienstag,
18.02.2025
19.30 – 21.00 Uhr
gebührenfrei
Vorherige Anmeldung erforderlich



zu bekommen, um den z.T. belastenden Umgang besser und gestärkter leisten zu können und sich sicherer zu fühlen. Gisela Gendig-Borchers ist Demenzberaterin und Katrin Tüllmann ist im Bereich des ambulanten Hospiz als Beratung für ältere Menschen und Angehörige tätig.

In Kooperation mit dem Caritasverband Ostvest e. V.:

Mit dem Herzen hören - Einführung in den Umgang mit demenzerkrankten Menschen

Gisela Gendig-Borchers
Caritas Tagespflege, Hilberstraße 52 (Klarahaus)

Wie erleben demenzerkrankte Menschen eigentlich ihren Alltag? Wie geht man damit um, wenn jemand immer die gleiche Frage stellt? Wie rede ich mit einem Betroffenen der über seine Krankheit sprechen will? An diesem Abend werden wichtige Grundlagen im Kontakt mit dem erkrankten Menschen vorgestellt. Auf Grundlage des wertschätzenden Umgangs werden hilfreiche Kommunikationsformen anhand praktischer Beispiele dargestellt. Gisela Gendig-Borchers ist Demenzberaterin.



In Zusammenarbeit mit der DROB, Drogenhilfe Recklinghausen und Ostvest e. V.:

Cannabis: Raus aus dem Schmuttel-Image, hinein in die Teestunden-Gemütlichkeit? Vortrag mit Gespräch

Peter Appelhoff
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Seit dem 01.04.2024 ist der Besitz und der Gebrauch von Cannabis legalisiert. Doch was bedeutet dies für den Konsum eines Stoffes, der mindestens Fragen, bei vielen jedoch Sorgen und Ängste auslöst, wenn es um die Wirkungen und Risiken dieses Wirkstoffs geht. All diese lebenspraktischen- und Gefahrenvermeidenden bzw. reduzierenden Fragestellungen geht's an diesem Abend, wenn der Leiter der DROB - Drogenhilfe Recklinghausen und Ostvest e.V. die Grundlagen erläutert und Fragen beantwortet.



6024
Dienstag,
18.03.2025
19.30 – 21.00 Uhr
6,00 EUR
Vorverkauf
7,00 EUR
Abendkasse
5,00 EUR
ermäßigt



6023
Donnerstag,
20.03.2025
19.30 – 21.00 Uhr
6,00 EUR
Vorverkauf
7,00 EUR
Abendkasse
5,00 EUR
ermäßigt

Ernährung 6



6025

Donnerstag,
03.04.2025

19.00 – 21.00 Uhr
10,00 EUR

Vorverkauf
12,00 EUR

Abendkasse
5,00 EUR

ermäßigt

Einlass: 18.30 Uhr



Foto: JORICS
Jörg Riese
Creative Studio

Is(s) gut jetzt! Mit neuen Ernährungsgewohnheiten zu mehr Leistungsfähigkeit Lesung und Diskussion

Anita Horn
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

Die bekannte Sport- und Ernährungsjournalistin und Food-Coach Anita Horn führt mit Ihrem Buch pointiert vor Augen, dass die eigene Gesundheit kein Zufall ist, sondern jede/r diese selbst in der Hand- und auf dem Teller hat. Jede/r entscheidet selbst was er /sie isst oder im Supermarkt liegen lässt. Die Autorin stellt an diesem Abend vor, dass wir mit etwas Wissen über die Tricks und Kniffe der Lebensmittelindustrie, Werbung und

darüber, was der eigene Körper wirklich braucht, uns spielend leicht richtig entscheiden können! Diese Tricks werden an diesem Abend aufgelöst und Strategien zur Veränderung aufgezeigt.



Natürlich...



... biologisch

... fair

Lebensmittel & mehr

Ihr Bioladen und Bio-Snack-Café in Waltrop

Hochstraße 84 - Tel. 02309-7818877

info@natuerlich-mavita.de - www.natuerlich-mavita.de

DE-ÖKO 006

6101

Mittwoch,
25.09.2024
18.00 – 19.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

**Erkrankungen der Wirbelsäule
Wirbelsäulengymnastik für
Anfänger:innen und Fortgeschrittene**

Hella Kellermann
Lutherschule, Turnhalle, Zugang
über "Im Sauerfeld"

In diesem Kurs werden durch ganz unterschiedliche Übungen schwerpunktmäßig die Rücken- und die Bauchmuskulatur systematisch gefördert, um Erkrankungen der Wirbelsäule vorzubeugen. Mit diesem stabilisierenden und kräftigenden Training gelingt es, den Körper fit zu machen, um den einseitigen Belastungen, die häufig zu Beeinträchtigungen des Rückgrats führen, entgegen zu wirken.

6103

Mittwoch,
25.09.2024
19.00 – 20.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

6104

Mittwoch,
19.02.2025
19.00 – 20.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

Rücken-Fit

Anna Kroll
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Der beste Schutz, um Rückenschmerzen vorzubeugen, ist eine gut trainierte kräftige Wirbelsäulenmuskulatur. Mit diesem ausgewogenen präventiven Training wird die gesamte Muskulatur des Rücken- und Bewegungsapparates gefördert. Beschwerden werden so verhindert bzw. vorhanden gelindert. Gymnastikleidung und Sportschuhe sind erforderlich.

6105

Dienstag,
17.09.2024
08.30 – 09.30 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR

6106

Mittwoch,
18.09.2024
08.15 – 09.15 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR

6107

Mittwoch,
18.09.2024
09.20 – 10.20 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR

6108

Dienstag,
18.02.2025
08.30 – 09.30 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR

6109

Mittwoch,
19.02.2025
08.15 – 09.15 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR

6110

Mittwoch,
19.02.2025
09.20 – 10.20 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR



6111

Dienstag,
17.09.2024
19.30 – 20.45 Uhr
14 Abende
100,00 EUR

Rücken Aktiv – Bewegen statt schonen

Nadine Rühr
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Rücken-Aktiv ist ein ganzheitliches Gesundheitsprogramm. Das Hal- tungs- und Bewegungstraining steht im Mittelpunkt, jedoch werden auch die Ausdauer, allgemeine Kraftfähig- keit, die Dehnfähigkeit sowie die Ent- spannungsfähigkeit trainiert.

6112

Dienstag,
18.02.2025
19.30 – 20.45 Uhr
14 Abende
100,00 EUR

Pilates

Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Pilates ist ein ganzheitliches Train- ingskonzept, das körperliche und geistige Fitness gleichermaßen fördert. Pilates verbessert die Kör- perhaltung, stärkt die Muskulatur, lindert Rückenbeschwerden, kann Osteoporose vorbeugen und bringt mehr Beweglichkeit. Das von Joseph H. Pilates entwickelte System aus Dehn- und Kräftigungsübungen er- höht Ihr physisches und psychisches Wohlbefinden. Das Training ist ein Mattentraining, bei dem Übungen in einer in sich aufbauenden Reihenfol- ge durchgeführt werden. Das "Mus- kelgedächtnis" wird so schneller ak- tiviert.

Bitte bringen Sie mit: bequeme Sport- kleidung, evtl. ein Handtuch. Sport- schuhe sind nicht nötig.

6113

Heike Wiencsek
Montag,
16.09.2024
17.00 – 18.00 Uhr
12 Abende
64,00 EUR

6114

Heike Wiencsek
Montag,
16.09.2024
18.00 – 19.00 Uhr
12 Abende
64,00 EUR

6115

Katharina
Ciccarese
Mittwoch,
02.10.2024
17.00 – 18.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

6116

Katharina
Ciccarese
Mittwoch,
02.10.2024
18.00 – 19.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

**6117**

Katharina
Ciccarese
Mittwoch,
02.10.2024
19.00 – 20.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

6118

Heike Wiencsek
Montag,
17.02.2025
17.00 – 18.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

6119

Heike Wiencsek
Montag,
17.02.2025
18.00 – 19.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

6120

Katharina
Ciccarese
Mittwoch,
19.02.2025
17.00 – 18.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

6121

Katharina Cic-
carese
Mittwoch,
19.02.2025
18.00 – 19.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

6122

Katharina Cic-
carese
Mittwoch,
19.02.2025
19.00 – 20.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

Pilates/Zumba/Bewegungsabenteuer

6

6123

Montag,
16.09.2024
19.00 – 20.00 Uhr
12 Abende
64,00 EUR

Pilates mit Vorkenntnissen

Heike Wiencek
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

6124

Montag,
17.02.2025
19.00 – 20.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR



Pilates ist ein ganzheitliches Trainingskonzept, das körperliche und geistige Fitness gleichermaßen fördert. Pilates verbessert die Körperhaltung, stärkt die Muskulatur, lindert Rückenbeschwerden, kann Osteoporose vorbeugen und bringt mehr Beweglichkeit. Das von Joseph H. Pilates entwickelte System aus Dehn- und Kräftigungsübungen erhöht Ihr physisches und psychisches Wohlbefinden. Das Training ist ein Mattentraining, bei dem Übungen in einer in sich aufbauenden Reihenfolge durchgeführt werden. Das "Muskelgedächtnis" wird so schneller aktiviert. Bitte bringen Sie mit: bequeme Sportkleidung, evtl. ein Handtuch. Sportschuhe sind nicht nötig.

6125

Donnerstag,
19.09.2024
18.15 – 19.15 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

Zumba-Gold

Melanie Johnki
Gesamtschule, Turnhalle Akazienweg
(Eingang Krusenhof)

6126

Donnerstag,
20.02.2025
18.15 – 19.15 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

Zumba ist ein dynamisches und effektives Fitness-Workout. Elemente aus dem Fitness- und Intervalltraining werden kombiniert mit Tanzschritten zu lateinamerikanischer und aktueller, internationaler Musik. Zumba-Gold eignet sich speziell für Neueinsteigende, Ältere und Personen mit Rücken- und Gelenksproblemen.

Zumba-Fitness

Melanie Johnki
Gesamtschule, Turnhalle Akazienweg
(Eingang Krusenhof)

Elemente aus dem Fitness- und Intervalltraining werden kombiniert mit lateinamerikanischen Tanzschritten und begleitet durch Latino-Musik. So entsteht durch die ansteckende Musik und die leicht nachzutanzenden Schritte und Bewegungen ein dynamisches, begeisterndes und effektives Fitness-Workout. Besondere (Tanz-) Vorkenntnisse und ausgeprägte Fitness sind nicht erforderlich. Einfach zur Musik bewegen und tanzend sich fit halten und Spaß haben; darum geht's beim Zumba.

In Zusammenarbeit mit dem
Familienzentrum St. Peter:

Bewegungsabenteuer für Kinder von 2 – 6 Jahren in Begleitung

Annette Westhoff
Lutherschule, Turnhalle, Zugang
über "Im Sauerfeld"

Für Kinder ist Bewegung ein Grundbedürfnis. Beim Laufen, Klettern & Balancieren werden Fähigkeiten, wie Geschicklichkeit, Ausdauer & Beweglichkeit geschult. Außerdem lernen sie, in der Gruppe Regeln einzuhalten, Toleranz & Rücksicht zu üben & mit Konflikten umzugehen. Die Eltern lernen die ganzheitliche Förderung ihres Kindes durch Bewegung. Bitte trägt Sportkleidung & bringt ein kleines Picknick für die Pause mit.

6127

Donnerstag,
19.09.2024
19.30 – 20.30 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

6128

Donnerstag,
20.02.2025
19.30 – 20.30 Uhr
14 Abende
74,00 EUR



6130

Samstag,
28.09.2024,
02.11.2024,
23.11.2024
jeweils
15:00 – 18:00 Uhr
43,60 EUR

6131

Samstag,
18.01.2025,
22.02.2025,
15.03.2025
jeweils
15:00 – 18:00 Uhr
43,60 EUR





Fitness

6

6134

Freitag,
20.09.2024
18.15 – 19.15 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

**Fit und entspannt
ins Wochenende**

Birgit Bertsch
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

6135

Freitag,
21.02.2025
18.15 – 19.15 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die entspannt ins Wochenende gehen wollen. Nach einer Aufwärmphase bei flotter Musik erfolgt ein Gymnastikteil für Arme und Beine bzw. Bauch sowie für Po und Rücken. Der Kurs endet mit einem Stretching bzw. einer angenehmen Entspannungsphase. Bitte tragen Sie bequeme Sportkleidung und Turnschuhe und bringen Sie ein Handtuch mit.



Fitness für Mollige

Birgit Bertsch
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Gemeinsam wollen wir in einer Gruppe von gewichtigen Frauen mit viel Freude und ohne falsche Hemmungen sportlich aktiv werden. Durch ein spezielles gelenkschonendes Bewegungsprogramm soll die Beweglichkeit verbessert und ein besseres Körpergefühl erreicht werden. Nach einer Aufwärmphase werden spezielle Übungen trainiert, die jede Teilnehmerin ohne Probleme bewältigen kann. Den Ausklang findet der Kurs durch wunderbare Entspannungsübungen. Bitte tragen Sie bequeme Sportkleidung und Turnschuhe, und bringen Sie ein Handtuch mit.

6136

Freitag,
20.09.2024
17.00 – 18.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR

6137

Freitag,
21.02.2025
17.00 – 18.00 Uhr
14 Abende
74,00 EUR



Hotel Kaufhold
Haus der Handweberei

Unser Hotel garni verfügt über 27 Nichtraucherzimmer mit 49 Betten. Alle Zimmer sind ausgestattet mit DU/WC, Föhn, Telefon, Radiowecker, Fernseher sowie kostenlosem W-Lan. Zudem bieten wir unseren Gästen einen Aufenthaltsraum mit Küche.

Auch Radfahrer sind uns herzlich willkommen. Die Räder können im Garten sicher und trocken untergestellt werden.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Bahnhofstraße 95 Tel. 02309 96090 hotel@hausderhandweberei.de
45731 Waltrop Fax 02309 75899 www.hausderhandweberei.de

6138 Auch im Alter fit durchs Leben

Freitag,
20.09.2024
14.30 – 15.30 Uhr
14 Nachmittage
74,00 EUR

Birgit Bertsch
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

6139

Freitag,
21.02.2025
14.30 – 15.30 Uhr
14 Nachmittage
74,00 EUR

Dieser Kurs richtet sich an alle älteren Einzelpersonen, aber auch Ehepaare, die ihre Beweglichkeit verbessern möchten. Gezielte Bewegungsübungen wirken fördernd auf die Gelenke, auf das Herz- und Kreislaufsystem, die Atemtätigkeit und die Kräftigung der Muskulatur. Musik und Materialien, wie Therabänder, Bälle und kleine Hanteln, begleiten die Übungen und sorgen für eine abwechslungsreiche Mischung. Igelballmassagen runden die Stunde ab. Bitte tragen Sie bequeme Sportkleidung und Turnschuhe und bringen Sie ein Handtuch mit.



Zusammen
Zukunft
gestalten

Lange Pflege
Ihr Centrum für ambulante Dienste

Ambulante Pflege

Leveringhäuser Str. 118
45731 Waltrop

Tagespflegeeinrichtung

Dortmunder Str. 22
45731 Waltrop

 **02309-7879330**

info@lange-pflege.de - lange-pflege.de

Stand Up Paddling

6

6150

Samstag,
07.09.2024
10.00 – 11.00 Uhr
23,00 EUR

Stand Up Paddling Schnupperstunde

André Braun
Treffpunkt wird nach Anmeldung
bekannt gegeben

6151

Samstag,
07.09.2024
11.00 – 12.00 Uhr
23,00 EUR

6152

Samstag,
07.09.2024
12.00 – 13.00 Uhr
23,00 EUR

6153S

Samstag,
24.05.2025
10.00 – 11.00 Uhr
23,00 EUR

6154S

Samstag,
24.05.2025
11.00 – 12.00 Uhr
23,00 EUR

6155S

Samstag,
24.05.2025
12.00 – 13.00 Uhr
23,00 EUR

6156S

Samstag,
06.09.2025
10.00 – 11.00 Uhr
23,00 EUR

6157S

Samstag,
06.09.2025
11.00 – 12.00 Uhr
23,00 EUR

6158S

Samstag,
06.09.2025
12.00 –
13.00 Uhr
23,00 EUR

Stand Up Paddling Basic Kurs intensiv

André Braun
Treffpunkt wird nach Anmeldung
bekannt gegeben

6159

Samstag,
21.09.2024
10.00 – 12.30 Uhr
55,00 EUR

6160

Samstag,
21.09.2024
13.00 – 15.30 Uhr
55,00 EUR

6161S

Samstag,
14.06.2025
10.00 – 12.30 Uhr
55,00 EUR

6162S

Samstag,
14.06.2025
13.00 – 15.30 Uhr
55,00 EUR

Sie haben Stand Up Paddling (SUP) vielleicht schon häufiger gesehen und wollen es nun selbst einmal probieren? Dann ist diese Schnupperstunde für Einsteiger:innen genau das Richtige! SUP vereint körperliche Fitness, Balance, Entspannung und Spaß. Und das alles in ruhiger Umgebung, auf dem Datteln-Hamm Kanal in Waltrop. Nach theoretischer Einführung beginnt der Praxisteil auf dem Wasser. Dort werden Boardsicherheit, Paddeltechnik und Wendemanöver vermittelt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! SUP ist leicht zu erlernen. Anfänger:innen stehen schon nach kurzer Zeit auf dem Board. Nach dieser Schnupperstunde ist es möglich einen SUP-basic-Kurs zu belegen.

Der Dozent ist VDWS SUP-Instructor. Die SUP Angebote finden auch bei unbeständigem Wetter statt. Bei starkem Regen, Gewitter oder Wind über 25 km/h wird ein Ausweichtermin angeboten. Bitte Badesachen und Schuhe, die nass werden dürfen, mitbringen. Das Material (passendes Board, Paddel und, wenn gewünscht, Neoprenbekleidung) wird gestellt. Voraussetzungen: Mindestalter 12 Jahre; Schwimmfähigkeiten, um mindestens 15 Minuten im offenen Gewässer schwimmen zu können, Maximalgewicht 130 kg.

Sie haben Stand Up Paddling (SUP) vielleicht schon häufiger gesehen und wollen es nun selbst einmal probieren? Dann ist dieser Basic-Kurs für Einsteiger/innen genau das Richtige! SUP vereint körperliche Fitness, Balance, Entspannung und Spaß. Und das alles in ruhiger Umgebung, auf dem Datteln-Hamm Kanal in Waltrop. Nach umfangreicher theoretischer Einführung beginnt der Praxisteil auf dem Wasser. Dort werden Boardsicherheit, Paddeltechnik und Wendemanöver vermittelt und trainiert. Auf einer kleinen Tour wird das Erlernte umgesetzt, die Teilnehmenden genießen die Natur auf dem Wasser, der Spaß ist inklusive. Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht zwingend erforderlich!





Boule

6

6200S

Samstag,
24.05.2025
14.00 – 17.00 Uhr
8,00 EUR

Schnupperkurs Boule Einführung in das faszinierende Pétanque-Spiel

Dieter Ribbrock
Bouleplatz Moselbachpark

6201S

Grundkurs
Dienstag,
05.08.2025
18.00 – 20.00 Uhr
4 Abende
28,00 EUR



Bitte geben Sie bei Anmeldung an, ob Boule-Kugeln mitgebracht werden.

Der Boule-Platz, gelegen im Moselbachpark, ist gut erreichbar.

Dieter Ribbrock ist zugelassener Boule-Trainer im Deutschen Pétanque-Verband und spielt aktiv im NRW-Ligabetrieb und bei Qualifikationsturnieren.

Das Boule-Spiel (französisch Pétanque) ist ein Sport ohne Altersbegrenzung. Es fordert Konzentration, schult die Motorik, fördert die Bewegung und bietet Spannung. Boule ist ein Team- und Mannschaftssport. Beim Boule kommen wir nicht ins Schwitzen, trainieren aber trotzdem wichtige Bewegungen, die wir täglich brauchen. Boule ist ein Kugelspiel mit Metallkugeln, die in die Nähe einer kleinen Zielkugel, dem „Schweinchen“, geworfen werden. Ziel ist es, seine eigenen Kugeln möglichst nah an die Zielkugel zu platzieren oder die gegnerische Kugel von der Zielkugel weg zu schießen. Für die Teilnehmenden geht es nach einer kurzen theoretischen Einführung an die Boule-Bahnen zu einem ersten Spiel. Wünschenswert ist, wenn eigene Boule-Kugeln mitgebracht werden. Ansonsten können Boule-Kugeln vor Ort kostenlos ausgeliehen werden. Mitzubringen ist ein kleiner Lappen zum Säubern der Kugeln. Bequeme und wettergerechte Kleidung sowie festes Schuhwerk, mehr ist nicht erforderlich.

Boule & Bike Sportliche Tagestour ins Münsterland

Dieter Ribbrock
Treffpunkt wird nach Anmeldung bekannt gegeben

Die Teilnehmenden dieser Tagestour haben ihre Boulekugeln in den Fahrradtaschen und machen sich mit dem Fahrrad auf den Weg durch die Rieselfelder. Es geht entlang am Dortmund-Ems-Kanal und der Stever und über Radwege des südlichen Münsterlandes. Auf einer Strecke von ca. 45 km insgesamt liegen vier Bouleplätze, an denen Rast gemacht wird und sich die Möglichkeit zum Boulespiel bietet.

Der Streckenverlauf ist eben, führt über befestigte Schotterwege, Fahrradwege und Nebenstrecken. Der Routenverlauf wird in „Komoot“ als mittelschwer eingestuft. Bei guter Grundfitness ist die Strecke mit dem Tourenrad oder E-Bike gut zu bewältigen. Getränke und etwas Verpflegung sollten im Gepäck sein. Bei zwei Stopps besteht die Möglichkeit öffentliche WCs aufzusuchen.

Mindestalter: 16 Jahre/sportliche Grundfitness erforderlich/Boulekugeln sollten mitgebracht werden.

6202S

Samstag,
31.05.2025
10.00 – 18.00 Uhr
18,00 EUR
Jugendliche unter
18 Jahren:
12,00 EUR

6301

Freitag,
20.09.2024
10.00 – 12.00 Uhr
8 Vormittage
81,40 EUR

Einführung in die Achtsamkeitspraxis

Christiane Mücke
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

6302

Freitag,
21.02.2025
10.00 – 12.00 Uhr
8 Vormittage
81,40 EUR

Achtsamkeit ist in den letzten Jahren ein wichtiger Schlüsselbegriff für ein ausgeglichenes, bewusstes und gesundes Leben geworden. Die Ursprünge der Achtsamkeitspraxis liegen in der buddhistischen Tradition, ihre heilende Kraft ist seit über zweieinhalbtausend Jahre bekannt und heute wissenschaftlich untersucht und bestätigt worden. In Übungen zur Ausgeglichenheit, Klarheit, Gelassenheit, Bewusstheit, Wahrnehmung und (Selbst-)Mitgefühl kann ein tieferes Verständnis für sich selbst erlangt und der Blickwinkel auf sich und die Umwelt verändert werden. Der Kurs lädt ein zu Atmung, Körperwahrnehmung, Meditation, Bewegung, Stille und kleinen Übungen für den Alltag. Die Übungen sind dem Yoga, dem Qi-Gong und dem MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) entnommen. Bitte bequeme Kleidung, Socken, Wolldecke mitbringen.

**Yoga für Teilnehmende mit Grundkenntnissen**

Iris Joswig
Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

In diesem Kurs geht es vor allem darum, einen geschützten Rahmen zu kreieren und die Teilnehmenden auf ihrem Yoga-Weg zu begleiten. Die Praxis ist eine Mischung aus mal statischen Asanas (Körperhaltungen), mal fließende Bewegungsabläufe (Hatha-Flow, Vinyasa) oder Yin-Yoga-Einheiten. Yin-Yoga-Haltungen sind hauptsächlich lang (2 – 5 Min.) gehaltene Asanas mit einer niedrigen Muskelaktivität, um so den Effekt der Dehnung weg von den Muskeln hin zu den Faszien zu lenken, die den ganzen Körper zusammenhalten. Die Yoga-Stunden sind themenbezogen. Die Asanas (Körperübungen) werden je nach Level individuell angepasst. Die Teilnehmenden werden sanft und sicher durch eine themenbezogene Auswahl von Positionen geführt. Neben den Körperübungen gehören Pranayama-Übungen (Atemübungen) und Meditationen zu jeder Stunde. Bitte bequeme Kleidung, Socken, Wolldecke (Yogamatte) mitbringen.

6310

Montag,
07.10.2024
17.00 – 18.30 Uhr
12 Abende
94,60 EUR

6311

Montag,
17.02.2025
17.00 – 18.30 Uhr
12 Abende
94,60 EUR

6312

Montag,
07.10.2024
18.45 – 20.15 Uhr
12 Abende
94,60 EUR

6313

Montag,
17.02.2025
18.45 – 20.15 Uhr
12 Abende
94,60 EUR





Yoga

6

6314

Dienstag,
17.09.2024
09.15 – 10.45 Uhr
13 Vormittage
101,90 EUR

Yoga am Vormittag

Sabine Schartel
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

6315

Dienstag,
18.02.2025
09.15 – 10.45 Uhr
14 Vormittage
109,20 EUR

Yoga ist ein jahrtausendealtes Übungssystem, um den täglichen Herausforderungen kreativ, klar und gelassen zu begegnen. Yoga schenkt Momente tiefer Entspannung und hilft körperliche Verspannungen zu reduzieren. Dieser ganzheitliche integrale Yoga-Kurs ist eine Kombination aus verschiedenen Yoga-Wegen: Kundalini-Yoga (dynamisch), Yin-Yoga (sanft und meditativ), Faszien - Yoga (flexibel, lösend). In der Tiefenentspannung werden Klangschalen eingesetzt. Die wohltuenden Schwingungen der Klänge führen in eine tiefe Ruhe. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte Decke, Wasser zum Trinken und, wenn vorhanden, ein Sitzkissen mitbringen.

6316

Dienstag,
17.09.2024
11.00 – 12.30 Uhr
13 Vormittage
101,90 EUR

6317

Dienstag,
18.02.2025
11.00 – 12.30 Uhr
14 Vormittage
109,20 EUR



Yoga für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Monika Dinter
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

In diesem Yoga-Kurs stehen Körper- und Atemübungen im Mittelpunkt. Diese sollen zu körperlichem Wohlbefinden und innerer Ruhe führen. Es sind ältere Interessierte angesprochen, die ihre Beweglichkeit erhalten oder wieder erlangen wollen. Der Kurs richtet sich daher auch an Menschen mit leichten Bewegungseinschränkungen. Jede/r Teilnehmende legt selbst die Intensität und Häufigkeit fest. Bitte bequeme Kleidung, Socken, Wolldecke (Yogamatte) mitbringen.

6318

Dienstag,
17.09.2024
17.30 – 19.00 Uhr
14 Abende
109,20 EUR

6319

Dienstag,
18.02.2025
17.30 – 19.00 Uhr
14 Abende
109,20 EUR





Yoga

6320

Mittwoch,
18.09.2024
09.30 – 10.30 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR

Yoga auf dem Stuhl

Elke Kuhlmann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

6321

Mittwoch,
19.02.2025
09.30 – 10.30 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR

Im Zentrum dieses Kurses stehen
Übungen, die für Menschen geeignet
sind, die etwas für ihre Gesundheit
und ihr Wohlbefinden tun möchten,
aber nicht auf der Matte die Übungen
ausführen können.

6322

Mittwoch,
18.09.2024
10.45 – 11.45 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR

Auch wenn die Bewegungsfreiheit
eingeschränkt ist, bedeutet das nicht,
auf Yoga zu verzichten. Begonnen
wird mit Atemübungen. Dann folgen
yogatypische Bewegungsabläufe für
Füße, Beine, Hände, Arme, Rücken,
Schulter, Nacken und Kopf. Abschlie-
ßend folgt die Entspannung.

6323

Mittwoch,
19.02.2025
10.45 – 11.45 Uhr
14 Vormittage
74,00 EUR



6324

Donnerstag,
19.09.2024
18.00 – 19.30 Uhr
12 Abende
94,60 EUR

**Kundalini Yoga für
Anfänger:innen und
Fortgeschrittene**

Elke Kuhlmann
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

6325

Donnerstag,
20.02.2025
18.00 – 19.30 Uhr
14 Abende
109,20 EUR

Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan ist
eine ganzheitliche, eher dynamische
Form des Yoga. Sie gibt uns sowohl

Kraft und Ausdauer als auch die nöti-
ge Entspannung, um Stress und Her-
ausforderungen im Alltag gelassener
zu begegnen. Mit einfachen dynamischen
und fließenden Bewegungs-
übungen können wir unseren Körper
flexibilisieren, beweglich halten und
unser Nervensystem stärken. Das
Zusammenwirken von Bewegung,
bewusster Atemführung, Tiefenent-
spannung, Meditation und Klang der
Mantras hat eine starke Wirkung auf
alle Aspekte unseres Seins. Bitte brin-
gen Sie eine Decke, evtl. ein Sitzkissen
und Wasser zum Trinken mit.

**Yoga im Alter (wieder-) ent-
decken**

Sabine Siddhi Wittek
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

Dieser Kurs richtet sich an alle Älte-
ren, die ihre Beweglichkeit erhalten
wollen und dabei die wunderbaren
Seiten des Älterwerdens offensiv
bejahend annehmen möchten. Die
Dozentin vermittelt über ausgewähl-
te Yogaübungen das Vermögen den
Geist jung und den Körper flexibel zu
halten. Den Teilnehmenden werden
Techniken aus dem ganzheitlichen
Yoga für den Alltag an die Hand ge-
geben. Bitte Kissen, Decken und Socken
mitbringen.

6326

Donnerstag,
19.09.2024
19.45 – 21.15 Uhr
12 Abende
94,60 EUR

6327

Donnerstag,
20.02.2025
19.45 – 21.15 Uhr
14 Abende
109,20 EUR

6328

Freitag,
11.10.2024
09.00 – 10.30 Uhr
12 Vormittage
94,60 EUR

6329

Freitag,
21.02.2025
09.00 – 10.30 Uhr
14 Vormittage
109,20 EUR





Yoga

6

6332

Freitag,
11.10.2024
10.45 – 12.15 Uhr
12 Vormittage
94,60 EUR

Yin Yoga

Sabine Siddhi Wittek
Haus der Bildung, Begegnung und
Kultur (HBBK)

6333

Freitag,
21.02.2025
10.45 – 12.15 Uhr
14 Vormittage
109,20 EUR

Yin Yoga, als eine eher sanfte und meditative Form der heute yangbetonten Yoga-Arten, ermöglicht es Ihnen, wieder achtsamer mit Ihrem Körper und Geist zu werden. Durch das Anpassen der Yoga-Stellungen an Ihre individuelle Körperstruktur und Bedürfnisse, werden besonders die Muskeln und Organfaszien, Bänder, Sehnen und Gelenke passiv gedehnt, dadurch sanft beansprucht, gekräftigt und in ihrer Funktion unterstützt. Bitte zwei Wolldecken mitbringen.

6334

Iris Joswig
Samstag,
23.11.2024,
14.00 – 17.00 Uhr
1 Nachmittag,
17,20 Euro

Yin Yoga / Restoratives Yoga: das Immunsystem stärken - Workshop

Aus ganzheitlicher Sicht steht die Infektanfälligkeit für eine Schwäche des Abwehrsystems – aber manchmal ist es auch ein Gefühl des ständigen „Ankämpfens“ oder ein „Nicht-im-Fluss-Sein“. In dieser Yin-/Restorative-Sequenz kräftigen und harmonisieren die Teilnehmenden die Funktionskreise von Lunge/Dickdarm, Magen/Milz und Niere/Blase auf körperlicher Ebene, fließen durch eine geführte Metta-Meditation (Liebende-Güte-Meditation) und enden mit einer wohligen Endentspannung, in der die Teilnehmenden dem positiven Effekt den Yin-Haltungen nachspüren können. Dieser Workshop ist für Yoga-Anfänger:innen sowie für geübte Yogis geeignet.



Mitzubringen sind: warme Socken, Pulli oder Jacke, Decke

Tage der Entspannung – Yoga-Meditation-Klangschalen Ein Wochenende im St. Antoniushaus

Anne Bernau
St. Antoniushaus in Vechta

Eingebunden in die Ruhe & Geborgenheit einer modernen und ruhig gelegenen Bildungsstätte in Vechta möchten wir ein Wochenende zum Auftanken, Entspannen & Genießen anbieten. Sie haben an diesen Tagen die Möglichkeit, Abstand vom Alltag zu nehmen. Es kann an diesem Wochenende gelingen, das innere Gleichgewicht wieder zu finden & dabei die Einheit von Körper, Seele & Geist zu erleben, dabei die Kraft zu erfahren, die aus der Bewegung der Stille & den Schwingungen der Klangschalen & des Gongs kommen. Angeboten werden an diesem Wochenende ein sanftes Hatha-Yoga und artverwandte Methoden, das bewusste Atmen, Meditation, Achtsamkeitsübungen, Entspannungsmethoden, Traum- und Fantasiereisen, Klangschalen und Gong. Eingeladen zu diesem Wochenende sind Männer und Frauen, mit und ohne Yoga-Erfahrung. Falls vorhanden bringen Sie Ihre Yoga-Matte/-Decke mit, evtl. Meditationshocker, ein kleines Gästetuch, warme Socken, bequeme Kleidung sowie festes Schuhwerk. Das Seminar beginnt Freitag um 17.00 Uhr mit dem Abendessen. Bitte richten Sie es sich so ein, dass Sie ganz in Ruhe und ohne Hektik in der Bildungsstätte ankommen. Die Zimmer stehen Ihnen ab 14.00 Uhr zur Verfügung. Ende des Seminars: Sonntag nach dem Mittagessen gegen 13.30 Uhr.

6340

Freitag,
28.03.2025 –
Sonntag, 30.03.2025
Gebühr:
ca. 275,00 EUR
inkl. Einzelzimmerunterbringung,
Vollverpflegung
Stehcafé, Seminar-
kosten.
Fahrgemeinschaften können gebildet werden.



6350Donnerstag,
19.09.2024

19.45 – 21.15 Uhr

8 Abende

75,20 EUR

Acht Schritte zur Tiefenentspannung

Susanne Pfänder

Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

6351Donnerstag,
20.03.2025

19.45 – 21.15 Uhr

8 Abende

75,20 EUR

Dieser Kurs richtet sich an alle, die stressfrei und gelassener durch den Alltag gehen wollen. Er eignet sich für Menschen, die eine zuverlässige, vielseitige Methode zur Entspannung erlernen wollen. Durch gezielte Übungen lernt Ihr Körper von Leistung auf Erholung umzuschalten, mit Hilfe von Methoden aus dem Bereich der Atmung und dem autogenen Training. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Decke, dicke Socken und ein kleines Kissen mit.



Durch Entspannung zu mehr Wohlbefinden

Susanne Pfänder

Haus der Bildung, Begegnung und Kultur (HBBK)

6352Donnerstag,
09.01.2025

19.45 – 20.45 Uhr

10 Abende

63,00 EUR

Täglicher Stress und Hektik verursachen bei vielen Menschen immer öfter gesundheitliche Probleme. Beschwerden, wie Schlafstörungen, Kopfschmerzen, innere Unruhe und Konzentrationschwierigkeiten finden oftmals ihre Ursache in Muskelverspannungen. Die "Progressive Muskelentspannung nach Jacobson" bietet eine effektive und leicht zu erlernende Möglichkeit, diesen Verspannungen entgegenzuwirken. Das Prinzip besteht darin, dass nacheinander einzelne Muskelgruppen ganz bewusst für einige Sekunden angespannt werden, um dann die Anspannung wieder zu lösen und diesem Loslassen intensiv nachzuspüren. Da-

durch erreicht man einen wohltuenden Effekt von körperlicher und geistiger Entspannung. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Decke, dicke Socken und ein kleines Kissen mit.



Aqua-Jogging 6

Aqua-Jogging

Schwimmbad Schule Oberwiese

Aqua-Jogging fördert die Freude an der Bewegung im Wasser. Besonders bei Gelenkverletzungen werden Muskelaufbau und eine Entspannung der Wirbelsäule durch besondere Übungen erreicht und mit geringem Aufwand der gesamte Körper trainiert. Aqua-Jogging schont Bänder und Gelenke, entlastet die Wirbelsäule, trainiert die Muskulatur, verbessert die Atmung und Ausdauer, schult den Gleichgewichtssinn sowie die Konzentrationsfähigkeit und regt die Durchblutung von Haut, Bindegewebe und Muskulatur an. Außerdem reduziert Aqua-Jogging das Körperfett.



Schwimmbad Schule Oberwiese Herbst 2024

6401

Eberhard
Wenzlaff
Dienstag,
17.09.2024
18.00 – 19.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6403

für Frauen
Nina Zeiselmeier
Dienstag,
17.09.2024
20.00 – 21.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6405

für Frauen
Nina Zeiselmeier
Mittwoch,
18.09.2024
19.00 – 20.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6407

Franziska
Funk-Schmidt
Donnerstag,
19.09.2024
17.00 – 18.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6409

für Frauen
Nina Zeiselmeier
Freitag,
20.09.2024
16.15 – 17.15 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

6402

Eberhard
Wenzlaff
Dienstag,
17.09.2024
19.00 – 20.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6404

für Frauen
Elisabeth
Baumann
Mittwoch,
18.09.2024
17.30 – 18.30 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6406

für Frauen
Nina Zeiselmeier
Mittwoch,
18.09.2024
20.00 – 21.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6408

für Frauen
Franziska
Funk-Schmidt
Donnerstag,
19.09.2024
18.00 – 19.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6410

Georgia Kypraiou
Freitag,
20.09.2024
17.15 – 18.15 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR





Aqua-Jogging

6

Schwimmbad Schule Oberwiese Frühjahr 2025

6411

Eberhard
Wenzlaff
Dienstag,
18.02.2025
18.00 – 19.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6413

für Frauen
Nina Zeiselmeier
Dienstag,
18.02.2025
20.00 – 21.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6415

für Frauen
Nina Zeiselmeier
Mittwoch,
19.02.2025
19.00 – 20.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6417

Franziska
Funk-Schmidt
Donnerstag,
20.02.2025
17.00 – 18.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6419

für Frauen
Nina Zeiselmeier
Freitag,
21.02.2025
16.15 – 17.15 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

6412

Eberhard
Wenzlaff
Dienstag,
18.02.2025
19.00 – 20.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6414

für Frauen
Elisabeth
Baumann
Mittwoch,
19.02.2025
17.30 – 18.30 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6416

für Frauen
Nina Zeiselmeier
Mittwoch,
19.02.2025
20.00 – 21.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6418

für Frauen
Franziska
Funk-Schmidt
Donnerstag,
20.02.2025
18.00 – 19.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6420

Georgia Kypraiou
Freitag,
21.02.2025
17.15 – 18.15 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR



Bürgerbad Herbst 2024 & Frühjahr 2025 Marian Gampert

6421

für Frauen
Montag,
16.09.2024
16.00 – 17.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

6423

Mittwoch,
18.09.2024
17.00 – 18.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

6425

Mittwoch,
19.02.2025
16.00 – 17.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR



6422

Mittwoch,
18.09.2024
16.00 – 17.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

6424

für Frauen
Montag,
17.02.2025
16.00 – 17.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

6426

Mittwoch,
19.02.2025
17.00 – 18.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

Wassergymnastik

6

6427

Monika Dinter
Dienstag,
17.09.2024
16.00 – 17.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

Wassergymnastik für Senior:innen ab 55 Jahren

Schwimmbad Schule Oberwiese

6428

Dienstag,
18.02.2025
16.00 – 17.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

Dieser Kurs ist für Teilnehmende gedacht, die durch die Wassergymnastik die allgemeinen Bewegungsübungen im Wasser besser erlernen wollen. Außerdem werden gymnastische Übungen im Sinne von Mobilisation der Gelenke, Kräftigung der Muskulatur und allgemeiner Ausdauer-schulung schonend und wirkungsvoll durchgeführt. Kleinere Bewegungsspiele ergänzen das Programm.



6429

Eva Wenzlaff
Freitag,
20.09.2024
14.15 – 15.15 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

6430

Freitag,
21.02.2025
14.15 – 15.15 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR



Rückengymnastik im Wasser

Schwimmbad Schule Oberwiese

Rückengymnastik im Wasser dient sowohl der Vorbeugung als auch der Linderung von Rücken- und Nackenbeschwerden. Der Kurs ist dafür gedacht, die Leistungsfähigkeit und Widerstandskraft des Körpers zu stärken und Freude an körperlicher Bewegung unter den erleichternden Bedingungen des Wassers zu entwickeln.

Das Angebot soll Anreiz für alle sein, möglichst frühzeitig etwas gegen Rückenbeschwerden und für das Wohlbefinden zu unternehmen.

6431

Heike Isanovic
Dienstag,
17.09.2024
17.00 – 18.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6432

Dienstag,
18.02.2025
17.00 – 18.00 Uhr
14 Abende
104,80 EUR

6433

Christiane Diekmann
Donnerstag,
19.09.2024
16.00 – 17.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR

6434

Donnerstag,
20.02.2025
16.00 – 17.00 Uhr
14 Nachmittage
104,80 EUR



Probier's doch mal vegan!

In diesem vierteiligen Kochangebot können sich Interessierte davon überzeugen, dass die vegane Küche lecker, vielseitig und gesund ist. Dabei werden möglichst regionale und saisonale Zutaten, in Bio-Qualität verwendet. Alle Gerichte werden alltagstauglich und einfach zu kochen sein. Ganz nebenbei schützt eine vegane Ernährung die Gesundheit, das Klima und das Tierwohl. Die Kurse richten sich an Neugierige, die mal in die vegane Küche reinschnuppern wollen. Jeder Abend ist einzeln buchbar.

6501

Montag,
30.09.2024
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebensmittelumlage
und Getränke

**Beliebte Klassiker:
Probier's mal vegan!**

Peter Friße, Anneli Binna
Gesamtschule, Küche

Linsensuppe, Spagetti Bolognese, Schokopudding - vegan? Geht das? Schmeckt das? In diesem Einführungskurs lernen die Teilnehmenden die Grundlagen, um einige beliebte Gerichte vegan zuzubereiten. Wir zeigen, wie tierische Produkte durch pflanzliche Alternativen ersetzt werden können und erproben es an einigen Gerichten. Dabei wird auch nicht außer Acht gelassen, dass auf fehlende Nährstoffe, wie z.B. auf Omega 3 und Vitamin B12 geachtet werden muss. Zu dem Abend gibt's eine kursbezogene Rezeptsammlung und weitergehende Infos.

**Reise durch die vegetarische
Küche der Türkei**

Sengül Mizac
Gesamtschule, Küche

Seien Sie bereit für eine kulinarische Reise durch die traditionelle türkische Küche auf eine erfrischend andere, nämlich fleisch- und fischlose Art. An diesem Abend werden wir gemeinsam eine Vielzahl von vegetarischen Variationen beliebter türk. Gerichte zubereiten, kochen und genießen. Von würzigen Meze über aromatische Hauptgerichte bis hin zu verlockenden Desserts – wir entdecken gemeinsam die kulinarischen Schätze der Türkei, ganz ohne Fleisch.

**Tapas, Snacks
und Fingerfood**

Gabriele Siegel
Gesamtschule, Küche

Ob gewickelt, ob gerollt, gefüllt oder gebacken. Genießende aufgepasst: An diesem Trend kommen Sie nicht vorbei. Kleine Leckerbissen zum Anfassern und Genießen. Fingerfood bietet viele kreative Variationsmöglichkeiten und der Genuss der kleinen Häppchen spiegelt pure Lebensfreude wieder.

Bitte bringen Sie zu unseren Kochangeboten Ihr Lieblingsmesser, eine Schürze, Trockentücher und Behälter für Reste mit. Die Kurszeit umfasst die Zubereitung, das gemeinsame Essen und das Aufräumen der Küche.

6502

Dienstag,
08.10.2024
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebensmittelumlage
und Getränke

**6503**

Dienstag,
05.11.2024
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebensmittelumlage
und Getränke

6504

Donnerstag,
14.11.2024
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

Leckere Heimatküche: Probier's mal vegan!

Peter Friße, Anneli Binna
Gesamtschule, Küche

Am zweiten Abend der vegan-Reihe nehmen wir heimatliches in den Blick: Kartoffelsuppe, Frikadellen, Gulasch und Apfelkuchen - vegan? Geht das? Schmeckt das? Entdecken Sie die veganen Seite der Heimatküche! Wir zaubern altbekannte Klassiker in winterlichen Varianten auf den Teller. Viele Heimatgerichte lassen sich einfach veganisieren, ohne auf Geschmack oder Genuss verzichten zu müssen. Lassen Sie sich überraschen! Zu dem Abend gibt's eine kursbezogene Rezeptsammlung und weitergehende Infos.

6505

Dienstag,
19.11.2024
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

Süßes für Naschkatzen – Genuss ohne Reue

Petra Klaus
Gesamtschule, Küche

Wir stellen köstliche Naschereien (z.B. Schokolade und Pralinen) in hochwertiger Bioqualität her, frei von Fabrikzucker, Auszugsmehlen, Fabrikfetten, künstlichen Aromen und Zusatzstoffen. So kann man nach Herzenslust naschen, weil die vollwertigen Leckereien eine gesunde Alternative sind.



Italienisches Weihnachtsmenü

Gabriele Siegel
Gesamtschule, Küche

Gemeinsam bereiten wir an diesem Abend ein mehrgängiges Menü, bestehend aus Suppe, Fleischgericht, natürlich den unverzichtbaren Nudeln mit verschiedenen Soßen und dem Dessert. Sie lernen Gerichte kennen, die nicht nur an Festtagen zubereitet, sondern variationsreich in die alltägliche Küche einfließen können.

Kulinarische Reise durch Persien

Masoomeh Rezaei
Gesamtschule, Küche

Erneut machen wir uns auf eine Reise durch Persien und entdecken als Vorspeise Zeytoon Parvardeh mit knusprig duftendem Nan-e Barbari, persischem Fladenbrot. Als Hauptspeise wird Fesendschan mit Reis und Tahdig unseren Gaumen erfreuen. Hierzu bereiten wir zartes Hühnerfleisch in einer Granatapfel-/Wallnussauce zu, die süß und herzhaft zugleich eine unvergleichliche Kombination aus Texturen und Geschmackserlebnissen darstellt.

Bitte bringen Sie zu unseren Kochangeboten Ihr Lieblingsmesser, eine Schürze, Trockentücher und Behälter für Reste mit. Die Kurszeit umfasst die Zubereitung, das gemeinsame Essen und das Aufräumen der Küche.

6506

Dienstag,
03.12.2024
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

**6507**

Donnerstag,
16.01.2025
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke



6508

Dienstag,
04.02.2025
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

Bella Italia – Pasta selbstgemacht

Gabriele Siegel
Gesamtschule, Küche

An diesem Abend werden italienische Pasta Variationen selbst und frisch hergestellt. Mit einfachen Rezepten kochen die Teilnehmenden dazu einige leckere, würzige und schmackhafte Soßen. Selbstgemachte Tagliatelle al Ragù, hausgemachte Ravioli mit San-Marzano-Mascarpone und Rote-Beete stehen auf dem Programm.

6509

Freitag,
14.02.2025
15.00 – 18.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

Frühlingspralinen

Bettina Gareis
Gesamtschule, Küche

Der Frühling naht und mit ihm die Lust, Neues auszuprobieren. Passend zur Frühlingszeit und in geselliger Runde stehen Trüffel mit fruchtiger Füllung auf dem Programm sowie weitere süße Köstlichkeiten, welche ganz einfach selbst herzustellen sind. **Bitte bringen Sie einen kleinen Topf, ein Trockentuch und eine Dose für die Pralinen mit.**



Ohne Ei und Milch, trotzdem lecker: Probier's mal vegan!

Peter Friße, Anneli Binna
Gesamtschule, Küche

Am dritten Abend stehen auf der Speisekarte: Lasagne, Rührei, Mayonnaise, Käsekuchen - vegan? Geht das? Schmeckt das? Heute zeigen wir ihnen, wie Eier - und Milchprodukte ersetzt werden können. Als Alternativen bieten sich, z. B. Sojaprodukte, Pflanzendrinks, Hülsenfrüchte, Nüssen und Saaten an. Lassen Sie sich überraschen, wie lecker ein Kartoffelgratin oder ein Käsekuchen schmeckt. Zu dem Abend gibt's eine kursbezogene Rezeptsammlung und weitergehende Infos.

Ausgewählte asiatische Küche

Gabriele Siegel
Gesamtschule, Küche

An diesem Abend wird eine breite Palette von Rezepten aus der asiatischen Küche vorgestellt. Die Zubereitung reicht von einfach bis anspruchsvoll, aber in jedem Fall sind die Speisen gut bekömmlich und natürlich auch gesund. Auch Vegetarier:innen kommen auf ihre Kosten. Selbstverständlich auch mit dabei: das bekannte und sehr schmackhafte Sushi.

6510

Donnerstag,
20.02.2025
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

**6511**

Montag,
10.03.2025
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke



Kochen 6

6512

Dienstag,
25.03.2025

18.00 – 21.45 Uhr

36,00 EUR

inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

Frühlingsmenü aus der Vollwertküche

Petra Klaus
Gesamtschule, Küche

In diesem Kurs bereiten wir ein vegetarisches Menü, bestehend aus Salat, Suppe, Vorspeise, Hauptgericht und Dessert zu. Dafür verwenden wir möglichst frische und wenig verarbeitete Lebensmittel wie Gemüse, Getreide, Obst, Nüsse und native Öle. Während der Zubereitung gibt es umfassende Infos rund um die vitalstoffreiche Vollwertkost.



Klassiker aus aller Welt: Probier`s mal vegan!

Peter Friße, Anneli Binna
Gesamtschule, Küche

Am vierten Abend der kleinen vegan-Reihe erweitern wir das vegane Speisenspektrum: Curry aus Indien, Tajine aus Marokko, Chili con carne aus Südamerika, Mousse au Chocolat aus Frankreich - vegan ? Geht das? Schmeckt das? Wir gehen gemeinsam auf eine kleine Weltreise und zeigen, dass auch klassische Gerichte aus anderen Ländern, vegan zubereitet, lecker und köstlich schmecken. Lassen Sie sich durch die Vielfalt der Aromen und Düfte der internationalen Küchen begeistern. Zu dem Abend gibt's eine kursbezogene Rezeptsammlung und weitergehende Infos.

6513

Mittwoch,
02.04.2025

18.00 – 21.45 Uhr

36,00 EUR

inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke



6514

Freitag,
04.04.2025
15.00 – 18.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

**Eier-Lei aus Schokolade**

Bettina Gareis
Gesamtschule, Küche

Ostereier einmal anders. In diesem Kurs dreht sich alles um das Oster-
ei. Leckere Pralinen in Ei-Form sind
zur Osterzeit genau das Richtige, um
sich und andere zu verwöhnen. Bei
der Vielfalt der köstlichen Kreationen
ist für jeden Geschmack etwas dabei.
Und so können ganz besondere, auch
weil selbst gemachte Ostereier, zum
Fest verschenkt oder genascht wer-
den.

**Bitte bringen Sie einen kleinen Topf,
ein Trockentuch und eine Dose für
die Pralinen mit.**

6515

Dienstag,
08.04.2025
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

**Neue vegetarische Genüsse
aus der türkischen Küche**

Sengül Mizac
Gesamtschule, Küche

Sie sind bei dem ersten Kochange-
bot zur türkischen Küche bereits ins
Schwärmen geraten? Dann können
Sie an diesem Abend erneut vegeta-
risch-kulinarische Genüsse erleben,
von herzhaftem Börek über schmack-
haft-würziges Gemüse bis zu süßem
Baklava reicht das Spektrum.

Bitte bringen Sie zu unseren
Kochangeboten Ihr Lieblingsmes-
ser, eine Schürze, Trockentücher
und Behälter für Reste mit. Die
Kurszeit umfasst die Zubereitung,
das gemeinsame Essen und das
Aufräumen der Küche.

Persische Sommerküche

Masoomeh Rezaei
Gesamtschule, Küche

An diesem Abend gehen wir auf eine
kulinarische Reise durch Persien. Den
Auftakt macht ein persischer Appeti-
zer mit gegrilltem Gemüse, einer De-
likatesse, die sich durch vielschichtige
Aromen und samtige Konsistenz aus-
zeichnet. Als Hauptmahlzeit bereiten
wir eine vegetarische Köstlichkeit mit
einer ausgewogenen Mischung von
Linsen, Reis und Safran zu. Zum krö-
nenden Abschluss richten wir ein Eis
mit orientalischen Aromen an.

6516S

Mittwoch,
21.05.2025
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

**6517S**

Dienstag,
03.06.2025
18.00 – 21.45 Uhr
36,00 EUR
inkl. Lebens-
mittelumlage
und Getränke

**Bocaditos – südamerikani-
sches Fingerfood**

Gabriele Siegel
Gesamtschule, Küche

Bocaditos ist südamerikanisches Fin-
gerfood: Bieten Sie ihren Gästen bei
der nächsten Einladung vielleicht
kulinarische Highlights vom südame-
rikanischen Kontinent einmal anders,
sehr schmackhaft mit gesunden Zu-
taten an. Dazu verschiedene Salsas
(Soßen), nicht (immer) scharf, auch
süß und fruchtig.



Klein, aber wichtig!

Wer kann teilnehmen?

Die Volkshochschule als öffentliche Einrichtung der Stadt Waltrop dient der Weiterbildung Erwachsener. Teilnehmen kann, wer mindestens 16 Jahre alt ist. Ausnahmen gelten etwa für die besonders gekennzeichneten Kinder- und Jugendkurse. Bei einzelnen Seminarangeboten gibt es darüber hinaus spezielle Zugangsvoraussetzungen (Vorkenntnisse und dgl.), oder sie richten sich an besondere Zielgruppen (Frauen etc.). Der Besuch von gebührenpflichtigen Veranstaltungen ist i.d.R. nur nach verbindlicher Anmeldung bzw. Bezahlung gestattet.

Teilnahmezahl

Kurse, Studienfahrten und Seminare können nur dann durchgeführt werden, wenn die vorgeschriebene Mindestteilnahmezahl erreicht wird. Auch werden von der VHS Höchstteilnahmegrenzen festgelegt.

Teilnahmegebühren

Das Entgelt für Kurse und Seminare richtet sich nach der Zahl der Unterrichtsstunden. Die Belegung einzelner Unterrichtseinheiten ist nur im Ausnahmefall und nach Absprache möglich, etwa bei einem wesentlich verspäteten Einstieg nach Kursbeginn. Für alle Kurse und Seminare (außer Einzelveranstaltungen und Studienfahrten) wird eine Verwaltungspauschale von 4,00 EUR - bei Kursen ab 20 Unterrichtsstunden von 7,00 EUR - als Sockelbetrag berechnet. Hinzu kommt ein Entgelt in unterschiedlicher Höhe pro Unterrichtsstunde.

Ermäßigung von Teilnahmegebühren

Eine Ermäßigung von 25 % wird gewährt, wenn der/die Teilnehmende nachweist, dass seine/ihre Einkünfte, bei verheirateten Teilnehmenden die Einkünfte beider Ehegatten, ausschließlich aus Arbeitslosgeld I bestehen. Eine Ermäßigung von 50 % wird gewährt, wenn der/die Teilnehmende (z.B. durch den Waltroper Freizeit- und Bildungspass) nachweist, dass er/sie auf Bürgergeld oder Grundsicherung angewiesen ist. Besondere Kurse (z.B. Einzelveranstaltungen, Kleingruppenseminare, Studienfahrten, etc...) sind von dieser Regelung ausgenommen. Nachträgliche Ermäßigungen, d.h. nach erfolgter Anmeldung, sind nicht möglich. Weitere Ermäßigungsregelungen, etwa für Schüler/innen und Studierende, sind ggf. im Programm jeweils erläutert.

Gebührenerstattung/Rücktritt

1. Das Entgelt wird den Teilnehmenden erstattet bzw. nicht erhoben, wenn die belegte Veranstaltung nicht zustande kommt.
2. Ein Rücktritt ist gegenüber der Geschäftsstelle telefonisch, schriftlich, per Fax oder E-Mail anzuzeigen. Ein Telefonat oder eine Mitteilung gegenüber Kursleitenden allein ist nicht ausreichend.
3. Tritt jemand von einer Veranstaltung zurück, so ist er berechtigt, zeitgleich eine Ersatzperson zu stellen. Für die Ersatzperson gelten die gleichen Zugangsvoraussetzungen zum Kurs wie für den Zurückgetretenen. In diesem Fall wird das Entgelt erstattet und von der Ersatzperson erhoben, ggf. unter Einbehaltung einer Bearbeitungsgebühr.
4. Ein Rücktritt des Teilnehmenden ohne Stellung einer Ersatzperson ist gegen Erstattung des gesamten gezahlten Entgelts (abzüglich der Verwaltungspauschale von z.Zt. 4,00 bzw. 7,00 EUR - bei Tagesfahrten mindestens 10,00 EUR -) nur bis zum 6. Arbeitstag vor Kursbeginn möglich, wobei als Arbeitstage die Wochentage von Montag bis Freitag zählen und der Tag des Kursbeginns bei der Fristberechnung nicht mitgerechnet wird. Bei einem späteren Rücktritt gestaltet sich eine Rückerstattung wie folgt:

- a) Rücktritt vom 5. bis 4. Arbeitstag vor Kursbeginn - Erstattung von 75 % der Kursgebühr
- b) Rücktritt vom 3. bis 2. Arbeitstag vor Kursbeginn - Erstattung von 50 % der Kursgebühr
- c) Rücktritt am 1. Arbeitstag vor Kursbeginn - Erstattung von 25 % der Kursgebühr
- d) bei späterem Rücktritt oder Nichterscheinen - keine Erstattung
- e) Die Verwaltungskostenpauschale wird bei einem Rücktritt einbehalten.
- f) Die Stornogebühren für Einzelveranstaltungen betragen 4 EUR bis 14,99 EUR und 7 EUR ab 15 EUR pro Ticket

Kosten für bereits erworbene Eintrittskarten u. dgl. (Leistungen Dritter) müssen von Teilnehmenden komplett übernommen werden. Die unter 4. genannten Fristen finden keine Anwendung bei einem Rücktritt von

- a) Studienfahrten
- b) Bildungsurlaubsseminaren
- c) vergleichbaren Veranstaltungen.

Eine Erstattung in diesen Fällen ist nur möglich nach Abzug und Einbehaltung der Stornokosten und der durch Planung und Organisation entstandenen im Einzelfall festzulegenden Kosten der VHS.

Kosten für Materialien

Die Kosten für Unterrichts-, Verbrauchs- und Arbeitsmaterial tragen die Teilnehmenden selbst, sofern im Programmheft nicht ausdrücklich andere Regelungen genannt werden.

Teilnahmebescheinigung

Auf Wunsch wird bei regelmäßiger Teilnahme an Kursen und Seminaren gegen Gebühr eine Bescheinigung ausgestellt, die zum Nachweis des Kursbesuches oder zur Vorlage bei Krankenkassen, Finanzämtern oder anderen Einrichtungen verwendet werden kann.

Unterrichtsausfall

Sollte aus Krankheitsgründen oder aus anderen Ursachen der Unterricht nicht planmäßig stattfinden, so wird bei wöchentlichem Turnus der Unterrichtszeitraum um die nachzuholenden Termine verlängert. Wochentag und Uhrzeit sind davon nicht betroffen. Im Einzelfalle kann auch nach Absprache mit den Teilnehmenden eine andere zeitliche Vereinbarung getroffen werden. Ein Anspruch auf anteilige Gebührenerstattung ergibt sich daraus nicht - es sei denn, ein Kurs muss gänzlich vorzeitig eingestellt werden.

Haftung

Die Volkshochschule übernimmt keinerlei Haftung bei Diebstahl oder Sachschaden. Bei Unfall haftet die VHS nur, soweit sie ein vorzügliches Verschulden trifft.

Widerrufsbeschluss bei Fernabsatzgeschäften

(online, telefonisch, per E-Mail oder per Fax getätigte Anmeldungen)

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z.B. per Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Er ist zu richten an: VHS Waltrop, 45731 Waltrop, Ziegeleistr. 14, E-Mail: vhs@vhs-waltrop.de, Fax: 02309-962620.

Unterricht, an dem Sie bis zu Ihrem Widerruf teilgenommen haben, müssen Sie anteilig bezahlen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweis: Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

1. Identität und Auftrag

Die VHS Waltrop bietet ein breites Angebot allgemeiner, politischer, sozialer und beruflicher Weiterbildung an. Darüber hinaus sieht es die VHS als ihren Auftrag an, die Bereitschaft für das lebensbegleitende Lernen in der Bevölkerung in vielfältiger Weise zu wecken und diese dabei zu unterstützen.

2. Definition gelungenen Lernens

Gelungenes Lernen zu ermöglichen heißt für uns, Rahmenbedingungen zu schaffen, die Voraussetzungen bieten, um eine hohe Lernzufriedenheit bei den Teilnehmenden zu erzielen. Die subjektive Sicht des Teilnehmenden mit ihren individuellen Lernvoraussetzungen ist dabei wichtigster Gradmesser. Die Zahl der Wiederanmeldungen, der Anteil der Stammhörenden sowie Einzelmeldungen (Anregungen und Beschwerden) werden kontinuierlich gemessen, erfasst und ausgewertet.

Für uns stellen die Gemeinsamkeit von Lernerfahrungen und die notwendige Lust aller am Lernprozess Beteiligten die Grundvoraussetzung für erfolgreiches Lernen dar.

3. Werte

Die VHS versteht sich als Dienstleister für die Bürger:innen und möchte mit ihren Bildungsangeboten einen Beitrag zur Stärkung der Selbstbestimmung, der Orientierungs- und Kritikfähigkeit der hier lebenden Menschen leisten. Dabei steht der Mensch als Individuum im Mittelpunkt mit seinen geistigen, physischen, psychischen und sozialen Voraussetzungen.

4. Kunden und Kundinnen

Die VHS ist in ihrem Schwerpunkt eine Einrichtung der Erwachsenenbildung. Darüber hinaus richtet sich die VHS mit schulischen Ergänzungsangeboten auch an Kinder, Jugendliche und Schüler:innen. Unser Team steht als kompetenter Ansprechpartner für Beratungen, Nachfragen und Auskünfte zur Verfügung.

5. Allgemeine Unternehmensziele

Die VHS Waltrop bietet Bildungsbausteine für einen lebensbegleitenden und zielgerichteten Lernprozess. Es ist der VHS und ihrem Personal dabei ein zentrales Anliegen, die Qualität der Lernbedingungen so zu erhalten und weiter zu gestalten, dass der Lernerfolg der Teilnehmenden gewährleistet wird. Wir wollen dabei durch Qualität, Innovations-

fähigkeit und soziales Engagement überzeugen sowie wirtschaftliches Handeln und pädagogische Arbeit miteinander verknüpfen.

6. Fähigkeiten

Ein wichtiges Merkmal der VHS ist die Konzeption eines breit gefächerten und vielseitigen Weiterbildungs- und Veranstaltungsprogramms, das sowohl bewährte als auch innovative Bildungsthemen enthält. Eine gute Kommunikationskultur zwischen Verwaltung und pädagogischem Personal unterstützt die hohe Beratungs- und Lehrqualität.

7. Leistungen

Die VHS Waltrop sieht sich als Dienstleister*innen für einen lebensbegleitenden Lernprozess. Die Leistungsschwerpunkte liegen im Bereich der Sprache, der beruflichen Bildung, der Gesundheit sowie der Kommunikation und Kultur. Die Bildungsangebote sind aktuell und zielgruppenorientiert gestaltet. Darüber hinaus ist die VHS offen für die kooperative Gestaltung individueller und passgenauer Weiterbildungsmaßnahmen.

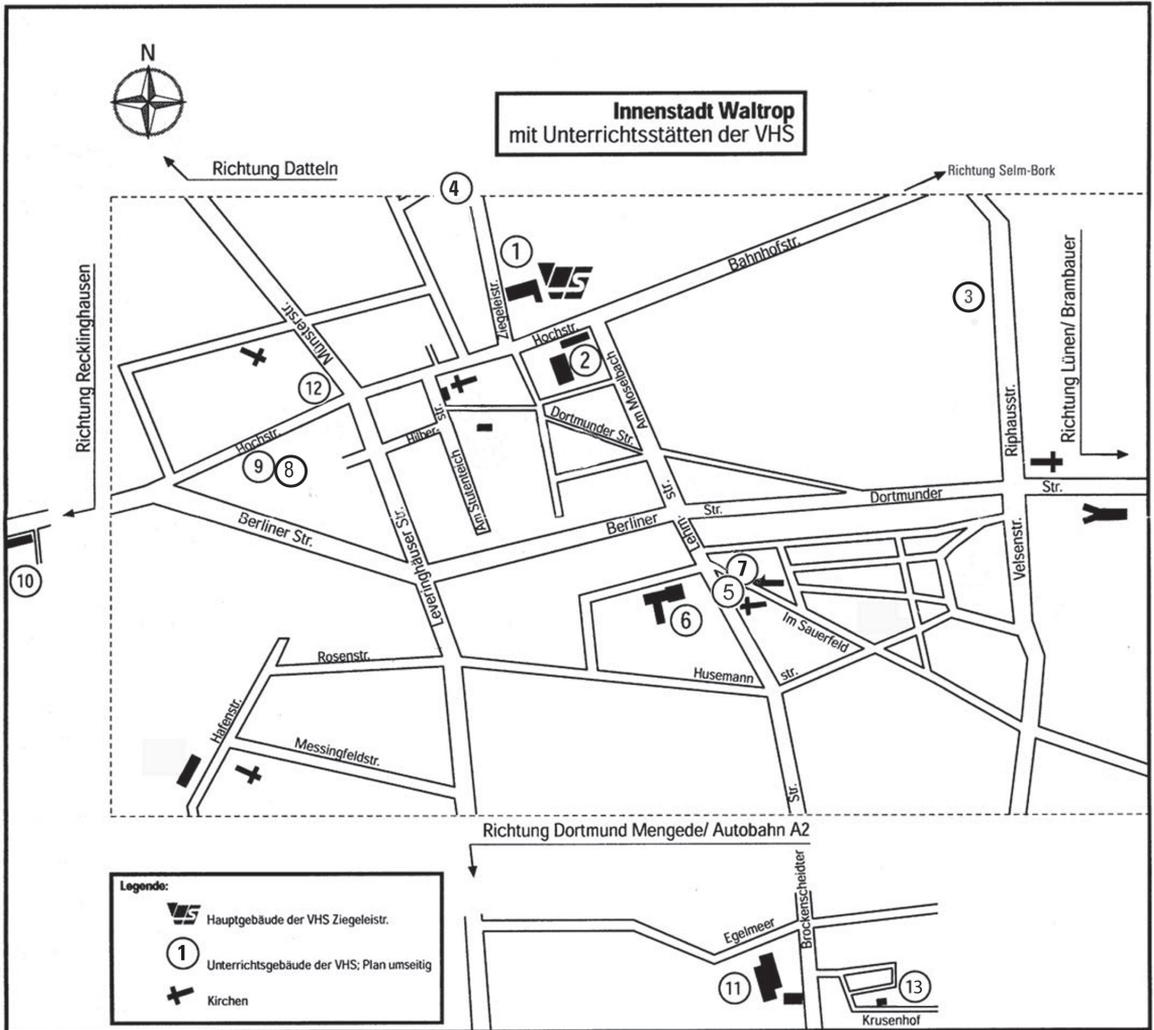
8. Ressourcen

Die VHS Waltrop ist sich bewusst, dass die Mitarbeiter:innen eine der wichtigsten Ressourcen darstellen. Eine freundliche und gute Arbeitsatmosphäre trägt nicht nur zu einer hohen Lehrmotivation der Dozent:innen bei, sondern setzt sich auch in der Beratung fort. Die Verfügbarkeit eines für die Erwachsenenbildung geeigneten eigenen Hauses mit einer qualitativ hochwertigen (Medien-)Ausstattung unterstützt den Lernerfolg in besonderer Weise.





Dies sind die 17 globalen Nachhaltigkeitsziele der UNO. Zu einigen Themen finden Sie direkt oder indirekt Angebote in unserem Programm. Auch für uns und für Waltrop wird „Bildung zur nachhaltigen Entwicklung (BNE)“ immer wichtiger. Bitte beachten Sie dazu auch unser Kursangebot zur Ausbildung/Fortbildung zum Nachhaltigkeitscoach (Kurs-Nrn. 5505/5506)



Sollten in unserem Stadtplan Unterrichtsstätten nicht eingegeben sein, informieren Sie sich bitte telefonisch unter 02309 / 96260.

Anschriften der VHS-Veranstaltungsorte in Waltrop:

1. Haus der Bildung, Begegnung und Kultur / Dritter Ort
Ziegeleistraße 14 (HBBK)



2. Stadthalle Waltrop
Raiffeisenplatz

3. Bürgerbad/Schwimmbad an der Riphausstraße
Riphausstraße 33

4. Städt. Realschule Waltrop
Ziegeleistraße 31

5. Dreifaltigkeitskirche/Dietrich-Bonhoeffer-Zentrum
Im Sauerfeld 2

6. Theodor-Heuss-Gymnasium
Theodor-Heuss-Str. 1

7. Turnhalle Lindenschule 1 (Lutherschule)
Taeglichsbeckstraße 2

8. Caritas Tagespflege (Klarahaus)
Hilberstr. 52

9. Kulturforum Kapelle
Hochstraße 20

10. Schwimmbad Schule Oberwiese
Recklinghäuser Straße 201

11. Gesamtschule Waltrop
Brockenscheidter Straße 100

12. Rathaus
Münsterstraße 1

13. Gesamtschule
Akazienweg

Benachbarte Volkshochschulen

VHS Castrop-Rauxel

Tel.: 02305/5488410,-11,-12, Fax: 02305/5488420
E-Mail: vhs@castrop-rauxel.de

VHS Datteln

Tel.: 02363/107-412, Fax: 02363/107-446
E-Mail: vhs@stadt-datteln.de

VHS Dülmen-Haltern am See-Havixbeck

Tel.: 02594/12400, 02364/933442, 02507/33112
E-Mail: info@vhs-duelmen.de, info@vhs-havixbeck.de,
info@vhs-haltern.de

VHS Herten

Tel.: 02366/303-510, Fax: 02366/303-595
E-Mail: vhs@herten.de

VHS Marl die insel

Tel.: 02365/503566-99, Fax: 02365/503566-33
E-Mail: inselVHS@marl.de

VHS Oer-Erkenschwick

Tel.: 02368/98710, Fax: 02368/987-115
E-Mail: vhs@vhs-oe.de

VHS Recklinghausen

Tel.: 02361/50-2000, Fax: 02361/50-91991
E-Mail: vhs@recklinghausen.de

VHS Dortmund

Tel.: 0231/5024727, Fax: 0231/5022431
E-Mail: vhs@dortmund.de

VHS Lünen

Tel.: 02306/104-2700, Fax: 02306/104-212710
E-Mail: vhs@luenen.de

VHS Gladbeck

Tel.: 02043/992415, Fax: 02043/991411
E-Mail: vhs@stadt-gladbeck.de

VHS Dorsten

Tel.: 02362/66-4160, Fax: 02362/66-5743
vhs-und-kultur@dorsten.de

VHS Kreis Lüdinghausen

Tel.: 02591/926484
E-Mail: vhs@stadt-luedinghausen.de
Tel.: 02595/389114 (Olfen)
E-Mail: vhs@golfen.de

VHS im FoKuS Selm

Tel.: 02592/69680, Fax: 02592/696850
E-Mail: vhs@stadtselm.de

Informationen zum Datenschutz

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die VHS Waltrop, Ziegeleistraße 14, 45731 Waltrop (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt), ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die auf der Anmeldekarte und bei telefonischer Anmeldung durch Mitarbeitende abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragsdurchführung verwendet. Ohne die anzugebenden Daten kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind bzw. um bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen, bzw. von uns verlangte statistische Angaben ermitteln zu können. Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer und Ihrer E-Mail-Adresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Auch die weiteren Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch die Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers erteilen Sie uns ein Lastschriftmandat. Das Teilnahmeentgelt wird in der Regel 2 – 6 Wochen nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister*innen betreut werden.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen nur an die jeweilige Kursleitung zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Die Kontaktaufnahme bei Änderungen erfolgt im Regelfall durch uns. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, die durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Ihrerseits sollten Sie sicherstellen, dass Sie von uns versandte Nachrichten auf Ihren Endgeräten auch abrufen. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent:innen oder Kursteilnehme:in zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten, die wir zu beachten haben. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung, außer ggf. zulässiger Postwerbung, gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren oder sich an den Datenschutzbeauftragten der Stadt Waltrop zu wenden.

Matthias Hopp ist der Beauftragte für den Datenschutz bei der Stadt Waltrop.

Stadt Waltrop

Münsterstraße 1

45731 Waltrop

E-Mail: datenschutz@waltrop.de



STADTWERKE
WALTROP



Wir haben Watt zum Wechseln

Machen Sie es wie viele Waltroper –
clever umstellen und ruckzuck sparen!

Wir machen voran! Machen Sie mit.

SERVICEBÜRO
Dortmunder Straße 28
45731 Waltrop
02309 / 785183-0

www.stadtwerke-waltrop.de

 Finde uns auf
Facebook
www.facebook.com/stadtwerkewaltrop