



VOLKSHOCHSCHULE
KUNSTSCHULE
FILDERSTADT

Programm Februar bis September 2025



FILDERSTADT
*Eine Stadt.
Viele Möglichkeiten.*

DIE ENERGIE FÜR FILDERSTADT UND DIE FILDERN

FILDERSTROM & FILDERGAS

Jetzt wechseln zu Ihrem Energieversorger vor Ort!



- 100 % Öko-Strom mit garantierter Förderung von nachhaltigen Projekten vor Ort
- 100 % klimaneutrales Öko-Gas
- 100 % kommunales Unternehmen mit persönlichen Ansprechpartnern vor Ort
- 100 % Einsatz für Ihre Versorgung und stabile Preise

Anmeldung ...2| Vorwort ...3| vhs-Wegweiser ...4| 50 Jahre Filderstadt ...5| Schüler*innenkurse ...8|



Grund- & Verbraucherbildung

Grundbildung ...11| Verbraucherbildung ...11| Ernährungsbildung ...17| Ehrenamtsakademie ...18|



Gesellschaft, Politik & Umwelt

Allgemeine und politische Bildung/Gesellschaft/Kultur/Geschichte ...21| Führungen und Fahrten ...24| Ballett/Theater/Musik ...30| Kunstgeschichte ...31| Angebote der Städtischen Galerie, des FilderStadtMuseum und des Serigrafie-Museums ...32| Literatur/Lesungen ...35| Landeskunde/Reiseberichte ...36| Geopuls-Reisen ...37| (Stadt)Führungen & Vortrag in Stuttgart ...39| Naturexkursionen ...39| Tagesfahrten und Führungen ...40| Pädagogik/Psychologie ...42| Philosophie/Religion/Weltanschauung ...46|



EDV

Beratungstermin ...48| Einführungskurse ...48| Grundlagen ...48| MS Office ...49| Elterntreff ...49| Textverarbeitung ...51| Tabellenkalkulation ...51| Weitere Office-Anwendungen ...52| SAP ...53| Apple Macintosh ...54| Spezialkurse/Programmierung ...54| Internet, Soziale Medien & Multimedia ...55| Freizeit, Hobby & Ehrenamt ...58| Kurse für Kinder und Jugendliche ...59|



Berufliche Bildung

Angebote für Erwachsene ...61| Online-Bildungsurlaub ...64| Buchführung/Personal/Controlling ...66| X-Pert-Kurse ...67|



Sprachen

Sprachenlernen an der vhs ...68| Sprachberatungstermine ...69| Deutsch als Fremdsprache ...69| Integrationskurse ...69| Englisch ...70| Französisch ...72| Italienisch ...74| Spanisch ...76| Weitere Sprachen ...77| Angebote unserer Kooperationspartner ...79|



Gesundheit, Fitness & Tanz

Gesundheit gemeinsam erleben ...81| Gesundheit & Heilmethoden ...81| Klang, Rhythmus & Stimme ...81| Fernöstliche Methoden ...82| Yoga ...84| Online ...87| Fitness & Bewegung ...88| Outdoor ...88| Men only ...90| Besonderes ...90| Dance ...90| Im Trend: Step, Pilates & Co ...91| Fitness ...91| Gesunder Rücken ...92| Gesund in Bewegung ...95| Gymnastik 50-plus und 60-plus ...95| Bewegung im Wasser ...96| Sport Spezial ...97| Tanz ...97|



Küche & Kreatives

Tee & Kräuter ...99| Wein & Erlesenes ...100| Whisky & Gin ...101| Spezialitäten aus aller Welt ...101| Kochen und Backen ohne ...102| Mann kocht ...103| Ernährungsbildung ...103| Kreatives ...104| Mode & Outfit ...104|



Kinder- & Jugendkunstschule

Tag der offenen Türen ...106| Für Kinder von ca. 2–4 Jahren ...106| Für Kinder von 3–5 Jahren ...106| Für Kinder von 5–7 Jahren ...107| Interdisziplinäre Kurse für Kinder ab 7 Jahren ...107| Bildhauerei, Werken, Technik und Kunsthandwerk ...107| Wochenendkurse für Kinder ...109| Offene Kunstwerkstatt im WIE ...111| Ferienkurse für Kinder ...113| Faschingsferien ...113| Osterferien ...113| Pfingstferien ...114| Kunstschulmobil ...115| Sommerferien ...116| Kurse für Jugendliche ...119| Ferienkurse für Jugendliche ...120|



Erwachsenenkunstschule

Kurse mit Gyjho Frank ...122| Aquarell-, Acryl- & Ölmalerei ...122| Malen ...124| Malen & Zeichnen ...125| Figur: Akt – Portrait ...127| Fotografie & Bildbearbeitung ...128| Sommeratelier und Sommerakademie ...129| Druck – Grafik ...130| Keramik ...130| Schweißen & Schmieden ...132| Kunst Angewandt: Nähen, Schneidern, Sticken, Färben ...133| Bildhauerei & plastisches Gestalten ...134| Kostenlose Workshops für Jung und Alt ...135| Tag der offenen Türen ...135| Individuelle Workshops, Angebote für Erwachsene ...135| Förderverein der Kunstschule ...135|

Allgemeine Geschäftsbedingungen ...136| Lageplan und Kursorte ...U3| Anmeldekarten ...hintere Umschlagklappe

GRUND- & VER-
BRAUCHERBILDUNG

GESELLSCHAFT,
POLITIK, UMWELT

EDV

BERUF

SPRACHEN

GESUNDHEIT

KÜCHE &
KREATIVES

KINDER- & JUGEND-
KUNSTSCHULE

ERWACHSENEN-
KUNSTSCHULE



Volkshochschule

Schulstraße 13/1
70794 Filderstadt-Plattenhardt
Tel. 0711 7003-4372 · Fax 7003-74390
email: vhs@filderstadt.de
www.vhs-filderstadt.de

Öffnungszeiten Geschäftsstelle:

Mo, Di 9–12 Uhr und 14–17 Uhr
Mittwoch geschlossen
Do 9–12 Uhr und 14–18 Uhr
Fr 9–12 Uhr



Kunstschule

Schulstraße 13
70794 Filderstadt-Plattenhardt
Tel. 0711 7003-4321 · Fax 7003-74325
www.kunstschule-filderstadt.de

IMPRESSUM

Redaktion/Copyright:
vhs/KSF Filderstadt

Herstellung:
typopoint GbR, Ostfildern
www.typopoint.de
info@typopoint.de

Anzeigenverwaltung:
connection line, Villingen-Schwenningen
www.connection-line.de
info@connection-line.de

Auflage: 27.500



Dr. Alexandra Bauer
Leitung Volkshochschule
und stellvertretende
Amtsleitung



Ali Schüler
Leitung Kunstschule



Birgit Gentner
Verwaltungsleitung
Volkshochschule
Kunstschule

Politik, Gesellschaft, Umwelt

Bettina Spitzenberger
Dr. Alexandra Bauer

**Psychologie, Philosophie,
Religion**

Dr. Glenda Olfens

Fachbereich EDV
Fachbereichsleitung:
Assistenz:

☎ 0711 7003-4386
Kirsten Jacobsen
Alexandra Neff-Sulz

kjacobsen@filderstadt.de
aneff-sulz@filderstadt.de

Fachbereich Beruf
Fachbereichsleitung:
Assistenz:

☎ 0711 7003-4376
Dr. Alexandra Bauer
Martina Jürgensen-Mohrs
Felix Böppe

akohlberger-bauer@filderstadt.de
mjuergensen-mohrs@filderstadt.de
fboepple@filderstadt.de

Fachbereich Deutsch
Fachbereichsleitung:

☎ 0711 7003-4378, -4375, -4382

Marianne Brunke
Bettina Spitzenberger
Thi Minh Hang Nguyen
Elisabeth Wein
Patricia Manger
Reinhard Lange

mbrunke@filderstadt.de
bspitzenberger@filderstadt.de
tnguyen@filderstadt.de
ewein@filderstadt.de
pmanger@filderstadt.de
rlange@filderstadt.de

Assistenz:

Fachbereich Romanische Sprachen
Fachbereichsleitung:
Assistenz:

☎ 0711 7003-4378
Bettina Spitzenberger
Patricia Manger

bspitzenberger@filderstadt.de
pmanger@filderstadt.de

Englisch und weitere Sprachen
Fachbereichsleitung:
Assistenz:

☎ 0711 7003-4374
Dr. Glenda Olfens
Ines Paul-Weiß

golfens@filderstadt.de
ipaul-weiss@filderstadt.de

Fachbereich Gesundheit:
Fachbereichsleitung:
Assistenz:

☎ 0711 7003-4383, -4386
Elisa Fischer
Alexandra Neff-Sulz
Sandra Kalestra

elfischer@filderstadt.de
aneff-sulz@filderstadt.de
skalestra@filderstadt.de

**Fachbereich Hauswirtschaft,
Kreatives**
Fachbereichsleitung:
Assistenz:

☎ 0711 7003-4376

Elisa Fischer
Martina Jürgensen-Mohrs

elfischer@filderstadt.de
mjuergensen-mohrs@filderstadt.de

Kinder- & Jugendkunstschule
Leitung:
Leitung:
Assistenz:

☎ 0711 7003-4321
Manuela Kallinger
Julia Brielmann
Sylvia Nikolaou

mkallinger@filderstadt.de
jbrielmann@filderstadt.de
snikolaou@filderstadt.de

Kunstschule, Erwachsenenbereich
Leitung:
Assistenz:

☎ 0711 7003-4321
Ali Schüler
Sylvia Nikolaou

aschueler@filderstadt.de
snikolaou@filderstadt.de

Auszubildende

Vassiliki Gounari

vgounari@filderstadt.de

Verwaltungsleitung

☎ 0711 7003-4371
Birgit Gentner

bgentner@filderstadt.de

Gemeinsame Mitarbeiter*innen
vhs/KSF ☎ 0711 7003-4319

Gebäudefachkraft: Joachim Huss (links)
Reinigung: Hatice Agaç (Mitte)
Teuta Kolmekshaj (rechts)



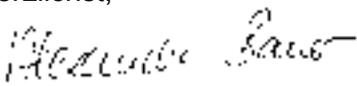
Liebe Kund*innen unserer Volkshochschule,

herzlich willkommen zu unserem neuen VHS-Programm! In diesem Semester steht ein ganz besonderes Jubiläum im Fokus: 50 Jahre Stadt Filderstadt! Ein Grund zum Feiern und eine Einladung, die vielfältigen Angebote der Volkshochschule und der ganzen Stadt in diesem Jubiläumsjahr zu entdecken.

Ein Kursbesuch an der vhs bedeutet mehr als nur das Erlernen neuer Fähigkeiten – er eröffnet Türen zu immer wieder neuen Erfahrungen, inspiriert und bringt Menschen zusammen. In unseren Kursen und Projekten schaffen wir Begegnungen, bei denen der Austausch und das gemeinsame Lernen im Mittelpunkt stehen.

Lassen Sie sich von unserem Programm überraschen und nutzen Sie die Gelegenheit, Neues auszuprobieren, Projekte zu gestalten und gemeinsam mit anderen auf Entdeckungsreise zu gehen. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und spannende gemeinsame Erlebnisse!

Herzlichst,



Dr. Alexandra Bauer




vhs

Die vhs Filderstadt sucht fortlaufend neue Kursleitungen für bestehende und gerne auch für neue Angebote.

Dozent*innen für alle Fachbereiche gesucht!

Melden Sie sich bei uns:
vhs@filderstadt.de

Sprachen – Lesungen – Führungen – Gesundheit – EDV – Verbraucherbildung und vieles mehr – egal ob im aktiven Ruhestand, nebenberuflich, Studierende ...

Wir freuen uns auf Sie, Ihre Angebote, Ihre Ideen und Ihre Begeisterung. Werden Sie Dozent*in in einem engagierten Team!

FILDERSTADT



FAMILIENPASS

Wer wenig Einkommen hat, kann auf vhs-Gebühren 35 bis 60 Prozent Ermäßigung erhalten.

Das Bruttoeinkommen ohne Kindergeld darf die nachfolgenden Grenzen nicht überschreiten:

Familienpass A (60 Prozent Ermäßigung)	
1 Personenhaushalt	2.500 Euro
2 Personenhaushalt	2.900 Euro
3 Personenhaushalt	3.300 Euro
4 Personenhaushalt	3.900 Euro
5 Personenhaushalt	4.300 Euro
Familienpass B (35 Prozent Ermäßigung)	
1 Personenhaushalt	2.900 Euro
2 Personenhaushalt	3.300 Euro
3 Personenhaushalt	3.700 Euro
4 Personenhaushalt	4.300 Euro
5 Personenhaushalt	4.700 Euro

Je weiterer Person erhöht sich der Betrag um jeweils 400 Euro.

Nähere Informationen erhalten Sie beim Amt für Familie, Schulen und Vereine unter Tel. 7003-357 oder auf www.filderstadt.de

vhs-Wegweiser: So finden Sie sich bei uns zurecht!

In unserem Programmheft finden Sie an Stellen Symbole, mit denen wir Ihnen auf den ersten Blick die Besonderheiten einer Veranstaltung oder eines Kurses deutlich machen möchten.



Dieses Logo beschreibt Veranstaltungen, die im Verbund der drei Filder-Volkshochschulen Filderstadt, Ostfildern und Leinfelden-Echterdingen geplant sind. Bitte beachten Sie den Veranstaltungsort.



50 Jahre Filderstadt feiern Sie mit! Unter diesem Logo finden Sie einzigartige Projekte zur Geschichte Filderstadts und den besonderen Merkmalen der Stadtteile.



vhspresso-klein, stark und gut!
Diese Kurse finden in Kleinstgruppen von 2 bis 5 Personen statt und haben eine Durchführungsgarantie.
Sie wünschen einen anderen Termin?
Sprechen Sie uns an!



Service für Senioren*innen, die nicht mehr ganz so mobil sind:
Der kostenlose Fahrdienst „SUSEmobil“ holt Sie unentgeltlich von zu Hause ab und bringt Sie nach der Veranstaltung wieder zurück.



Im Rahmen des Projekts „Verbraucherbildung für Erwachsene und Familien in Baden-Württemberg“ erhalten Interessierte neutrale Informationen mit Vorteilen und Risiken zu Konsum und digitaler Entwicklung.



Die Kleesattel-Stiftung widmet sich der Förderung von Kindern und Jugendlichen. In Zusammenarbeit mit der vhs Filderstadt unterstützt sie durch Förderunterricht ergänzend zur schulischen Bildung, um die Chancengleichheit für Schüler*innen zu wahren. Alle Kursangebote sind kostenfrei.



Für die mit „Fachkursförderung möglich“ gekennzeichneten Kurse hat die Volkshochschule Filderstadt Unterstützung des Ministeriums für Wirtschaft, Arbeit und Tourismus Baden-Württemberg aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds beantragt. 25 % bzw. 50 % Zuschuss zur Kursgebühr sind möglich, wenn das Ministerium den Antrag bewilligt.



Im Rahmen des Projekts „Ernährungsbildung für Erwachsene und Familien in Baden-Württemberg“ wird Alltagswissen in den Themenbereichen „Nachhaltige Ernährung“, „Regionale Ernährung“ und „Vermeidung von Lebensmittelverschwendung“ vermittelt.



Eine Initiative der Stadt Filderstadt zur Stärkung des Ehrenamts.
Für ehrenamtlich Tätige in Filderstädter Vereinen und bürgerschaftlich engagierte Filderstädter*innen kostenfrei.



Kurse mit diesem Symbol finden entweder als reine Online-Kurse oder als Blended Learning-Kurse (einige Termine in Präsenz, einige Termine online) statt. Den Link erhalten Sie nach der Anmeldung.



Nachfolgend präsentieren wir einen Auszug des Festprogrammes aus dem Bereich Bildung, Kunst und Kultur

JANUAR

Die Stadtbibliothek lädt ein:

Lesesturm zum Uhlbergturm

Diese besondere Aktion beginnt am 1. Januar 2025 und wird das ganze Jahr über laufen. Ziel ist es, die Höhe des Uhlbergturms durch die Anzahl der gelesenen Bücher zu „erlesen“.

Nähere Informationen:
Stadtbibliothek: 0711 7003-450
bibliothek@filderstadt.de
siehe Seite 35

Erstmals im Jubiläumsjahr

Serigrafie-Museum: Siebdruck auf der CMT

Erfahren Sie alles rund um das Serigrafie-Museum auf der CMT. Wir laden ein zum Postkartendruck!

Do, 23.1., von 10 bis 18 Uhr
Messe Stuttgart, Stand Stadt Filderstadt

FEBRUAR

Tag der offenen Türen in der Kunstschule

Ausstellungen und kostenfreie Workshops in allen Räumen:

Zusammenwachsen – zusammen kreativ sein!
Fr, 7.2., 15–18 Uhr

Lesung mit Prof. Dr. Ewald Frie: Ein Hof und elf Geschwister

A1063
Fr, 7.2., 19–20:30 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
€ 12 Kartenvorverkauf bei allen Veranstaltern
siehe Seite 111

Filderstädter Erzählcafé

1130 Freundschaften
So, 16.2., 15–16:30 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek Filderstadt, Volmarstr. 16
€ 7
siehe Seite 35

In Kooperation mit dem Umweltschutzreferat

Sportlicher Walk mit Fitnessstraining in den Streuobstwiesen

3308
Sa, 22.2., 10–11 Uhr
Outdoor – Treffpunkt: Hasenheim Bonlanden
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich
siehe Seite 89

MÄRZ

Das Serigrafie-Museum lädt ein:



Vernissage: Gut zum Druck!

1126
Vernissage: So, 2.3., 11:30 Uhr
Ausstellung: 2.3. bis 18.5.
Serigrafie-Museum
siehe Seite 34

Von der Fabrik zum Serigrafie-Museum



Die bewegte Geschichte eines Gebäudes

Dr. Nikolaus Back, Stadtarchivar
Zum 100-jährigen Bestehen berichtet Stadtarchivar Nikolaus Back über die bemerkenswerte Geschichte dieses Gebäudes.

1009
Do, 13.3., 18–19 Uhr
Plattenhardt, Serigrafie-Museum, Uhlbergstr. 40
gebührenfrei, mit Anmeldung!
siehe Seite 22

In Kooperation mit dem Umweltschutzreferat

Most

Die Geschichte des schwäbischen Nationalgetränks

3640
Fr, 28.3., 18–19:30 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37
gebührenfrei
siehe Seite 100

Dozent*innen der Kunstschule stellen aus

Anlässlich „50 Jahre Filderstadt“ entwickelt ein namhafter Künstler, speziell für diese Ausstellung und das Vernissage-Publikum, eine eindrucksvolle und unvergessliche Performance.

Vernissage: So, 30.3., 11:15 Uhr
Ausstellung: 30.3. bis 27.4.
Städtische Galerie
siehe Seite 32

APRIL

Nacht der Bibliotheken Die Swiftie-Bib

Freundschaftsbänder basteln oder tauschen, ein spannendes Quiz rund um Taylor Swift lösen, im Taylor Swift-Outfit erscheinen, mit anderen Fans über ihre Musik plaudern, alkoholfreie Cocktails mixen ...

Fr, 4.4., 18–22 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
gebührenfrei und ohne Anmeldung
siehe Seite 35



Die Geschenkidee für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Philosophischer Spaziergang mit Johanna Kosch

Fernweh und Heimweh

1403

Sa, 5.4., 14–15:30 Uhr
Treffpunkt: Wanderparkplatz Uhlbergturn,
Waldenbacher Str., 70794
€ 18 (€ 16,20)
siehe Seite 46

In Kooperation mit dem Umweltschutzreferat

Achtsamkeitsspaziergang durch die blühenden Streuobstwiesen

3309

Sa, 12.4., 15–16 Uhr
Outdoor – Treffpunkt: Unterhalb Friedhof Plattenhardt, gebührenfrei, Anmeldung erforderlich
siehe Seite 89

Welttag des Buches

Verloren & Gefunden

Ausstellung

Lesezeichen erzählen Geschichten

Mi, 23.4 bis Sa, 24.5
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
Während der Öffnungszeiten, gebührenfrei
siehe Seite 36

50 Jahre Filderstadt 1975–2025

Die vom Stadtarchiv zusammengestellte Ausstellung zeigt einen Querschnitt des Zeitgeschehens in Filderstadt der letzten 50 Jahre in Wort und Bild.

1002

28.4. bis 4.7., vhs Treppenhausegalie
siehe Seite 21

MAI

Sielmingen vor 200 Jahren

Dr. Nikolaus Back, Stadtarchivar

1014

Do, 8.5., 18–19:30 Uhr
Treff: Sielmingen, Brunnen an der Laichkreuzung
gebührenfrei, ohne Anmeldung
siehe Seite 23

Eduard Mörike und Johann Christoph Blumhardt – zwei ungleiche Freunde

Vortrag von Albrecht Esche anlässlich des 150. Todestags von Eduard Mörike

1015

Do, 15.5., 19:30–21 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörike-Saal
€ 5
siehe Seite 23

Filderstädter Erzählcafé

1133 Nachbarschaft

Fr, 16.5., 17–18:30 Uhr
Sielmingen, Artothek, Sielminger Hauptstr. 46
€ 7
siehe Seite 35

Naturkundliche Führung zum Bärensee

1805

So, 18.5., 9–11:30 Uhr, Treff: Plattenhardt
im Weilerhau am Forstbetriebshof
siehe Seite 39

Internationaler Museumstag

Romy Heyner

1117

So, 18.5., 13–17 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei
siehe Seite 33

Steinkäuze hautnah – Streuobstwiese spielerisch erleben

Werner Kneule, Umweltschutzreferat

1033

Fr, 23.5., 15:30–18 Uhr
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich
siehe Seite 26

Die 70er Jahre: Eine Zeit des Wandels

Sonderausstellung im FilderStadtMuseum

Vernissage, Fr, 23.5., 18 Uhr
Ausstellung ab So, 25.5. 13–17 Uhr,
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei
siehe Seite 33

Flower-Power-Filderstadt

Öffentliche Führung

1119

So, 25.5., 15–15:45 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei
siehe Seite 33

Gedenkstätte „Wege der Erinnerung“

Dr. Nikolaus Back, Stadtarchivar

1017

Mo, 26.5., 17–18 Uhr
Treff: An der Gedenkstätte, Echterdinger Straße,
Parkplätze im Industriegebiet, gebührenfrei
mit Anmeldung.
siehe Seite 24

JUNI

70er Jahre Nachmittag

1143

Mo, 23.6., 16–17:30 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
€ 5
siehe Seite 36

Eine Wanderung entlang des Fleinsbachs

Dr. Nikolaus Back, Stadtarchivar und
Jürgen Friedrich

1037

Mi, 25.6., 17–18:30 Uhr
Treff: beim Regenrückhaltebecken bei der Carl-Benz-Straße, gebührenfrei, ohne Anmeldung
siehe Seite 27

Filderstädter Erzählcafé

1134 Bunte 70er Jahre

Sa, 28.6., 15–16:30 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
€ 7
siehe Seite 35

Kreative 70er Jahre: Freundschaftsbänder basteln

Im Rahmen der Sonderausstellung
'Die 70er Jahre' im FilderStadtMuseum

1125

So, 29.6., 13:30–16:30 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Backhäuschen,
Klingenstr. 19, gebührenfrei
siehe Seite 34

In Kooperation mit dem Referat für Wirtschaft und Marketing

Sightseeingtour – Mit dem Doppeldeckerbus durch Filderstadt

Mit Oberbürgermeister Christoph Traub und dem Stadtarchivar Nikolaus Back

1041

So, 29.6., 14:30–17:30 Uhr
Treff: Dr. Peter Bümlein Platz
€ 12 Erwachsene, Kinder bis 14 Jahren 5 €
siehe Seite 43

JULI & AUGUST

Spielspaß der 70er Jahre: Kultspiele neu entdecken

Im Rahmen der Sonderausstellung
'Die 70er Jahre' im FilderStadtMuseum

1121

So, 6.7., 13:30–16:30 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Backhäuschen,
Klingenstr. 19
gebührenfrei
siehe Seite 34

Mitglieder des Fördervereins Kunstschule

Ausstellung „50“

Die Exponate entstehen in einem eigens dafür eingerichteten ganztägigen Workshop und werden anlässlich des Stadtjubiläums gespendet.

Vernissage: Do, 9.7., 18:30 Uhr
Ausstellung: 9.7. bis 19.9.
vhs Treppenhausegalie

Flower-Power-Filderstadt**Öffentliche Führung**

1120

So, 13.7., 15–15:45 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei
siehe Seite 33

In Kooperation mit dem Umweltschutzreferat

**Die Streuobstwiese
als Küchenmeister**

indoor kochen, outdoor genießen

3641

Sa, 19.7., 11–15:30 Uhr
siehe Seite 100

**M/ein Filderstadt –
Was macht Filderstadt
einzigartig?**

Ergebnisse aus einem Kunstwettbewerb zum
Stadtjubiläum 50 Jahre Filderstadt.

Vernissage: So, 20.7., 11:15 Uhr
Ausstellung 20.7. bis 17.8.
Städtische Galerie

In Kooperation mit den evang. Kirchengemeinden

Kirchen neu entdecken

Gunther Seibold, Dipl.-Ing. und Dipl.-Theol.,
Pfarrer und Dekan in Filderstadt

Kirchenführungen mit Dekan Seibold und einem
Vertreter der örtlichen Kirchengemeinde.

Die Führungen sind gebührenfrei.
Um Anmeldung wird gebeten.
siehe Seite 47

1405

Sa, 19.7., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Antolianuskirche Plattenhardt

1406

Sa, 26.7., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Evangelische Kirche Harthausen

1407

Sa, 2.8., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Martinskirche Sielmingen

1408

Sa, 9.8., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Georgskirche Bonlanden

1409

Sa, 16.8., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Jakobus-Kirche Bernhausen

**UND IM HERBST
FEIERN WIR WEITER!****50 Jahre Filderstadt –
wir feiern weiter!**

Freuen Sie sich auf zahlreiche weitere
Jubiläumsveranstaltungen im Herbst.
Wir lassen die Diskokugel in der Alte Mühle
im Glanz der 70iger Jahre drehen.

Die Musikschule feiert im Oktober ihr
50-jähriges Bestehen mit einer besonderen
Festwoche. Am 9. November öffnen zahl-
reiche Künstler*innen ihre Ateliers.

Und: Die Stadtgesellschaft bekommt im
November ein besonderes Akkordeon-
konzert geschenkt.

Auch Bildung, Kunst und Kultur wird im
Herbst weiter zusammenwachsen und
zusammen feiern!

Jubiläumsveranstaltungen finden Sie auf
der Website der Stadt Filderstadt unter
[https://www.filderstadt.de/start/freizeit/
stadtjubilaeum.html](https://www.filderstadt.de/start/freizeit/stadtjubilaeum.html).

SWR1

EINS GEHÖRT GEHÖRT.

**BACK TO THE 80s****MEIN RADIO – MEIN SWR1****SWR1.DE**

SWR1 – das erfolgreiche Programm für Ihre Hörfunkwerbung. Weitere Informationen unter swrmediaservices.de, Telefon 0711 929 12984 oder mailen Sie uns: werbung@swrmediaservices.de

ENGLISCH

Infos und Anmeldung für alle Schüler*innenkurse: Tel. 0711 7003-4372
Email: vhs@filderstadt.de



Foto: Alexis Brown, unsplash

Unsere Schüler*innenkurse sind gefördert von der Kleesattel-Stiftung



Kommunikationsprüfung Englisch Gymnasium

Für Schüler*innen der Jahrgangsstufe 1, G9
oder Waldorfschule

Dr. Monica Eggleston, Gymnasiallehrerin

Der erste Schritt der Abiturprüfung in Englisch ist die Kommunikationsprüfung. In dieser kompakten Werkstatt werden wir Techniken üben, die zu einer sicheren Kommunikation der gelernten Inhalte beitragen werden. Anhand von ausgewählten cartoons werden wir die Inhalte der diesjährigen Prüfung wiederholen und uns für eine gelungene Kommunikation mit unserem Tandem-Partner*in oder unseren Lehrer*innen trainieren.

A2541

Mi, ab 8.1., 17–19:15 Uhr, 6 x
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 5

Schreibwerkstatt Englisch Gymnasium

Für Schüler*innen der Jahrgangsstufe 1, G9
oder Waldorfschule

Dr. Monica Eggleston, Gymnasiallehrerin

Wenn man an das Englisch-Abitur denkt, so fallen einem zunächst „short stories“, „culture & society“, „comprehension“ oder „analysis“ ein. Das sind ein paar der Schwerpunkte der schriftlichen Abiturprüfung im Fach Englisch. Wer aber denkt denn schon an „irregular verbs“, „sequence of tenses“, „reported speech“ oder „if-“ sowie „contact-clauses“?

Grammatik und Ausdrucksfähigkeit sind Handwerkszeug und Grundlage jeder Sprache und machen letztendlich eine gute Stil- und Inhalts-Note aus. Welche Zeit wende ich an? Wie drücke ich mich aus? Wie gebe ich Fakten treffend und unmissverständlich wieder? Schüler*innen der Jahrgangsstufe 1 werden nicht nur auf die Prüfungen des Englisch-Abiturs vorbereitet, sondern wir schließen auch entstandene Lücken, um den Weg ins Englisch-Abi sicher anzutreten. In diesem

Kompaktkurs werden wir die Schreibstile üben, die für die schriftliche Prüfung ausschlaggebend sind.

Dieser Kurs ist nur für Jahrgangsstufe 1 und 2 geeignet.

A2542

Mi, ab 22.1., 17–19:15 Uhr, 6 x
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 5

Fit ins Abi – Englisch- Grammatiktraining J1

Kompaktkurs in den Faschingsferien für
Schüler*innen der Jahrgangsstufe 1, G9 oder
Waldorfschule

Chantal Dusemond

Wenn man an das Englisch-Abitur denkt, so fallen einem zunächst „short stories“, „culture & society“, „comprehension“ oder „analysis“ ein. Das sind ein paar der Schwerpunkte der schriftlichen Abiturprüfung im Fach Englisch. Wer aber denkt denn schon an „irregular verbs“, „sequence of tenses“, „reported speech“ oder „if-“ sowie „contact-clauses“?

Grammatik und Ausdrucksfähigkeit sind Handwerkszeug und Grundlage jeder Sprache und machen letztendlich eine gute Stil- und Inhalts-Note aus. Welche Zeit wende ich an? Wie drücke ich mich aus? Wie gebe ich Fakten treffend und unmissverständlich wieder? Schüler*innen der Jahrgangsstufe 1 werden nicht nur auf die Prüfungen des Englisch-Abiturs vorbereitet, sondern wir schließen auch entstandene Lücken, um den Weg ins Englisch-Abi sicher anzutreten.

Dieser Kurs ist nur für Jahrgangsstufe 1 und 2 geeignet.

A2543

Di, 4.3.–Fr, 7.3., 10:30–12 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 5

Englisch Lernen mit Spiel und Spaß

Kompaktkurs für Schüler*innen der 5. Klasse

Elke Dettling

In diesem Kompaktkurs wiederholen und trainieren die Schüler*innen den Stoff der 5. Klasse mit Spielen und gezielten Übungen zu Grammatik, Hör- und Leseverständnis.

2504

Sa, ab 22.3., 9:30–11 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 5

Fit für die Realschulab- schlussprüfung – Englisch

Für Schüler*innen der Realschule Klasse 10

Chantal Dusemond

Vorbereitung auf die schriftliche Abschlussprüfung im Mai. Kursmaterial wird verteilt.

2505 Osterferien

Di, 4.3. – Fr, 7.3., 8:30–10 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 5

School Holidays Abitur Bootcamp

Brittany Geckler

Join our intensive English Abitur Preparation Bootcamp to enhance your skills and boost your confidence for the exam. This immersive course focuses on key topics from the curriculum, including literature analysis, language structure, and polishing vocabulary and more. You will have targeted practice, and personalized feedback from your instructor. This course will help you refine your reading, writing, listening, and speaking abilities so you're fully prepared for your English Abitur Exam.

Camden Cross-Cultural Encounters,
ISBN 978-3-425-73111-7

Cornelsen On the Move: Migration and Cross-Cultural Encounters, ISBN 978-3-06-036660-6

2506 Osterferien

Mo, 14.4.–Do, 17.4., 9–12 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 5

Englisch Auffrischung Grammatik

Für angehende Schüler*innen Klasse 5

Verena Braun

In diesem Englischkurs üben und lernen wir Konversationssituationen aus Schule und Alltag auf spielerische Art und Weise.

Bitte Mäppchen und Schnellhefter mitbringen.

2508 Sommerferien

Mo, 8.9.–Fr, 12.9., 9:30–11 Uhr, 5 x
Plattenhardt, vhs, Raum 21, € 5

Englisch Auffrischung Grammatik

Für angehende Schüler*innen Klasse 6

In diesem Englisch-Auffrischkurs üben wir Konversationssituationen aus Schule und Alltag. Wir werden die Grammatik wiederholen, die Verwendung verschiedener Zeitformen üben und unterschiedliche Vokabeln verwenden.

Bitte Mäppchen und Schnellhefter mitbringen.

2509 Sommerferien

Verena Braun
Mo, 8.9.–Fr, 12.9., 11–12:30 Uhr, 5 x
Plattenhardt, vhs, Raum 21, € 5

2510 Sommerferien

Chantal Dusemond
Mo, 8.9.–Fr, 12.9., 13–14:30 Uhr, 5 x
Plattenhardt, vhs, Raum 21, € 5

FRANZÖSISCH

Vorbereitung auf den Realschulabschluss – Französisch

Für Schüler*innen der 10. Klasse

Claudia Geiger

2615

Mo, 3.3.–Mi, 5.3., 9–12 Uhr, 3 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21, € 5

2616

Mo, 14.4.–Mi, 16.4., 9–12 Uhr, 3 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21, € 5

EDV

Reise in die Welt der IT

Basiskompetenzen für Kinder der 3. und 4. Klasse

Vormittagskurs mit Jutta Bundschuh

Kursinhalte siehe EDV, S. 59

2200 IT-Camp in den Osterferien

Di, 22.4. bis Fr, 25.4., jeweils 8:30–12:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

2201 IT-Camp in den Sommerferien

Mo, 4.8. bis Do, 7.8., jeweils 8:30–12:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

**Kinder-PC-Kurs
(Einstieg in Office)**

Für 5. und 6. Klasse

Kurs mit Jutta Bundschuh

Kursinhalte siehe EDV, S. 60

2203 in den Osterferien

Di, 22.4. bis Do, 24.4., jeweils 13:30–17:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

**ScratchJr – Einführung
ins Programmieren**

Für Grundschul Kinder 1. und 2. Klasse

Kurs mit Jutta Bundschuh

Kursinhalte siehe EDV, S. 60

2204 in den Sommerferien

Mo, 4.8. und Di, 5.8., jeweils 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

**Scratch –
Programmierung für Kinder**

Für Kinder ab Klasse 3

Kurs mit Jutta Bundschuh

Kursinhalte siehe EDV, S. 60

2205 in den Sommerferien

Mi, 6.8. und Do, 7.8., jeweils 13:30–16 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

3D-Druck-Workshop

für Kinder und Jugendliche im Alter
von 11–15 Jahren

Kurs mit Andreas Schlenker

Kursinhalte siehe EDV, S. 60

2208 in den Faschingsferien

Do, 6.3. und Fr, 7.3., jeweils 8:30–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 60

2209 in den Sommerferien

Mo, 1.9. und Di, 2.9., jeweils 8:30–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 60

**Arduino Einstieg –
der Mikroprozessor
für jedermann**

Für Kinder im Alter von 9–13 Jahren

Kurs mit Marco Bimbös

Kursinhalte siehe EDV, S. 60

A2212

Sa, 11.1., 13:30–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 40

2211 in den Osterferien

Sa, 26.4., 13:30–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 40

2212

Sa, 7.6., 13:30–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 40

**Erfolgreich zum Aus-
bildungsplatz – Tipps für
Online-Bewerbungen**

Tages-Workshop mit Pamela Briem

Kursinhalte siehe EDV, S. 60

2215

Sa, 21.6., 9–16 Uhr (45 Minuten Mittagspause)
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

MATHEMATIK

**Mathematik 5. Klasse
Realschule**

Elke Dettling

Dieser Kurs beinhaltet neben den vier Grundrechenarten auch die verschiedenen Rechengesetze wie Punkt vor Strich und die Klammerregel sowie Themen aus dem Bereich Geometrie und Sachrechnen.

2378 Faschingsferien

Di, 4.3.–7.3., 8:30–10 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

**Mathematik 6. Klasse
Realschule**

Elke Dettling

In diesem Kurs wollen wir uns unter anderem mit den Themen Teiler und Vielfache, dem Rechnen mit Brüchen und Dezimalzahlen, der Anwendung von Rechengesetzen, dem Aufstellen und Berechnen von Termen und Gleichungen sowie den Körpern beschäftigen.

2379 Faschingsferien

Di, 4.3.–7.3., 10:15–11:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

**Mathematik 7. Klasse
Realschule**

Elke Dettling

In diesem Kurs befassen wir uns eingehend mit dem Rechnen mit Rationalen Zahlen, dem Aufstellen und der Berechnung von Termen und Gleichungen sowie mit verschiedenen Drei- und Vierecken und dem Thema Winkel.

2380 Faschingsferien

Di, 4.3.–7.3., 13:15–14:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

**Mathematik 8. Klasse
Realschule**

Elke Dettling

Dieser Kurs beinhaltet die Themen Terme und Gleichungen inkl. Binomischen Formeln und Bruchgleichungen, Umfang und Flächeninhalt sowie Lineare Funktionen und Gleichungssysteme zum Lösen von Gleichungen mit zwei Variablen.

2381 Faschingsferien

Di, 4.3.–7.3., 15–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

**Mathematik – Vorbereitung
Realschulabschluss-
prüfung 10. Klasse**

Dipl.-Ing. Emil Stoichescu oder das
YouLearn-Center Team

Vorbereitung auf die Abschlussprüfung durch kompetente, anschauliche und einfachste Wissensvermittlung anhand vieler Beispiele und Übungen sowie begleitende Unterstützung der aktuellen Stoffgebiete.

2382 Osterferien

Mo, 14.4.–17.4., 9–13 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

**Mathematik Abiturvorbe-
reitungskurs Leistungsfach**

Dipl.-Ing. Emil Stoichescu oder das
YouLearn-Center Team

Gezielte Vorbereitung auf die Abiturprüfung im Leistungsfach Mathematik. Dieser Kurs bietet eine intensive Wiederholung und Vertiefung der wichtigsten Themen und Kompetenzen. Er bereitet gezielt auf die schriftlich Abiturprüfung vor, hilft beim Schließen von Wissenslücken und vermittelt Sicherheit.

2384 Osterferien

Di, 22.4.–25.4., 9–13 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

**Mathematik – Vorbereitung
Realschulabschluss-
prüfung 10. Klasse**

Maria Campagna oder das YouLearn-Center Team

Vorbereitung auf die Abschlussprüfung durch kompetente, anschauliche und einfachste Wissensvermittlung anhand vieler Beispiele und Übungen sowie begleitende Unterstützung der aktuellen Stoffgebiete.

2385 Osterferien

Di, 22.4.–25.4., 13–17 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 5

**Mathematik Vorbereitung
auf die Jahrgangsstufe 2
Leistungsfach**

Dipl.-Ing. Emil Stoichescu oder das
YouLearn-Center Team

Gezielte Wiederholung des Lehrstoffes aus der Jahrgangsstufe 1 und Vorbereitung auf die Jahrgangsstufe 2

2386 Sommerferien

Mo, 4.8.–7.8., 9–13 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

2393 Sommerferien

Di, 9.9.–12.9., 9–13 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

Mathematik Vorbereitung auf die Jahrgangsstufe 1 – Leistungs- und Basisfach

Dipl.-Ing. Emil Stoichescu oder das YouLearn-Center Team

Gezielte Wiederholung des Lehrstoffes aus der 10. Klasse und Vorbereitung auf die Jahrgangsstufe 1

2387 Sommerferien

Mo, 4.8.–7.8., 14–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

2395 Sommerferien

Di, 9.9.–12.9., 14–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 5

Mathematik – Vorbereitung auf die 10. Klasse Realschule

Maria Campagna oder das YouLearn-Center Team

Gezielte Wiederholung des Lehrstoffes aus der 9. Klasse und Vorbereitung auf die 10. Klasse.

2388 Sommerferien

Di, 2.9.–5.9., 9–13 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

2394 Sommerferien

Di, 9.9.–12.9., 9–13 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 5

Mathematik Wiederholung 5. Klasse Realschule

Elke Dettling

Wiederholung des Stoffes der Klasse 5 im Übergang zu Klasse 6

Dieser Kurs beinhaltet neben den vier Grundrechenarten auch die verschiedenen Rechengesetze wie Punkt vor Strich und die Klammerregel sowie Themen aus dem Bereich Geometrie und Sachrechnen.

2389 Sommerferien

Mo, 8.9.–11.9., 8:30–10 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

Mathematik Wiederholung 6. Klasse Realschule

Elke Dettling

Wiederholung des Stoffes Klasse 6 im Übergang zu Klasse 7

In diesem Kurs wollen wir uns unter anderem mit den Themen Teiler und Vielfache, dem Rechnen mit Brüchen und Dezimalzahlen, der Anwendung von Rechengesetzen, dem Aufstellen und Berechnen von Termen und Gleichungen sowie den Körpern beschäftigen.

2390 Sommerferien

Mo, 8.9.–11.9., 10:15–11:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

Mathematik Wiederholung 7. Klasse Realschule

Elke Dettling

Wiederholung des Stoffes von Klasse 7 zum Übergang zu Klasse 8

In diesem Kurs befassen wir uns eingehend mit dem Rechnen mit Rationalen Zahlen, dem Aufstellen und der Berechnung von Termen und Gleichungen sowie mit verschiedenen Drei- und

Vierecken und dem Thema Winkel, zudem (Anti-)Proportionalität und Prozentrechnung.

2391 Sommerferien

Mo, 8.9.–11.9., 13:15–14:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

Mathematik Wiederholung 8. Klasse Realschule

Elke Dettling

Wiederholung des Stoffes Klasse 8 im Übergang zu Klasse 9.

Dieser Kurs beinhaltet die Themen Terme und Gleichungen inkl. Binomischen Formeln und Bruchgleichungen, Umfang und Flächeninhalt sowie Lineare Funktionen und Gleichungssysteme zum Lösen von Gleichungen mit zwei Variablen, Prozent- und Zinsrechnung.

2392 Sommerferien

Mo, 8.9.–11.9., 15–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23, € 5

Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner

Geeignet auch für Schüler*innen ab 14 Jahren

Helmut Lange, Dipl. Päd. (univ);
Dipl. Sozialpäd. (FH); Bestseller Autor

1382

Do, 13.3., 19–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer, € 22

Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt (für Schüler*innen)

Helmut Lange, Dipl. Päd. (univ);
Dipl. Sozialpäd. (FH); Bestseller Autor

1383

Di, 18.3., 16–18 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer, € 21

COMPUTERSCHREIBEN

Computerschreiben

Vom Fehlerteufel zum Tastenkönig

Milica Stoffregen

Hausarbeiten und Referate, Spiele, E-Mails und Chatroom – für viele Aktivitäten benötigen Jugendliche eine Tastatur. Wer in der Lage ist, diese blind und mit allen Fingern gleichzeitig zu betätigen, kann dabei viel Zeit einsparen. Die Technik dafür fällt jedoch nicht vom Himmel, sondern muss erlernt werden. Aber keine Angst, es geht relativ schnell und macht – gemeinsam mit anderen – sogar Spaß.

Am Ende des Kurses können alle Buchstaben blind betätigt werden. Die Beherrschung dieser Technik ist eine optimale Voraussetzung, um später mit sehr hohem Tempo schreiben zu können.

2383 Osterferien

Mo, 14.4.–Do, 17.4., 14–15:30 Uhr, 4 x
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, EDV-Raum
€ 18 für Lehrbuch

2396 Pfingstferien

Di, ab 10.6., 14–15:30 Uhr, 4 x
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, EDV-Raum
€ 18 für Lehrbuch

2397 Sommerferien

Mo, 4.8.–Do, 7.8., 14–15:30 Uhr, 4 x
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, EDV-Raum
€ 18 für Lehrbuch

GESUNDHEIT & ENTSPANNUNG

Workshop: Selbstbewusst in die Prüfungsphase mit Jin Shin Jyutsu

Kleingruppe

Diana Schmid, Shiatsu- und Akupressur-Therapeutin, Jin-Shin-Jyutsu-Praktikerin

3215

Di, ab 11.3., 16–17:30 Uhr, 3 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 25,20

IN UND MIT DER NATUR

Kräuterwanderung für Kinder

Mit Kindern die heimischen Wildkräuter entdecken

Margit Weinmann, Kräuterexpertin

Kommt mit auf eine spannende Erkundungstour.

3639

Fr, 9.5., 16–18 Uhr
Treffpunkt: Stetten, beim Theater unter den Kuppeln
€ 10 Zzgl. 4 € für die Verkostung, werden direkt vor Ort abgerechnet.

FÜHRUNGEN/FAHRTEN

In Kooperation mit dem Umweltschutzreferat

Steinkäuze hautnah – Streuobstwiese spielerisch erleben



Werner Kneule, Umweltschutzreferat

Wir entdecken das Innenleben einer Steinkäuz-Brutröhre, können die Jungtiere aus nächster Nähe ansehen und anfassen. Auf spielerische Weise erkunden wir die ökologischen Zusammenhänge einer Obstwiese und schließen ab mit einer Lesung. Für Kinder von 9–12 Jahren

1033

Fr, 23.5., 15:30–18 Uhr
Treffpunkt: abhängig vom aktuellen Brutvorkommen, Bekanntgabe bei Anmeldung gebührenfrei – Anmeldung erforderlich

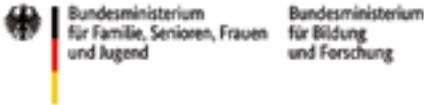
GUTSCHEIN
GUTSCHEINGUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN

Die Geschenkidee für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

GRUNDBILDUNG

Gefördert von:



Grundbildung: Digital unterwegs – Nutzung von Smartphone und Tablet

Als wichtige Voraussetzung gesellschaftlicher Teilhabe

Vormittagskurs mit Jutta Bundschuh

Neben dem rein technischen Wissen im Umgang mit Smartphone und den sozialen Netzwerken gibt dieser Kurs Hilfen bei der Orientierung auf Webseiten, bei der Suche von Beratungsangeboten und bei der Verarbeitung von Online-Informationen für Eltern (Webseiten von Schulen, Lernapps und sinnvolle Spiele für Kinder und Erwachsene, Bus- und Zugverbindung recherchieren, Online Kursanmeldungen etc.). Auch sicheres Einkaufen im Netz (Kosten, Kostenfallen) und die System-einstellungen der mobilen Endgeräte werden Thema im Kurs sein.

5001

Mo, ab 24.3., jeweils 10–12 Uhr, 9 x
kein Kurs in den Ferien
Bernhausen, Evangelisches Familienzentrum,
Rosenstr. 94/2 (Johannes-Kirche), Raum B im UG
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Grundbildung Teil 2: Digital unterwegs – Nutzung von Smartphone und Tablet

Als wichtige Voraussetzung gesellschaftlicher Teilhabe

Nachmittagskurs mit Jutta Bundschuh

Sie haben schon erste Erfahrungen mit dem Smartphone gemacht und benutzen es auch regelmäßig, aber es fehlen Ihnen noch zum Beispiel ein PayPal- oder Klarna-Konto, damit Sie die online gefundenen Tickets oder Einkäufe auch bezahlen können.

Ebenso möchten Sie Ihre Kenntnisse in anderen Apps wie zum Beispiel WhatsApp oder Google Maps (Karten) vertiefen oder neue, interessante Apps wie Instagram, Spotify, Instagram oder Pinterest kennen lernen.

5002

Mo, 24.3., 7.4., 28.4., 12.5. und 26.5.
jeweils 13–15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Besser Lesen und Schreiben auf Deutsch für Fortgeschrittene

Als wichtige Voraussetzung gesellschaftlicher Teilhabe

Habibe Berber

Orientiert am Alphaportfolio des DVV wird das Buchstabenverständnis ausgebaut. Ausgehend von vereinzelter Lesefähigkeit erreichen die Teilnehmenden eine zusammenhängende Lesekompetenz. Flüssiges Schreiben wird geübt. So können die Teilnehmenden höhere Kompetenzen erwerben, um den schriftlichen Anforderungen als Arbeitnehmer*innen besser zu genügen und im Alltag leichter zurecht zu kommen.

5003

Di, ab 6.5., 15:15–17 Uhr, 10 x
Bernhausen, Evangelisches Familienzentrum,
Rosenstr. 94/1, (Johannes-Kirche), Raum EG
Gebührenfrei, Anmeldung bei der vhs unter
Tel. 0711 7003-4378

VERBRAUCHERBILDUNG

Gefördert durch Baden-Württemberg
Ministerium für Ernährung,
Ländlichen Raum und Verbraucherschutz

Vb Verbraucherbildung
in Baden-Württemberg

Mobile und Digital Payment – Digitale Bezahlmethoden



Oliver Buttler, Verbraucherzentrale BW e. V.

Kontaktlos im Supermarkt bezahlen, den Fahr-schein mit dem Smartphone lösen oder aber im Onlineshop bezahlen. Kontaktloses und digitales Bezahlen sind mittlerweile die häufigsten Bezahlmethoden. Doch wie funktioniert kontaktloses Bezahlen genau? Welche Voraussetzungen muss man erfüllen, um mobil bezahlen zu können? Was ist der Unterschied zwischen Apple Pay und Google Pay? Auch im Onlinehandel sind digitale Bezahlmethoden im Vormarsch: digitale Währungen und moderne Zahlungsdienste wie PayPal erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Doch sind diese Wege zu bezahlen auch sicher? Im kostenlosen Online-Seminar wird erklärt, was sich hinter kontaktlosen und digitalen Bezahlvorgängen verbirgt und was Nutzer*innen beachten müssen. Ein Fokus des Seminars liegt auch auf dem Thema Sicherheit und Datenschutz.

2305

Mi, 7.5., 18–19:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 19
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Gesund durch Pulver und Pillen



Sabine Holzäpfel, Verbraucherzentrale BW e. V.

Im Internet wimmelt es von gesundheitsbezogener Online-Werbung, die oft schnelle Lösungen verspricht. Woran können wir die Nützlichkeit und Sicherheit der beworbenen Angebote erkennen, wie lässt sich die Seriosität einschätzen und Werbeaussagen kritisch hinterfragen? Medienkompetenz ist dabei entscheidend, die richtigen Informationen zu finden. Der Vortrag bietet Einblick in aktuelle Trends und Entwicklungen der Online-Werbung zu Gesundheit und vermittelt Werkzeuge, um verantwortungsbewusste Entscheidungen zu treffen und informiert das Online-Angebote zu überblicken.

2306

Di, 13.5., 18–19:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 19
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Verträge beenden – Schuldenfalle vermeiden?



Maximilian Köhler, Verbraucherzentrale BW e. V.

Wer unnötige und ungenutzte Verträge kündigt kann viel Geld sparen. Wir erklären, worauf man bei der Kündigung achten muss und wie man sich künftig vor Kostenfallen schützt. Ob Verträge für das Telefon und Internet, das Fitnessstudio oder Versicherungen oft wurden Laufzeitverträge bereits vor Jahren geschlossen, teilweise sogar unbewusst doppelt und laufen immer noch kostenpflichtig weiter. Im Internet können ein paar Klicks bereits zu einem ungewollten Abo führen. Doch auch Anbieter leisten nicht immer wie vereinbart, so dass auch hier die Möglichkeit zu einer vorzeitigen Vertragsbeendigung besteht.

2307

Mi, 14.5., 18–19:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 19
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Algorithmen in den einzelnen Lebens- bereichen (Algorithmen 1)



Oliver Buttler,
Verbraucherzentrale BW e. V.

Daten bestimmen unser Leben. Durch die Nutzung des Internets entstehen zahlreiche Daten. Diese Daten machen sich Unternehmen zu Nutze, um nur bestimmte Suchanzeigen zuzulassen oder Angebote zielgerichteter auszuspielen zu können. Dies muss aber nicht immer zum Wohl der einzelnen sein. Angebote werden limitiert oder Produkte sind für bestimmte Menschen nur zu höheren Preisen verfügbar. Doch wie entstehen unterschiedliche Preise? Werden nur bestimmte Angebote oder nur bestimmte Suchergebnisse angezeigt?

Den kompletten Ausschreibungstext finden Sie unter www.vhs-filderstadt.de

2308

Mi, 21.5., 18–19:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 19
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Wegweiser Patientenrecht – so vertreten Sie Ihre Interessen

Vortrag mit J.M. Jaissle prevent hoch vier

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie in bestimmten Fällen dem übermächtig erscheinenden Gesundheitssystem mit guten Argumenten die rote Karte zeigen und so Ihre Ansprüche erfolgreich durchsetzen können. Sie erhalten in kompakter Weise unter anderem Einblick, welche Rechte Sie Ihrem Mediziner gegenüber haben, wann und wie man Sie über Ihre Behandlung aufklären muss, was Sie bei einem Behandlungsfehler tun müssen, wie Sie am schnellsten an einen Termin kommen, dass Sie Recht auf einen Medikationsplan haben und wie Sie am besten an eine zweite Meinung kommen. Somit sind Sie auch auf außergewöhnliche Situationen sicher vorbereitet. Schreibutensilien bitte mitbringen.

A2313

Mi, 19.2., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

B2313

Mo, 23.6., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Pflege und Betreuung zuhause organisieren

Vormittagskurs mit J.M. Jaissle prevent hoch vier
Es ist der Wunsch vieler Menschen, auch im Alter zuhause wohnen bleiben zu können. Das bekannte Umfeld gibt ein Gefühl von Sicherheit und Vertrautheit, während Tagesabläufe und Routinen erhalten bleiben. Gleichzeitig stellt die Pflege und Betreuung zuhause Umfeld und Angehörige oftmals vor nicht unerhebliche Herausforderungen. Dennoch gibt es immer mehr Möglichkeiten, die häusliche Pflege zu ermöglichen und zu organisieren. Wir stellen Ihnen die wichtigsten Möglichkeiten vor.

Schreibutensilien bitte mitbringen.

A2314

Mi, 12.2., 9–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

B2314

Mi, 23.7., 9–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Wissenswertes beim Kauf eines PCs oder Smartphones

Unabhängige und objektive Tipps

Abendkurs mit Jutta Bundschuh

Wer sich einen neuen Computer oder ein Smartphone anschaffen möchte, hat ein Problem: Die Auswahl an Geräten ist scheinbar grenzenlos. Ob Laptop oder Schreibtischrechner, Smartphone, Tablet, Spiele-PC oder bessere Schreibmaschine: Die Geräte unterscheiden sich nicht nur im Preis, sondern vor allem in Qualität, Leistung und Service. Dieser Kurs soll bei der Suche nach dem idealen PC, Notebook oder Smartphone für die eigenen Bedürfnisse helfen. Die wichtigsten

Unterschiede zwischen den Geräten werden ebenso erläutert, wie die vielen Fachwörter, mit denen in den Prospekten so gerne geworben wird.

Kursinhalte:

- Welche Hardware? Desktop, Notebook, Netbook, Tablet oder Smartphone?
- Stolperfallen bei der Hardwareausstattung
- Hauptspeicher
- Prozessor
- Festplatte
- Grafikkarte
- Bildschirm

2100

Mo, 27.1., 18:30–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Internet-Einkauf leicht gemacht

Wie Sie Produkte sicher online bestellen und was dabei zu beachten ist

Vormittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Einkufen über das Internet eröffnet neue Möglichkeiten und Wege. Bequem von zu Hause aus können Bücher, Blumen, Lebensmittel, Reisen, Theaterkarten – einfach alles, was das Herz begehrt – gekauft werden. Doch was gibt es dabei alles zu beachten, damit der Kauf nicht zum „Reinfall“ wird? In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick, wie Sie seriöse, zuverlässige und gut sortierte Online-Händler finden, im Internet sicher einkaufen und welche Bezahlmöglichkeiten Sie dabei nutzen sollten.

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Umgang mit dem Internet.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2151

Mo, 24.2., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Wie Sie Ihre Daten im Internet schützen

Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Es häufen sich Meldungen, dass immer mehr Personen Opfer von Hackerangriffen werden und die gestohlenen Daten dann zum Beispiel im Internet zu finden sind. Damit es Ihnen nicht auch so ergeht, zeigen wir Ihnen in diesem Kurs schnelle Schritte zu mehr Datensicherheit: Sicheres Passwort erstellen, Virens Scanner einsetzen, Links identifizieren und mögliche Software zum Datenschutz nutzen.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2152

Di, 25.2., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Suchmaschinen effizient nutzen

Alternativen zu Google und Co.

Vormittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Im Internet sind Informationen weltweit in gigantischen Mengen abrufbar. Nur – wie findet man dabei die berühmte Nadel im (digitalen) Heuhaufen? Die meisten Anwender*innen nutzen die Suchmaschine Google, um im Internet zu recherchieren. Sie erleichtern die Suche immens. Für eine gründliche Recherche im Internet sollten Sie aber am besten mehrere Suchmaschinen einsetzen, da diese teilweise andere Ergebnisse erzielen. In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick, wie Google funktioniert, welche Alternativen es gibt und mit welchen Tricks man relevante von irrelevanten Informationen trennt.

Kursinhalte:

- Zielgenau und mit wenig Aufwand Informationen im Internet beschaffen
- Effektive Recherchetechniken
- Schlagwörter optimieren, erweiterte Suchoptionen
- Weiterführende und kritische Fragen zur Sortierung der Google-Ergebnisse

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Umgang mit dem Internet.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2153

Mo, 10.3., 9–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Goldene Regeln, die Sie vor Betrugs-E-Mails, -SMS & KI schützen

Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Jeden Tag versenden Internet-Betrüger*innen Millionen von gefälschten E-Mails, um an Ihr Geld oder an Ihre Daten zu gelangen. Die Fälschungen sind oft kaum zu erkennen. Fällt auch nur ein winzig kleiner Teil der E-Mail-Empfänger*innen auf die Betrugsmasche herein, generieren die kriminellen Absender*innen Gewinne in Millionenhöhe. Mit unseren goldenen Regeln schützen Sie sich vor Betrugs-E-Mails und entlarven jeden Betrugsversuch blitzschnell. Wir gehen auf die Fallstricke ein und erläutern sie ausführlich. Unsere Regeln sowie die zusätzlichen Anleitungen und Checks werden Sie auch universell für andere Herausforderungen im Internet anwenden können.

Inhalte:

- E-Mails im Handumdrehen auf Betrugsmerkmale überprüfen
- Ungewolltes Öffnen gefährlicher Internetseiten verhindern
- PC und elektronisches Postfach frei von Betrugs-E-Mails halten
- Online-Sicherheitsdienste einsetzen und Anhang-Dateien oder Links in E-Mails auf Viren und Sicherheit überprüfen
- Getarnten Schadprogrammen keine Chance lassen

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Umgang mit PC, E-Mails und Internet.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2154

Mo, 10.3., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Verborgene Gefahren der Künstlichen Intelligenz – was Sie heute wissen sollten



Vormittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Künstliche Intelligenz (KI) ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Vielleicht nutzen Sie KI bereits selbst, etwa in Form von ChatGPT, um Texte zu erstellen, zu optimieren oder zu übersetzen. Oder die KI arbeitet bei Ihnen bereits unbemerkt im Hintergrund: Online-Shops, Banken, Streaming-Plattformen, soziale Medien oder Sprachassistenten wie Alexa setzen zunehmend auf diese Technologie. Doch welche Gefahren verbergen sich hinter dieser Entwicklung?

In diesem Vortrag beleuchten wir Risiken, die uns alle betreffen. Erfahren Sie, was KI ist, wie Sie sie nutzen können und warum KI nicht immer fehlerfrei arbeitet. Entdecken Sie, wie leicht man auf manipulierte Informationen hereinfallen kann und wie Sie sich davor schützen können. Nutzen Sie die Vorteile dieser neuen Technik, aber lassen Sie sich nicht überrumpeln. Informieren Sie sich jetzt und bleiben Sie auf der sicheren Seite.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2155

Mi, 9.4., 9–12 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Online-Banking ohne Risiko



Wie Sie Ihre Bankgeschäfte sicher vornehmen

Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Verwalten Sie Ihr Bankkonto auch schon über das Internet? Das hat in der Tat große Vorteile, weil Sie zum Beispiel nicht mehr für jeden Kontoauszug oder jede Überweisung Ihre Bank aufsuchen müssen. Wenn nicht, liegt es wahrscheinlich an Ihren Sicherheitsbedenken oder an den Meldungen über Internetgefahren. Natürlich ist jedes Bankkonto, das per Internet verwaltet wird, ein mögliches Ziel für Internet-Kriminelle. Doch Sie brauchen sich deshalb keine großen Sorgen zu machen. Viele Sicherheitsverfahren beim Online-Banking sind selbst für Profis nur sehr schwer zu überwinden.

Wir erklären Ihnen, welches Verfahren am besten schützt, wie Sie jederzeit gegen Betrugsversuche gewappnet sind und wie Sie „Betrugsmaschen“ bei Online-Bankgeschäften erkennen und aus dem Weg gehen. Dann sind auch Sie mit Ihrem Konto immer auf der sicheren Seite.

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Umgang mit PC und Internet.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2156

Mi, 9.4., 13:30–16:30 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Fake News im Netz erkennen



Tipps zur Faktenprüfung

Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Im Internet kann jede*r jeden Artikel, Bilder oder Videos posten, kommentieren und weiter teilen. Doch immer mehr Nachrichten sind gefälscht und manipuliert. Trotzdem werden sie oft ungeprüft und unbedacht weiterverbreitet. Zum einen, weil es zum Beispiel die technischen Fortschritte in der Bildbearbeitung fast unmöglich machen, Veränderungen zu erkennen. Zum anderen, weil vielen Menschen die Kriterien fehlen, zwischen seriösen und unseriösen Quellen zu unterscheiden und die Glaubwürdigkeit einer Nachricht zu beurteilen. Doch das ist gefährlich. Fakes, also gefälschte Informationen, sollen nicht nur die mediale Aufmerksamkeit in Form von Klicks und Likes nach oben treiben. Sie sind auch ein Instrument von Cyber-Kriminellen. Woher soll man nun wissen, ob es sich um wahre Nachrichten oder um Fake News handelt? In diesem Kurs erhalten Sie Tipps, wie Sie Falschmeldungen erkennen und zu einem kritischen Bewusstsein zurückkehren können.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2156A

Mi, 30.4., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Geniale Apps, die Ihr Leben erleichtern



Vormittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Ihr Smartphone kann mehr, als Sie denken! In diesem Kurs stellen wir Ihnen Apps vor, die Ihren Alltag erleichtern, Spaß machen und neue Möglichkeiten eröffnen. Von cleveren Alltagshelfern über Einkauf und Finanzen bis hin zu Kultur, Genuss, Gesundheit, Reisen und Freizeit – für jeden Bereich ist etwas dabei. Lernen Sie, wie Sie bequem Bankgeschäfte vom Sofa aus erledigen, lokale Hofläden, Post- und Bankfilialen finden, Briefe ohne Briefmarken versenden, Rezepte für eine ausgewogene Ernährung entdecken und Ausflüge planen. Erfahren Sie, wie Sie Ihre Gesundheit im Blick behalten, neue Menschen in Ihrer Nähe kennenlernen oder Ihre eigenen Fotos als Postkarte verschicken.

Jede App wird umfassend vorgestellt, inklusive ihrer Vor- und Nachteile sowie praktischer Anwendungsbeispiele. Außerdem erfahren Sie, wie Sie vertrauenswürdige Apps erkennen und Ihre Daten effektiv schützen.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2156B

Di, 24.6., 9–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Malteser
...weil Nähe zählt.

Zuhause kann immer etwas passieren.
Malteser Hausnotruf

Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:
☎ 0800 9966010 (kostenlos) oder unter 🌐 malteser-hausnotruf.de

Internet spezial: Passwort-Sicherheit im Alltag – So schützen Sie Ihre Daten

NEU

Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

In diesem Kurs stellen wir Ihnen zunächst die Risiken und aktuellen Gefahren durch schwache Passwörter vor – darunter auch Datenklau, Identitätsdiebstahl und Phishing. Sie lernen, wie Sie sichere und dennoch merkbare Passwörter erstellen, welche typischen Fehler Sie vermeiden sollten und wie Sie Ihre Online-Konten effektiv vor unbefugtem Zugriff schützen. Außerdem zeigen wir Ihnen, wie Passwort-Manager funktionieren, erläutern die Multi-Faktor-Authentifizierung und wie Sie diese in wichtigen Konten (z. B. E-Mail, Banking) aktivieren. Anhand praktischer Tipps erfahren Sie, wie Sie mit wenigen Schritten mehr Sicherheit und Übersicht im Umgang mit Ihren Zugangsdaten erreichen können. Ideal für alle, die ihre digitale Sicherheit verbessern möchten, ohne den Überblick zu verlieren.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2156C

 Mo, 30.6., 13:30–15:45 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Security am PC und im Internet

Abendkurs mit Marco Bimbösch

Dank der immer weiter vernetzten Welt, Online-Shopping und Online-Banking kommen auch Privatpersonen heutzutage um das Thema Security nicht mehr herum. Wir wollen auf Risiken beim Arbeiten an PC und Smartphone hinweisen und Lösungen aufzeigen.

Behandelte Themen:

- Allgemeines zum Thema Security; was versuchen Kriminelle, um an unsere Daten zu gelangen, was kann passieren
- Erkennen von betrügerischen E-Mails, Webseiten, Onlineshops
- Sicheres Online-Shopping
- Sichere Passwörter vergeben und verwalten

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse, sicherer Umgang mit Maus und Tastatur, Grundkenntnisse mit dem Browser

2157

 Mi, 26.3., 18:30–21:30 Uhr
 Sielmingen, Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium,
 EDV-Raum, Seiteneingang vhs
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Anmeldung bitte so früh wie möglich!



Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.

Paypal oder Klarna

Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Diese beiden Zahlungsanbieter sind momentan im deutschen Raum bei Online-Einkäufen kaum zu übersehen. Kurz anschauen müssen wir in diesem Zusammenhang aber auch die Amazon Pay Funktion. Ob Tickets, Kleider, Nahrung, Flüge, Reisen, Möbel – alles kann unter anderem mit einem der beiden Zahlungsanbieter bezahlt werden. Paypal kann als Guthabenkonto, mit Banklastschrift, zum schnellen Versenden von Geld an Freunde oder als „Sparschwein“ für ein gemeinsames Geschenk für eine*n Freund*in eingesetzt werden.

Wir werden uns beide Portale genau anschauen und es kann auch direkt ein Konto bei Paypal oder Klarna angelegt werden, falls Sie dies wünschen.

Ein Schwerpunkt werden auch die möglichen Gefahren/Schwachpunkte eines Paypal-, Klarna- oder gar Amazon Pay-Kontos sein.

2159

 Di, 1.4., 13:30–15 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Was ist das Internet?

Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Der Begriff „Internet“ sowie die Geschichte des Internets vom einst militärischen Zweck bis zur Entwicklung des mobilen Internets, wie wir es jetzt kennen, werden erläutert. Wir beschäftigen uns mit vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten des Internets.

2160

 Mo, 31.3., 13:30–15:45 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Wie man das Internet nutzt

Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Die Struktur einer Internetseite sowie die Funktion eines Browsers, oder das Nutzen einer Suchmaschine – „googeln“ – wird in diesem Modul mit praktischen Beispielen erklärt und geübt.

2161

 Mo, 5.5., 13:30–15:45 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Unterhaltungsmöglichkeiten im Internet

Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Filme, Bücher, Nachrichten, Mediatheken, Online-Bibliothek oder Spiele – es gibt nichts, was es im Internet nicht gibt. Kostenfrei eine neue Sprache lernen – kein Problem!

2162

 Mo, 19.5., 13:30–15:45 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Wie man Risiken im Netz vermeidet

Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Was sind die Risiken und wie kann ich sie minimieren? Abzockmaschinen sowie Ihre Rechte und „Notfallkontakte“, falls doch mal etwas nicht ganz so gut läuft.

2163

 Mo, 2.6., 13:30–15:45 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Die Welt des mobilen Internets

Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Hier geht es eher um die Möglichkeiten, Chancen und Risiken des mobilen Internets. Warum ein Benutzerkonto und was sind APPS? Nach diesem Modul beraten wir Sie gerne, wie es weitergehen kann – die vhs bietet viele weitere Kurse (zum Teil auch kostenfrei) an, damit Sie mit Ihrem eigenen Smartphone Ihren eigenen Bedürfnissen entsprechend üben können.

2164

 Mo, 7.7., 13:30–15:45 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Datenschutz im Internet

Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

... ist gar nicht so schwer wie man denkt. Wir werden uns auch mit dem immer wichtiger werdenden Thema „Digitales Erbe“ auseinandersetzen.

2165

 Mo, 14.7., 13:30–15:45 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Kommunikation im Netz

Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

E-Mails, Chats, verschiedene Foren (Selbsthilfegruppen), Messenger, aber auch über Fake News und Digitalen Stress wird in diesem Modul gesprochen. Es bleibt Zeit, einiges selbst auszuprobieren.

A2166

 Mo, 13.1., 13:30–15:45 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

B2166

 Mo, 21.7., 13:30–15:45 Uhr
 Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
 gebührenfrei im Rahmen des Projektes
 Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich



Smart Surfer – Soziale Medien im Netz **Vb**

Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Was gibt es für soziale Medien? Was ist ein*e Influencer*in? Hatespeech, Cybermobbing oder Fake News – und doch gibt es so viel schönes, unterhaltsames und zwischenmenschliches zu entdecken. Bringen Sie gerne Ihr Smartphone mit, wenn Sie das eine oder andere selbst mal ausprobieren möchten.

A2167

Mo, 27.1., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

B2167

Mo, 28.7., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Ein Blick in die Zukunft des Internets **Vb**

Vormittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Intelligente Endgeräte, Big Data und der/die damit einhergehende „gläserne Verbraucher*in“ werden thematisiert, ABER Sie werden auch die Möglichkeit haben, mit einer VR-Brille ganz entspannt auf einem Fluss die Landschaft zu erkunden. (Für die Mutigen gibt es eine rasante Achterbahnfahrt).

A2168

Mo, 3.2., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

B2168

Mo, 14.7., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Digitale Nachhaltigkeit **Vb**

Vormittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Was ist digitale Nachhaltigkeit?
Was kann ich dazu beitragen?

A2169

Mo, 17.2., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

B2169

Mo, 21.7., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Digitale Gesundheit **NEU Vb**

Vormittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Auch unsere Gesundheitsversorgung wird zunehmend digital. Mit Modul 11 wollen wir Sie durch die Digitalisierung des Gesundheitswesens begleiten und Ihnen einen Überblick über aktuelle und künftige digitale Anwendungen geben. Die Elektronische Patientenakte, E-Rezept und Apps auf Rezept stehen in den Startlöchern bzw. sind bereits zum Teil umgesetzt. Im Alltag vieler Menschen kommt das Thema digitale Gesundheit immer mehr an, sei es in Form der Nutzung von Wearables, die Körperfunktionen messen, von Gesundheits-Apps oder Onlinesprechstunden bei Ärzt*innen. Die Digitalisierung im Gesundheitswesen bietet neue Chancen, stellt aber auch Patient*innen und die Ärzt*innenschaft vor große Herausforderungen.

Auch für dieses Modul gibt es wieder ein ausführliches Begleitheft zum Nachlesen!

Voraussetzungen: Grundkenntnisse der Bedienung und Handhabung des eigenen Smartphones oder Tablets

Bitte mitbringen: Eigenes Smartphone oder Tablet mit aktuellem Android-/ oder iOS (Apple)-Betriebssystem

2170

Mo, 7.7., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Entscheidungshilfe beim Smartphone- oder Tabletkauf **Vb**

Treffen Sie die richtige Wahl

Infonachmittag mit Jutta Bundschuh

Dieser Vortrag richtet sich an Personen, die noch kein Smartphone oder Tablet besitzen, sich aber ein solches Gerät anschaffen möchten. Gezeigt werden vielfältige Möglichkeiten der mobilen Kommunikation: Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Sprachen lernen, Reisen planen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. Selbstverständlich kann man mit Smartphones auch telefonieren oder Nachrichten verschicken. Nach dem Vortrag verstehen Sie, warum viele Menschen die Möglichkeiten der digitalen Welt lieben. Sie erhalten eine Entscheidungshilfe, welches Gerät und welcher Mobilfunktarif für Sie passt.

Inhalt:

- Was ist und was kann ein Smartphone und ein Tablet?
- Welche Betriebssysteme sind die gängigsten, was sind die Unterschiede?
- Welche Leistungsmerkmale gibt es (z. B. Displaygröße, Speichergröße, Akku, Prozessor)?
- Welche Mobilfunk-Tarifarten und nutzer*innenabhängige Tarife gibt es?

2192

Di, 15.7., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smartphone Treff (Google/Android/Samsung und Co.) **Vb**

Treffs mit Jutta Bundschuh

Regelmäßig treffen sich begeisterte Smartphone-Besitzer*innen zum Austausch. Es gibt kein festes Thema – jeder bringt sein Smartphone mit und berichtet von seinen Erfahrungen und stellt Probleme oder Fragen in die Runde. Sie treffen andere Interessierte, können sich austauschen und unsere erfahrene Dozentin steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Sie wird jedesmal Infos oder Empfehlungen zu den neuesten Apps oder Trends für Sie bereit halten. Gerätespezifische „Eigenarten“ und Ihre persönlichen bzw. individuellen Herausforderungen bekommen Sie mit Unterstützung im Smartphone-Treff in den Griff!

Das eigene Smartphone und nach Möglichkeit das Passwort des Google-Accountes sollte mitgebracht werden. Bitte Absatz blau unterlegen

2195A-2195E

Di, 25.3., Di, 29.4., Di, 27.5., Di, 8.7.
jeweils 13:30–15:30 Uhr
Mo, 28.7., 10–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

**VERBRAUCHERBILDUNG:
AUSSERHALB DER
FÖRDERUNG DURCH
DAS MINISTERIUM**

In Kooperation mit der KSK Esslingen-Nürtingen
Der Referent: Markus Wittkamp ist Dipl.-Sparkassenbetriebswirt. Seine beruflichen Stationen sind durch Tätigkeiten in der Unternehmenssteuerung und im gesellschaftlichen Engagement geprägt. Er hat umfangreiche Erfahrungen in Seminaren und Workshops zum Thema „Finanzbildung“.

Geld anlegen in unsicheren Zeiten

Marcus Wittkamp, Dipl. Sparkassenbetriebswirt
In Zeiten niedrigerer Zinsen, einer höheren Volatilität an den Börsen sowie makroökonomischer Entwicklungen, deren Auswirkungen nur schwer abzuschätzen sind – beispielhaft kann hier die Corona-Pandemie oder der Ukraine-Krieg erwähnt werden -, stellt sich immer mehr die Frage, welche Anlagestrategie die Richtige ist, um in Zukunft für diese Veränderungen gewappnet zu sein. Eine allumfassende Strategie gibt es nicht, aber es gibt Hinweise, welche Überlegungen in die Geldanlagestrategie aufgenommen werden sollen. Diese zeigen wir Ihnen.

2330

Mi, 9.4., 19–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23
gebührenfrei

GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN

Die Geschenkidee für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Sicherheit im Internet und im Online-Banking



Wie geht das?

Marcus Wittkamp, Dipl. Sparkassenbetriebswirt
Mittlerweile verfügt statistisch gesehen jeder zweite Mensch auf der Welt über einen Internetzugang. Vor zehn Jahren noch war das Internet fast unbekannt. Shopping und Online-Banking gehören dabei heutzutage zu den am weitesten verbreiteten Anwendungen. Doch: Wie kann ich sicher im Internet einkaufen? Wie kann ich meinen PC und meine Daten schützen? Welche Bezahlverfahren sind sicher? Und: Wie kann ich mich im Online-Banking am besten schützen? in diesem Onlinevortrag erhalten Sie kompakte Informationen rund um das Thema Internetsicherheit.

Markus Wittkamp ist Dipl.-Sparkassenbetriebswirt. Seine beruflichen Stationen sind durch Tätigkeiten in der Unternehmenssteuerung und im gesellschaftlichen Engagement geprägt. Er hat umfangreiche Erfahrungen in Seminaren und Workshops zum Thema „Finanzbildung“.

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2331

Mi, 12.3., 19–20:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 19
gebührenfrei

Den Ruhestand sicher planen und vorbereiten

Marcus Wittkamp, Dipl. Sparkassenbetriebswirt
Sie blicken in Richtung Rente und sind unsicher, was zu beachten ist? Sie fragen sich, wann es sinnvoll sein kann über Vorsorgethemen nachzudenken? Auch die Sicherheit spielt für Sie eine zentrale Rolle? Viele Fragen tauchen im Rahmen der Planung des Ruhestandes auf. Gerade auch vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklungen handelt es sich hier um ein wichtiges Thema. In diesem Vortrag werden die zentralen Fragen, die es im Zusammenhang mit der Planung und Vorbereitung des Ruhestandes zu beachten gilt, aufgezeigt und Handlungsempfehlungen unterbreitet.

2332

Mi, 14.5., 19–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
gebührenfrei

Das Auskommen mit dem Einkommen



Steigende Ausgaben und gleiches Geld – was tun?

Marcus Wittkamp, Dipl. Sparkassenbetriebswirt
Eine Inflationsrate von mittlerweile 10 Prozent zeigt deutlich, dass die Menschen weniger Geld in der Tasche haben. Die gefühlte Inflationsrate dürfte dabei in vielen Fällen noch deutlicher höher sein. Die Corona-Pandemie, die Energiepreissteigerungen und steigende Preise für Lebensmittel sind hier prägend. Lohnerhöhungen können diese Teuerungen oft nicht mehr ausgleichen und wenn dann noch die Preiserhöhung vom Vermieter ins

Haus flattert wird es noch enger. Ein Patentrezept, wie man mit dieser Situation umgehen kann, gibt es nicht. Doch es gibt Strategien, die helfen können die Teuerungen besser zu steuern und damit mit mehr Sicherheit zu erhalten. Wir zeigen Ihnen Möglichkeiten und Strategien auf.

2333

Mi, 25.6., 19–20:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 19
gebührenfrei

Wie erstelle ich kostenlos ein Testament?

Grundlagen des Erbrechts und Handlungsempfehlungen

von Buttlar Rechtsanwältin

Planen Sie noch oder haben Sie schon ein Testament? Jeder kann selbst regeln, wie er sein Vermögen verteilen will. Aus Angst vor hohen Kosten oder weil sie nicht wissen wie, schieben viele das Thema Testament vor sich her, dabei besteht der größte Fehler bei der Testamentsgestaltung darin, gar kein Testament zu erstellen. Der Kurs bietet Interessierten einen Einblick in das Rechtsgebiet Erbrecht und erklärt, wie man einfach und vor allem ohne Kosten ein rechtssicheres Testament erstellen kann. Hierbei werden Grundzüge der Testamentsgestaltung besprochen sowie klare Handlungsempfehlungen vermittelt. Es besteht im Anschluss die Möglichkeit, Fragen an die spezialisierten Anwälte zu stellen.

2337

Fr, 9.5., 19–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 21
gebührenfrei



Bildung ist einfach.

Wenn die Bildungsstiftung der Kreissparkasse Menschen bei der Aus- und Weiterbildung, beim Lernen und Forschen unterstützt. Die Bildungsförderung. Gut für bessere Chancen. Gut für den Landkreis.

www.ksk-es.de/erleben • 0711 398-5000



Kreissparkasse
Esslingen-Nürtingen

Die Immobilie im Nachlass – Erbe, Vermächtnis oder Teilungsanordnung

Was ist zu beachten und wie testieren wir richtig?

von Buttler Rechtsanwältin

Schaffe, Schaffe, Häusle baue – doch was passiert nach dem Tod mit meinem Haus oder meiner Wohnung? Die Immobilie ist eines der konfliktträchtigsten Themen bei Erbaueinandersetzungen. Kein Wunder, denn die Immobilie stellt in der Regel auch den wesentlichen Teil des Vermögens dar. Wir zeigen Ihnen, worauf es bei der Planung der Vermögensnachfolge und der Erstellung eines Testaments ankommt. Wie ist die gesetzliche Erbfolge und was kann ich durch Testament selbst bestimmen? Welche Vorteile hat ein Vermächtnis und was ist eine Teilungsanordnung? Diese und viele weitere Themen rund um die Immobilie im Nachlass werden im Rahmen des Kurses anhand von Praxisbeispielen besprochen. Es besteht im Anschluss die Möglichkeit, Fragen an die spezialisierten Anwälte zu stellen.

2338

Do, 3.7., 19–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 21
gebührenfrei

Schockanruf/ falscher Polizeibeamter/Enkeltrick



Uwe Grandel, Polizeibeamter, Bundestrainer traditionelle japanische Selbstverteidigung

ENKELTRICK/FALSCHER POLIZEIBEAMTE/SCHOCKANRUF: Wie verhalte ich mich bei solchen Anrufen, WICHTIGE Hinweise und Tipps im Umgang mit solchen Anrufen.

2339

Do, 5.6., 14–15:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 5, Im Rahmen der Ehrenamtsakademie kostenfrei

In Kooperation mit dem Klimaschutzmanagement der Stadt Filderstadt und der Firma Greenox

Erneuerbare Energien – Photovoltaik auf dem Balkon



Mini Solaranlagen für den Balkon werden immer beliebter. Denn mit ihnen können Verbraucher*innen Stromkosten sparen und sich für den Klimaschutz engagieren. Wie das in der Praxis funktioniert – und warum es jetzt noch einfacher wird, Strom auf dem Balkon zu erzeugen, erfahren Sie an diesem Abend.

2319

Mi, 12.3., 18–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
gebührenfrei

Jetzt umsteigen auf klimafreundliche Wärme



Mit dem Gesetz für Erneuerbares Heizen (Gebäudeenergiegesetz – GEG) leitet Deutschland die Energiewende im Gebäudebereich ein, um den Klimaschutz zu stärken, die Abhängigkeit vom Import fossiler Energien zu verringern und Verbraucher*innen vor Preissprüngen bei Öl und Gas zu schützen. Erfahren Sie mehr darüber, welche Regelungen seit Januar 2024 gelten, und wie Sie beim Heizen auf Erneuerbare Energien umsteigen können.

2320

Mi, 19.3., 18–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
gebührenfrei

Investieren lohnt sich – Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG)



Noch nie waren Investitionen in Energieeffizienz und Erneuerbare Energien so lohnend und einfach. Die Bundesförderung für effiziente Gebäude unterstützt Sie bei Sanierung und Heizungstausch.

2321

Mi, 9.4., 18–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
gebührenfrei

Mit Wärmepumpe klimafreundlich heizen



Sie wollen unabhängig werden vom teuren und klimaschädlichen Gas oder Erdöl? Eine nachhaltige Lösung ist die Wärmepumpe. Erfahren Sie mehr über das Heizen mit Wärme aus Luft, Boden oder Wasser – und wie Sie eine Förderung erhalten.

2322

Mi, 7.5., 18–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
Gebührenfrei



Neuerungen beim Familienpass!

Prüfen Sie Ihre Berechtigung – und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 3!

ERNÄHRUNGS- BILDUNG



Gefördert durch Baden-Württemberg
Ministerium für Ernährung,
Ländlichen Raum und Verbraucherschutz

Gefördert durch das Ministerium für Ernährung, Ländlicher Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg im Rahmen des Projektes „Ernährungsbildung für Familien und Erwachsene in Baden-Württemberg“.

Regionale Lebensmittel: Löwenzahn und Brennnessel – Smoothies und Tinkturen aus Kräutern

Susana Camps

Was wir aus Löwenzahn und Brennnessel herstellen können.

Die beiden Kräuter sind die zwei großen Freunde des Waldes und wir finden sie überall – aber leider schenken wir ihnen keine große Aufmerksamkeit. Dennoch haben diese zwei Pflanzen großes Potenzial und helfen enorm unserer Gesundheit!

Es braucht keine Smoothies aus dem Supermarkt, die Natur bietet uns alles, was wir dafür benötigen, um selbst leckere Drinks und wirksame Tinkturen herzustellen.

An diesem Nachmittag werden wir beim gemeinsamen Spazierengehen diese Kräuter pflücken und erfahren, wie wir sie nutzen können und welche „Superkräfte“ sie haben. Danach laufen wir zurück zur vhs und werden mit den Kräutern einen leckeren Smoothie zubereiten. Außerdem stellen wir eine Tinktur aus Brennnessel und Löwenzahn her.

Bitte ein Schneidebrett, Messer, ein leeres Marmeladenglas, eine Orange, einen Apfel und, wenn möglich, einen Mörser mitbringen.

3634

Sa, 24.5., 17–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 22
gebührenfrei, es fallen Kosten für Lebensmittel an – diese sind im Kurs bar zu begleichen

Nachhaltigkeit beim Wein, schmeckt man das?

Jörg Philipp, Diploma in Wines (WSET),
Anerkannter Weinfachberater IHK

Immer mehr Weinliebhaber orientieren sich beim Einkaufen an Weinen, die nachhaltig produziert werden. Weniger Umwelteinfluss, Ressourcen schonen, geringer CO₂-Fußabdruck. Was macht Weine aus, die nachhaltig produziert wurden und welchen Einfluss haben bio, biodynamisch, vegan und pilzwiderstandsfähige Rebsorten auf die Nachhaltigkeit? Eine Reise durch einen Trend, der immer wichtiger wird und ganz unterschiedliche Weinstile hervorbringt.

Verkostet werden acht Weine.

3602

Fr, 9.5., 19–22 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 22
Sonderpreis nach Förderung: € 69

Italienisches Sommer-Menü aus saisonalen und regionalen Zutaten

Claudia Treiber

Saisonale Zutaten aus regionalem Anbau verzaubern wir zu einem italienischen Sommermenü.

Mit einem frischen Salat von gegrillten Zucchini mit Stracciatella-Frischkäse und Vinaigrette als Vorspeise starten wir in die italienische Küche.

Zum Hauptgang servieren wir Hähnchenkeule mit Kartoffel und Gemüse aus dem Backofen.

Zum Abschluss genießen wir ein erfrischendes Carpaccio vom marinierten Pfirsich auf Joghurtspiegel.

Gemeinsam werden wir uns unsere Leckereien zu einem guten Glas Wein schmecken lassen, und das Dessert mit einem Espresso genießen.

Bitte Vorratsdosen, Mineralwasser, Schürze und Geschirrtuch mitbringen.

3615

Fr, 11.7., 18:30–22:30 Uhr

Plattenhardt, Küche Weilerhauschule gebührenfrei, es fallen Kosten für Lebensmittel an – diese sind im Kurs bar zu begleichen

Besser essen: Nachhaltig, gesund & fair

prevent hoch vier

In den vergangenen Jahren ist der Begriff „Nachhaltigkeit“ immer populärer geworden. Er bezieht sich längst nicht mehr nur auf das Klima und die Umwelt, sondern hält auch im Lebensmittelbereich Einzug. Nirgendwo ist es so einfach, etwas für unsere Umwelt zu tun, wie durch die eigene Ernährung. Doch was bedeutet genau „nachhaltige Ernährung“ und welche Vorteile bietet sie für die eigene Gesundheit?

In diesem Vortrag wird dieses oft abstrakte Konzept verständlich und greifbar gemacht. Sie erfahren, was nachhaltige Ernährung bedeutet und welche Vorteile diese für Sie und Ihren Körper hat. Ihr Wissen über Vitamine, Nährstoffe und Nahrungsbestandteile wird aufgefrischt und wir zeigen Ihnen, wie Sie sich ausgewogen ernähren können. So steht einer gesunden, umweltfreundlichen und für den Menschen „artgerechten“ Ernährung nichts mehr im Wege.

3631

Mo, 2.6., 10–12:15 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum gebührenfrei

Anmeldung bitte so früh wie möglich!



Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.



Foto: Getty Images

Weniger ist mehr: Strategien zur Vermeidung von Lebensmittelverschwendung

prevent hoch vier

Lebensmittelverschwendung ist ein Thema, das uns alle betrifft. Jedes Jahr landen weltweit Millionen Tonnen von Lebensmitteln im Müll, obwohl sie noch genießbar wären. Diese Verschwendung hat weitreichende Folgen – nicht nur für unsere Umwelt, sondern auch für unsere Gesellschaft und Wirtschaft.

In diesem Vortrag erfahren Sie, warum die Vermeidung von Lebensmittelverschwendung so wichtig ist und welche konkreten Maßnahmen Sie ergreifen können. Wir beleuchten die Ursachen von Lebensmittelverschwendung entlang der gesamten Wertschöpfungskette – vom Erzeuger bis zum Verbraucher – und zeigen auf, wie jeder Einzelne von uns durch bewussteres Einkaufen, Lagern und Konsumieren von Lebensmitteln einen Unterschied machen kann.

Sie erhalten praktische Tipps und Tricks, wie Sie Ihre Lebensmittel besser planen, richtig lagern und kreativ verwerten können. Außerdem sprechen wir über innovative Ansätze und Projekte, die bereits erfolgreich zur Reduzierung von Lebensmittelverschwendung beitragen.

Lassen Sie uns heute beginnen, bewusst mit unseren Lebensmitteln umzugehen.

3632

Fr, 9.5., 17–19:15 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum gebührenfrei

Nachhaltig in Filderstadt

Einkaufen und dabei Plastikmüll und Lebensmittelverschwendung vermeiden

Der Unverpackt-Laden TANTE FILDA zeigt, wie das im Alltag funktioniert.

Wie kann ich meinen eigenen ökologischen Fußabdruck verringern? Der erste Unverpackt-Laden in Filderstadt, TANTE FILDA, informiert in einer Veranstaltung vor Ort über

Themen wie nachhaltiges Einkaufen, gesunde Ernährung, regionale Produkte und Vermeidung von Plastikmüll. Zudem gibt es Tipps, wie man der Lebensmittelverschwendung entgegenwirken kann.

3608

Sa, 15.3., 11–12 Uhr

Tante Filda, Bernhäuser Hauptstraße 32 gebührenfrei



PROJEKTE EHRENAMTSAKADEMIE

Diese Kurse sind für ehrenamtlich Tätige in Filderstädter Vereinen und bürgerschaftlich engagierte Filderstädter*innen kostenfrei.

Externe Teilnehmende zahlen die im Kurs angegebene Kursgebühr.

Die unten genannten Kurse sind nur ein kleiner Ausschnitt aus dem stetig wachsenden Angebot – informieren Sie sich hier bitte aktuell über unsere Homepage unter Projekte – Ehrenamtsakademie.

Die ausführlichen Kursbeschreibungen finden Sie unter der jeweiligen Kursnummer und Farbe hier im Heft.



Wie die ARD ihre gesellschaftliche Verantwortung begreift



PUBLIC VALUE

Referent: Marc Heydenreich (Generalsekretariat)

1047BB

Do, 6.2., 18–19:30 Uhr

Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

ERINNERUNGSKULTUR – Journalismus und gesellschaftliche Verantwortung: Das Projekt „Stolpersteine NRW“



Referent*innen: Jule Küpper, Stefan Domke (WDR)

1047G

Do, 23.1., 18–19:30 Uhr

Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

Mental stark dank Resilienz auch in schwierigen Situationen



Die 7 Säulen psychischer Widerstandskraft

Steve Windisch, Naturcoach & Stressberater

1370

Mo, 17.2., 19–20:30 Uhr

Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

LACHEN – Zwerchfell begrüßt Verstand

Glücklich, gelassen, gesund den Alltag mit einem Lachen meistern

Susanne Klaus, Lachyoga Master Trainerin, Happiness- und Mental-Trainerin

1375

Mi, ab 26.2., 18:30–21 Uhr, 2 x Plattenhardt, vhs, Raum 23

Glück beginnt im Kopf



Die Formel für innere Zufriedenheit und Wohlbefinden

Steve Windisch, Naturcoach & Stressberater

1377

Mo, 3.3., 19–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

Schulangst – wie unterstütze ich mein Kind?



Elke Burkhardt

1379

Mo, 10.3., 19–20:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 5

Eltern im digitalen Zeitalter

Cybermobbing, Übersicht der Social Media Apps

Robin Weniger

Es stehen 3 Termine zur Auswahl – alle haben den gleichen Inhalt.

1381A

Do, 13.3., 18:15–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

1381B

Do, 20.3., 18:15–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

1381C

Do, 27.3., 18:15–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

Bevor der Kragen platzt – zwischen Aggression und Unsicherheit

Umgang mit Gefühlen in Alltag und Berufsleben

Petra Birgit Klein, Heilpraktikerin für Psychotherapie, psychosoziale Coachin, Erzieherin

1384

Fr, 21.3., 19–21:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 21

Abgrenzung üben – Die Kunst des NEIN-Sagens

Elke Burkhardt

1387

Mo, 31.3., 19–20:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 5

Workshop zu Gedankenstile

Wie bringe ich das Hamsterrad zum Schweigen?

Petra Birgit Klein, Heilpraktikerin für Psychotherapie, psychosoziale Coachin, Erzieherin

1388

Fr, 4.4., 19–21:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23

Entrümpeln – aber richtig

Die Wohnung und die Seele aufräumen

Elke Burkhardt

1389

Mo, 7.4., 19–20:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 5

Gestärkt mit interkultureller Kompetenz

Antje Schmid

1390

Do, 10.4., 18–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24

EDV-Beratung und Demonstration

Kostenloser Infotermin

Jutta Bundschuh

Wir laden Sie ein, unseren Computerraum kennen zu lernen. Eine erfahrene Dozentin für PC-Einsteiger- und Internetkurse unterstützt Sie bei ersten Schritten im Internet und zeigt Ihnen vielfältige Nutzungsmöglichkeiten des PCs und Internets im Alltag. Wir informieren und beraten Sie gerne über unsere Kursangebote.

Schauen Sie vorbei und lassen Sie sich begeistern! Wir freuen uns auf Sie!

2010

Mo, 27.1., 16–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

Macht's einfach.

Mit dem Deutschland-Ticket – eurem Ticket zur einfachen Mobilität.



D-TICKET

Jetzt einsteigen unter:
vvs.de/deutschlandticket



Worauf wartet ihr?

Wissenswertes beim Kauf eines PCs oder Smartphones

Unabhängige und objektive Tipps

Jutta Bundschuh

2100

Mo, 27.1., 18:30–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

Umgang mit Dateiformaten (txt, pdf, jpg, zip, ...)

Abend-Workshop mit Rainer Finger

2109

Do, 26.6., 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

Kreative Word-Vorlagen leicht gemacht: Briefvorlagen, Aushänge, Flyer und Broschüren

Nachmittagskurs mit Jörg Jaissle

2123

Di, 11.3. und Di, 18.3., jeweils 14–17 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

Excel im Vereinsalltag – Mitgliederliste, Haushaltsbuch, Kostenaufstellung, Finanzierung & Co

Excel jetzt noch einfacher anwenden!

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

2127

Di, 22.7. und Di, 29.7., jeweils 9–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

Outlook – Grundkurs kompakt

E-Mails, Termine, Aufgaben und Adressen voll im Griff!

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

2135

Mo, 23.6. und Mo, 30.6., jeweils 8:30–12:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

Digitale Fotos – Sichern und Verwalten von digitalen Erinnerungen

Abendkurs mit Marco Bimbös

2171

Mi, 28.5., 18:30–21:30 Uhr
Sielmingen, Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium, EDV-Raum, Seiteneingang vhs

Fit am PC und im Internet für die Vereinsarbeit

Vereinsmanagement leicht gemacht

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

2190

Mi, ab 12.3., 9–12 Uhr, 4 x

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

Office kompakt – Vereinsaufgaben mit Word, Excel und PowerPoint problemlos meistern

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

A2191

Di, ab 11.2., 9–12 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

2191

Mi, ab 14.5., 9–12 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

Fortbildung für das Schöffenam I



Elemente einer Restorative Justice als maßgeblicher Strafzumessungsgrund – Wiedergutmachung statt Vergeltung?

Referentin: Dr. Birgitta Stückrath, stellvertretende Direktorin am Amtsgericht Lörrach

2325

Di, 11.2., 18–19:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

Fortbildung für das Schöffenam II



Aufgaben und Grundsätze des Strafprozesses

Referent: Jens Münch, Richter am Amtsgericht Lörrach

2326

Di, 11.3., 18–19:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

Fortbildung für das Schöffenam III



Die Verständigung im Strafverfahren – kein Handel mit Gerechtigkeit

Referentin: Dr. Birgitta Stückrath, stellvertretende Direktorin am Amtsgericht Lörrach

2327

Di, 8.4., 18–19:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

In Kooperation mit der KSK Esslingen-Nürtingen

Sicherheit im Internet und im Online-Banking



Wie geht das?

Marcus Wittkamp, Dipl.-Sparkassenbetriebswirt

2331

Mi, 12.3., 19–20:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 19

Den Ruhestand sicherplanen und vorbereiten

Marcus Wittkamp, Dipl.-Sparkassenbetriebswirt

2332

Mi, 14.5., 19–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24

Schockanruf/falscher Polizeibeamter/Enkeltrick

Uwe Grandel, Polizeibeamter, Bundestrainer traditionelle japanische Selbstverteidigung
ENKELTRICK/FALSCHER POLIZEIBEAMTER/SCHOCKANRUF: Wie verhalte ich mich bei solchen Anrufen, WICHTIGE Hinweise und Tipps im Umgang mit solchen Anrufen

2339

Do, 5.6., 14–15:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23

Gelassen durch den Alltag



Stressbewätigung und Resilienz stärken

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- und Organisationsentwickler

2354

Mo, 21.7., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

Büroprozesse

Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach



2358

Mo, ab 10.3., 18–19:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

Einführung in die Buchführung



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

2360

Di, ab 25.3., 18–19:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer

Erste Hilfe Outdoor

Erste Hilfe im Gelände – bei Wanderungen, Ausflügen, bei der Radtour oder beim Inlinern.

Frank Eisenbraun, DRK Plattenhardt

3004

Mi, 2.4., 9–16 Uhr
Treffpunkt Plattenhardt, Tennisplätze im Rahmen der Ehrenamtsakademie kostenfrei für Externe € 60

3005

So, 23.3., 9–16 Uhr
Treffpunkt Plattenhardt, Tennisplätze im Rahmen der Ehrenamtsakademie kostenfrei für Externe € 60

Selbstverteidigung für Frauen

Grundkurs

Uwe Grandel, Polizeibeamter, Bundestrainer traditionelle japanische Selbstverteidigung

3507

Sa, 22.3., 9–11 Uhr
Plattenhardt, Schillerhalle für Externe € 45

**GESELLSCHAFT /
POLITIK & UMWELT**

Fachbereichleitung: **Bettina Spitzenberger**
und **Dr. Alexandra Kohlberger-Bauer**
Assistenz: **Ines Paul-Weiß**

**ALLG. UND POLITISCHE
BILDUNG/GESELLSCHAFT
KULTUR/GESCHICHTE****Die Würde des Menschen
ist un-
antastbar**

vhs Treppenhausegalerie

**Karikaturen von Gerhard Mester zum Grund-
gesetz**

Die vhs Treppenhausegalerie zeigt die Ausstellung „Die Würde des Menschen ist unantastbar“. Sie umfasst 24 Karikaturen des vielfach ausgezeichneten Karikaturisten Gerhard Mester.

Am 23. Mai 1949 wurde das Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland verkündet. Den darin verankerten Grundrechten (Artikel 1 bis 19) kommt eine besondere Bedeutung zu: Sie sind unveräußerlich und unteilbar. Die Präsentation zeigt zu jedem dieser Grundrechte und zudem zur Staatszielbestimmung in Artikel 20a zum Schutz der natürlichen Lebensgrundlagen und der Tiere zumeist ein Bild, das den Kern oder einen wesentlichen Aspekt des Artikels anhand eines politischen Themas aufgreift. Die Zeichnungen verweisen dabei oft auf das Spannungsverhältnis zwischen individuellen Rechten und Freiheiten einerseits und der Sicherung von Gemeinwohlinteressen andererseits.

Die Sammlung bietet die Möglichkeit, die Grundrechte in ihrer Vielschichtigkeit kennenzulernen. Zugleich gibt sie Einblick in ihre Geschichte und ihre Bedeutung im Wandel der Zeit. Der Karikaturist Gerhard Mester, geb. 1956, lebt in Wiesbaden. Seit 1984 werden seine Karikaturen in Tageszeitungen, Zeitschriften, (Schul-)Büchern sowie in Ausstellungen präsentiert. Er wurde unter anderem 2012 mit dem Karikaturenpreis des Bundesverbandes Digitalpublisher und Zeitungsverleger ausgezeichnet.

1001

Zu sehen vom 13.1. bis 31.3. zu den Öffnungszeiten der vhs in der Treppenhausegalerie.

**Umsteigen
bitte!**

vhs Treppenhausegalerie

**Alles, was man über Elektromobilität und eine
nachhaltige Mobilitätswende wissen sollte****Ausstellung in der vhs Treppenhausegalerie**

Elektromobilität steht für viele für eine gute und grüne Zukunft. Sie soll das Klima schützen, individuelle Freiheit bewahren und die Automobilbranche sichern. Das Problem dabei: Elektromobilität geht mit einem enormen Bedarf an metallischen Rohstoffen wie Kobalt, Mangan,

Nickel, Lithium und Graphit einher. Diese Rohstoffe werden oft unter menschenrechtlich und ökologisch katastrophalen Bedingungen gewonnen. Kleinschürfer*innen bauen in der Demokratischen Republik Kongo Kobalt unter menschenunwürdigen Bedingungen ab. Unternehmen müssen deshalb von der Politik gesetzlich in die Verantwortung genommen werden, Menschenrechte und Umwelt entlang ihrer Lieferketten zu schützen. Doch für eine global gerechte Mobilitätswende braucht es mehr. Wir müssen Mobilität neu denken: weg vom privaten Auto, hin zu Fahrrad, Bahn, ÖPNV und zukunftsfähigem Städtebau.

1001

Zu sehen vom 1.4. bis 25.4. zu den Öffnungszeiten der vhs in der Treppenhausegalerie.



Vertragsunterzeichnung der fünf Bürgermeister zur Gründung von Filderstadt 1974. Foto: Stadtarchiv.

**50 Jahre
Filderstadt
1975–2025****Foto-Ausstellung
in der vhs Treppenhausegalerie**

vhs Treppenhausegalerie

Im Jahr 2025 wird Filderstadt 50 Jahre alt. Am 1. Januar 1975 entstand die neue Stadt durch den Zusammenschluss der fünf bis dahin selbstständigen Gemeinden Bernhausen, Bonlanden, Harthausen, Plattenhardt und Sielmingen. Die vom Stadtarchiv zusammengestellte Ausstellung zeigt einen Querschnitt des Zeitgeschehens in Filderstadt der letzten 50 Jahre in Wort und Bild.

1002

Zu sehen vom 28.4. bis 4.7. zu den Öffnungszeiten der vhs in der Treppenhausegalerie.

**Die Zahl 50 –
Mitglieder des Förder-
vereins der Kunst-
schule e.V.
stellen aus**

vhs Treppenhausegalerie

Anlässlich „50 Jahre Filderstadt“ erstellen Mitglieder des Fördervereins der Kunstschule Filderstadt e.V. im Rahmen eines Workshops Malereien, Grafiken und Collagen zum Thema „50“.

Die Kunstwerke können in der Ausstellung günstig erworben werden, der Erlös fließt in die vielfältigen sozialen Projekte des Fördervereins.

1003

Die Vernissage findet am Do, 9.7. um 18:30 Uhr in der Treppenhausegalerie der vhs statt.
Zu sehen vom 18.7. bis 19.9. zu den Öffnungszeiten der vhs in der Treppenhausegalerie.



Foto: Verlag

In Kooperation mit der Stadtbibliothek, dem Stadtarchiv und dem Bunten Bücherladen

**Lesung mit
Prof. Dr. Ewald Frie:
Ein Hof und elf Geschwister**

Ewald Frie (Jahrgang 1962) ist Professor für Neuere Geschichte in Tübingen. In seinem autobiografischen Werk „Ein Hof und elf Geschwister“ beschreibt er am Beispiel seiner Familie den rasanten Strukturwandel in der Landwirtschaft in seiner westfälischen Heimat. Er wahrt aber den distanzierten Blick des Sozialwissenschaftlers und ergänzt seine persönlichen Erfahrungen mit Statistiken, lokalen Zeitungen, aber auch wissenschaftlicher Literatur. Dabei bleibt er neutral und verzichtet bewusst auf jegliche Wertung oder gar Nostalgie.

Auf den Fildern vollzog sich der Strukturwandel der Landwirtschaft in noch wesentlich kürzerer Zeit und im kleinparzellierten Württemberg noch deutlich dramatischer. Wurden um 1950 noch rund 4000 bäuerliche Betriebe auf den Fildern gezählt, so dürfte die Zahl der Haupterwerbsbetriebe heute zwischen 50 und 70 liegen.

Somit beschreibt Ewald Frie die prägenden Veränderungen, die sich gerade auch in Filderstadt ereignet haben. Es überrascht deshalb nicht, dass an diesem Buch auch in Filderstadt ein großes Interesse besteht, gerade auch bei den alteingesessenen Familien, wie dies sowohl die Ausleihzahlen in der Stadtbibliothek als auch die Verkaufszahlen im Buchhandel bestätigen.

Da sich dieser Prozess zu einem erheblichen Teil während der letzten 50 Jahre vollzog, passt dieses Thema wie kaum ein anderes in das Jubiläumsjahr 2025.

A1063

Fr, 7.2., 19–20:30 Uhr

Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
€ 12 Kartenvorverkauf bei allen Veranstaltern

**FAMILIEN
PASS****Neuerungen beim
Familienpass!**

Prüfen Sie Ihre Berechtigung –
und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 3!



In Kooperation mit dem Geschichts- und Heimatverein

500 Jahre Bauernkrieg

Lea Wegner, M. A., Historikerin

Im Jahr 1525 befand sich Württemberg im Aufstand. Kaum eine Stadt, kaum ein Dorf, das nicht von der Unruhe ergriffen wurde, in dem man sich nicht dem Aufstand anschloss. Wer aber waren die Aufständischen, denen es als „Gemaine Landschaft Wirtemberg“ in drei Wochen gelang, die Herrschaft beinahe zu



Foto: 'Der Buntschu', Quelle: Bauernkriegsmuseum Böblingen

ersetzen, die mit Kurfürsten korrespondierten und dem vertriebenen württembergischen Herzog Ulrich Auflagen für eine Unterstützung seiner Rückkehr machten? Der Vortrag nimmt die Aufständischen des Bauernkrieges in den Blick, fragt nach ihren kollektiven wie individuellen Interessen, ihrem Vorgehen, Selbstbewusstsein und schließlich ihrer sozialen Zugehörigkeit: Armer Bauer oder nicht vielmehr Kenner des politischen Spiels?

Lea Wegner ist Historikerin und seit 2022 Leiterin des Deutschen Bauernkriegsmuseums Böblingen.

1006

Fr, 14.2., 20–21:30 Uhr, Bernh., Bürgerzentrum gebührenfrei, ohne Anmeldung

Starke Frauen in Filderstadt

Führung im FilderStadtMuseum

Romy Heyner

Anlässlich des Internationalen Frauentags widmen wir uns im FilderStadtMuseum starken weiblichen Persönlichkeiten aus Filderstadt, welche die Ortsgeschichte maßgeblich geprägt haben. Erfahren Sie mehr über die Lebensgeschichten und Errungenschaften dieser Frauen, die in verschiedenen Bereichen wie Politik, Kultur, Bildung und Gesellschaft bedeutende Spuren hinterlassen haben. Die Führung bietet spannende Einblicke in ihre Herausforderungen und Erfolge und zeigt, wie sie die Entwicklung der Gemeinde beeinflusst haben.



Sophie Rinker mit ihrem Ehemann, Foto: Tempelgesellschaft Stuttgart-Degerloch

1007

So, 9.3., 15–15:45 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei, mit Anmeldung!

Veranstaltung in Kooperation mit der vhs Leinfelden-Echterdingen

Das Triumvirat der Weltmächte



USA, die Volksrepublik China und Russland

Matthias Hofmann, Historiker und Orientalist, MA
Die Welt befindet sich im Umbruch. Die unipolare Gesellschaft, wie es der US-amerikanische Präsident Georg Bush (se.) 1991 formulierte, hat sich gewandelt. Mittlerweile dominieren drei Weltmächte das politische, wirtschaftliche und strategische Geschehen der Welt. Mit dem russischen Überfall auf die Ukraine hat sich die Position Russlands, zumindest was die westliche Welt angeht, deutlich verändert. Dennoch muss man Russland nach wie vor als eine Großmacht betrachten. Die USA versucht mit aller Macht ihre Dominanz zu behaupten, Russland setzt alles daran, sich geostrategisch zu positionieren und die Volksrepublik China droht, die beiden Rivalen in allen Bereichen zu überholen.

1008

Di, 11.3., 19–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 14 (€ 12,60)



Fabrik Müller-Schneider, Quelle: Stadtarchiv



Gebäude Domberger heute, Foto: Serigrafie-Museum

Von der Fabrik zum Serigrafie-Museum



Die bewegte Geschichte eines Gebäudes

Dr. Nikolaus Back, Stadtarchivar

Mitten in Plattenhardt befindet sich das dominierende Gebäude, in dem das Serigrafie-Museum, die Edition Domberger und mehrere Geschäfte untergebracht sind. Dieses 1925 erbaute Fabrikgebäude kann bereits auf eine bewegte Vergangenheit als Strumpffabrik, Schraubstollenfabrik Mack & Schneider, „Konsum“ oder Kino zurückblicken. Zum 100-jährigen Bestehen berichtet Stadtarchivar Nikolaus Back über die bemerkenswerte Geschichte dieses Gebäudes.

1009

Do, 13.3., 18–19 Uhr
Plattenhardt, Serigrafie-Museum, Uhlbergstr. 40
gebührenfrei, mit Anmeldung!



Foto: Wilhelm Stöckle

Die Plattenhardter Sagen

Gruselführung am Abend

Romy Heyner

Erleben Sie einen unvergesslichen Rundgang voller Geheimnisse, Legenden und düsterer Geschichten! Wir laden Sie zu einer einzigartigen Gruselführung am Abend durch die Straßen von Plattenhardt ein. Tauchen Sie ein in die mystische Welt der Sagen und erfahren Sie mehr über die dunklen Geheimnisse, die diesen Ort seit Jahrhunderten umgeben. Hören Sie von Geistern, verlorenen Seelen und unerklärlichen Ereignissen, die sich im Filderstädter Ortsteil Plattenhardt abgespielt haben sollen.

Thematisch für Kinder nicht empfohlen.

Teilnehmende Jugendliche sollten mindestens 14 Jahre alt sein.

1010

Fr, 21.3., 18:30–20 Uhr
Treffpunkt: Vor dem ehemaligen Gasthaus „Schnecken“ in der Uhlbergstraße 11, Filderstadt-Plattenhardt
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich



Quelle: Theodor-Heuss-Haus, Franziska Kraufmann

Veranstaltung in Kooperation mit der vhs Leinfelden-Echterdingen

Zu Besuch im Theodor-Heuss-Haus



Ein Ort der Demokratie

Das Theodor-Heuss-Haus ist ein authentischer Ort der deutschen Demokratiegeschichte. Theodor Heuss, der erste Bundespräsident von 1949 bis 1959, zog sich nach seiner zweiten Amtszeit in das schlichte Einfamilienhaus zurück. Die biografische Dauerausstellung „Demokratie als Lebensform“ mit Originalobjekten und über 40 interaktiven Medienstationen beleuchtet das Leben und Wirken des demokratischen Paares Theodor Heuss und Elly Heuss-Knapp durch fünf Epochen deutscher Geschichte. Der Bundespräsident lebte nach seiner Amtszeit bis zu seinem Tod 1963 im Haus im Stuttgarter Norden. Neben der Person Theodor Heuss steht auch seine Frau Elly Heuss-Knapp – Lehrerin, Politikerin und Autorin – stärker als zuvor im Fokus.

Das Lehrerinnendiplom von Elly Heuss-Knapp steht zusammen mit einem der ältesten erhaltenen Damenfahräder für Bildung und Mobilität von Frauen um 1900. Beides, Bildung und Sport, waren Wege zur Frauenemanzipation, die Elly Heuss-Knapp beschritt. Als einziges Museum in Deutschland führt ein Teil der Dauerausstellung die Aufgaben eines Bundespräsidenten und der First Lady vor Augen. Drei Wohnräume (Wohn-, Arbeits- und Esszimmer) sind mit originalen Möbeln rekonstruiert worden. Sie vermitteln den Charme der 1950er Jahre und ermöglichen einen Einblick in den Lebensstil von Theodor Heuss. In der Abteilung „Reise/Ansichten“ präsentiert die Ausstellung Zeichnungen, die der Kunstfreund Theodor Heuss auf seinen Reisen anfertigte. Der Garten des Naturliebhabers ist mit der Liffaßsäule und historischen Plakaten aus den 1920er Jahren und der Hesse-Bank ein Teil der Ausstellung. Kommen Sie mit auf einen spannenden Rundgang durch die Geschichte der noch jungen Bundesrepublik.

1011

Sa, 29.3., 15–16 Uhr
Treff: 70192 Stuttgart, Feuerbacher Weg 46
€ 8, mit Anmeldung!

Veranstaltung in Kooperation
mit der vhs Leinfelden-Echterdingen

Revolution in der Medienwelt 1455



Johannes Gutenberg erfindet den Buchdruck

Matthias Hofmann, Historiker und Orientalist, MA
Als Johannes Gutenberg 1455 den Buchdruck mit beweglichen Lettern und die Druckerpresse erfand, war ihm sicherlich nicht bewusst, welche Folgen diese Erfindung nach sich ziehen würde. Dass von jetzt an die Buchherstellung massiv vereinfacht und kostengünstiger wurde, schneller und für ein breiteres Publikum produziert werden konnte, war ihm klar – aber er revolutionierte eben auch den Umgang mit dem Medium Schrift und die Verbreitung von Informationen: Die Druckerpresse ermöglichte es nun, auch kurze Nachrichten in Form von Flugblättern schnell unter die Bevölkerung zu bringen – der Grundstein für die späteren ersten Zeitungen war gelegt.

1012

Do, 10.4., 19:30–21 Uhr
Leinfelden, vhs am Neuen Markt, Raum 1
€ 14 (€ 12,60)

Besuch des Heimatmuseums und des Friedhofs in Neuhausen

Karl Bayer

2024 hat die „Gemeinschaft für Heimatgeschichte Neuhausen“ in der neuen Aussegnungshalle Neuhausen in Eigenleistung ein kleines Heimatmuseum eingerichtet. Es gibt einen Überblick von der Jungsteinzeit über die Römerzeit, die Herren von Neuhausen, die katholische Kirche bis zur Filder- und Straßenbahn. Ausführlich geht es auf die Bedeutung der Neuhäuser Stukkateure ein. Das ebenfalls von der Gemeinschaft für Heimatgeschichte betreute Friedhofsmuseum im alten Friedhofsgebäude zeigt eine bemerkenswerte Sammlung historischer Grabsteine.

1013

Sa, 12.4., 14:30–16 Uhr, Treffpunkt: Neuhausen, Friedhofsparkplatz, Scharnhäuser Straße, Anmeldung: Tel. 07158 8219 oder E-Mail archiv@filderstadt.de, gebührenfrei

Sielmingen vor 200 Jahren



Dr. Nikolaus Back, Stadtarchivar

Wie sah es im Sielmingen der 1820er Jahre aus? Durch die 1827 durch die Landesvermessung erstellte älteste Flurkarte sind wir heute gut über die Ausdehnung und teilweise auch das Aussehen der Filderorte informiert. Die Führung geht auf Spurensuche im Dorf, das größtenteils landwirtschaftlich geprägt war. Die Kirche als Mittelpunkt war umgeben vom Friedhof, in der Nachbarschaft befanden sich das Schulhaus und die Zehntscheuer, es gab zur damaligen Zeit erst wenige Gastwirtschaften, das Wasser musste man noch an den Dorfbrunnen holen.

1014

Do, 8.5., 18–19:30 Uhr
Treff: Sielmingen, Brunnen an der Laichkreuzung
gebührenfrei, ohne Anmeldung

In Kooperation mit dem Stadtarchiv Filderstadt

Eduard Mörike und Johann Christoph Blumhardt – zwei ungleiche Freunde



Vortrag anlässlich des 150. Todestags von Eduard Mörike

Albrecht Esche

Mörike und Blumhardt: beide hatten zur selben Zeit in Tübingen Theologie studiert und waren miteinander befreundet, dennoch lassen sich kaum größere Unterschiede vorstellen: Blumhardt stammte aus einfachen Verhältnissen und war ein „Muster-Student“, diszipliniert, eifrig beim Studium – beliebt bei den Professoren. Mörike hingegen gehörte der württembergischen „Ehrbarkeit“ an, war eher ein „Freigeist“ und landete hin und wieder sogar im Karzer der Universität. Der Dichter Eduard Mörike, der als Vikar an elf verschiedenen Pfarrstellen Württembergs amtierten musste – darunter 1829 in Plattenhardt – und Johann Christoph Blumhardt, der als Pfarrer im Kurhaus Bad Boll ein überregional bekanntes Seelsorge- und Heilungszentrum betrieb und prägte. Beide verband in Tübingen eine innige Studentenfreundschaft; sie sind sich auch später wieder begegnet. Allerdings lebten der Dichter-Pfarrer und der Heiler-Pfarrer in völlig unterschiedlichen geistlichen Welten; gerade deshalb ist ihre Beziehung so bemerkenswert.

Albrecht Esche M. A., Pfarrer i. R. und Literaturwissenschaftler, war viele Jahre lang als Studienleiter an der Evangelischen Akademie Bad Boll tätig und hat dort die literarische Gedenkstätte „Blumhardts Literatursalon“ eingerichtet, in der neben Hermann Hesse auch Eduard Mörike seinen Platz gefunden hat.

1015

Do, 15.5., 19:30–21 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörike-Saal
€ 5



Foto: Eduard Mörike (im Alter von 20 Jahren), Stadtarchiv Filderstadt



Foto: Histor. Bad Dettingen an der Erms, Quelle: Haus der Geschichte Baden-Württemberg

Frei Schwimmen. Gemeinsam?!

Das Bad(en) und die Demokratie.

Eine Sonderausstellung im Haus der Geschichte

Schwimmen bedeutet Freiheit. Das Schwimmbad ist nicht nur ein Ort der Entspannung und des Vergnügens, sondern auch der demokratischen Begegnung. Von Baden-Baden und Bad Wildbad bis hin zum Stadtbad Heselach – die Ausstellung lädt ein zum Eintauchen in die Geschichte des Badens und des Schwimmens. Wer darf mit-schwimmen? Und wer nicht? Was sorgt für Ärger unter den Badenden? Wie gehen die Geschlechter miteinander um? Im Becken spiegelt sich die Gesellschaft. Es gilt als demokratische Errungenschaft, dass alle gleichberechtigt in die Frei- und Hallenbäder dürfen. Schließlich badeten einst Arme und Reiche getrennt. Frauen und Männer ohnehin. In der NS-Zeit wurden die jüdische Bevölkerung und ‚Ausländer‘ ausgeschlossen. Schon zuvor mussten Kriegsverwehrte draußen bleiben. Deren Anblick galt als nicht zumutbar. Ebenso wenig wie der von Frauen, die nach vorherrschender Meinung nicht genügend Textilien am Leib trugen. Inzwischen werden Freiheit und Freizügigkeit wieder heiß diskutiert. ‚Frei Schwimmen – Gemeinsam?!‘ präsentiert prunkvolle Stücke aus dem Fürstenbad Bad Wildbad, Instrumente der ‚Körperoptimierung‘ aus den Volksbädern Mannheim und Stuttgart-Heselach, die Tür des für Männer streng verbotenen Damenbads im Lorettohof Freiburg sowie den Burkini, mit dem eine Muslima nicht ins Hallenbad in Konstanz eingelassen wurde. Ob Fürsten oder Armenbad, Damen- oder Herrenbad, Volks- oder Familienbad: Die Ausstellung zeigt, wer dort willkommen war und wer nicht, welche Bekleidung getragen werden musste – und was bis heute jedes Schwimmbad über seine Zeit, die Menschen und ihre Gesellschaft verrät.

1016

Sa, 24.5., 14:30–15:30 Uhr
70173 Stuttgart, Haus der Geschichte, Konrad-Adenauer-Str. 16, € 12



Die Geschenkidee für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Veranstaltung in Kooperation
mit der vhs Leinfelden-Echterdingen

Gedenkstätte „Wege der Erinnerung“



Dr. Nikolaus Back, Stadtarchivar

Seit 2010 erinnert am US-Airfield eine Gedenkstätte an die Opfer des KZ-Außenlagers Echterdingen-Bernhausen. Sie wurde gemeinsam durch die beiden Städte Filderstadt und Leinfelden-Echterdingen nach dem Entwurf der Künstlerin Dagmar Pachtner errichtet. Die Führung geht auf die Geschichte dieses KZ-Außenlagers ein, wo 600 jüdische Häftlinge im Winter 1944/45 unter miserablen Bedingungen arbeiten und leben mussten, 119 verloren dabei ihr Leben. Die Führung erläutert aber auch das Erinnern und Gedenken an diesen Ort seit 1945.

1017

Mo, 26.5., 17–18 Uhr

Treff: An der Gedenkstätte, Echterdinger Straße, Parkplätze im Industriegebiet, gebührenfrei mit Anmeldung.



Foto: Kurpark Bad Cannstatt,
Quelle: Stefan Betsch

Bad Cannstatts Mineralwasser

Wo schon die Römer kurten

Stefan Betsch

Die Nutzung des bekannten Mineralwassers geht schon auf die Römer zurück, die die wohltuende Wirkung erkannten. Noch heute besitzt Bad Cannstatt nach Budapest das zweitgrößte Mineralwasservorkommen Europas. Während das Mineralwasser früher in natürlichen Quelltöpfen – sogenannten Sulzen – ausfloss, wird es heute mit 19 Brunnen in verschiedenen geologischen Schichten gefasst. Dieser große Schatz wird in diversen Brunnen, aber auch in mehreren Bädern genutzt und selbst die Wilhelma wird damit betrieben. Außerdem tritt ein großer Teil des Mineralwasserschatzes ungenutzt in den Neckar und in die Neckartalaue über. Während der Führung erfahren Sie mehr über die Geschichte der Nutzung des Mineralwassers und dessen Auswirkungen auf die Besiedelung des Neckartals sowie auf die Entwicklung der Stadt. Selbstverständlich ist es dabei auch möglich, das Wasser aus verschiedenen Brunnen zu probieren und die unterschiedlichen Mineralisierungen zu erleben.

Bitte bringen Sie dafür einen Trinkbecher mit.

1020

So, 20.10., 14–16 Uhr

Treffpunkt: Bad Cannstatt, Thaddäus-Troll-Platz (beim Klösterle)
€ 15

In Kooperation mit dem Weltladen und
Fairtrade Town Filderstadt

Kaffeeanbau in Burundi: Frauen, Fairer Handel und die Kraft der Bohne

Eine Veranstaltung zum Weltfrauentag

Dr. Stefan Hoffmann und Ulrike Pfab

Kaffee aus Burundi hat weltweit einen exzellenten Ruf. Auch unser Filderstadtkaffee kommt von dort. Doch wie wird dieser hochwertige Arabica-Kaffee angebaut und verarbeitet? Welche



Foto: Fairtrade Pressebilder Kaffee, Quelle: Christoph Köstlin

Herausforderungen müssen die Kaffeebauern und -bäuerinnen in dem ostafrikanischen Land meistern und wie kann der Faire Handel dazu beitragen, die Lebensbedingungen vor Ort nachhaltig zu verbessern? Am Weltfrauentag laden wir zu einem spannenden Vortrag ein. Der Referent Stefan Hoffmann hat selbst viele Jahre in Burundi gelebt und kann aus eigener Anschauung über den Kaffeeanbau und seine Widrigkeiten berichten. Er weiß auch um die wichtige Rolle der Frauen. Denn sie übernehmen einen Großteil der Arbeit, pflegen die Kaffeesträucher, ernten die reifen Bohnen und verarbeiten sie weiter. Doch obwohl Kaffee ein Milliarden-geschäft ist, bleibt bei den Anbaufamilien nur wenig hängen. Erfahren Sie, wie der Faire Handel mit gerechteren Preisen, nachhaltigeren Anbaubedingungen und Frauenstärkung wirkt und so das Leben vor Ort positiv verändert. Der Referent, Dr. Stefan Hoffmann, ist langjähriger Programmmanager Nigeria und Eritrea (ejw).

Die Kooperationsveranstaltung mit Fairtrade Town Filderstadt beginnt in den Räumlichkeiten des Weltladens. Lernen Sie das neue Ladengeschäft kennen und lassen Sie sich auf eine Tasse Filderstadtkaffee und andere Köstlichkeiten aus dem Fairen Handel einladen. Eintritt und Verkostung sind frei. Was der Weltladen darüber hinaus an diesem Tag geplant hat, erfahren Sie auf www.weltladen-filderstadt.de.

1021

Sa, 8.3., 14–16 Uhr

Bernh., Weltladen, Nürtinger Str. 1 (Fußgängerzone)

Eintritt und Verkostung sind frei. Zur besseren Planung bitten wir um Anmeldung vorab bei der vhs.

Eine vhs3 Kooperation der Volkshochschulen Filderstadt, Leinfelden-Echterdingen, Ostfildern

Bilinguale und mehrsprachige Kinder – Chancen und Herausforderungen



Vortrag mit (Erfahrungs-)Austausch

Elena Gutzmann

„Brücken schlagen“ zu unterschiedlichen Kulturen in der eigenen Familie? Elena Gutzmann weiß, wovon sie spricht. Sie gibt Input für gutes Gelingen der Sprecherziehung in bi- und multilingualen Familien und lädt Sie zum Austausch ein. Profitieren Sie vom flexiblen Zugang über Zoom, den Ihnen die vhs Ostfildern zur Verfügung stellt.

1022

Sa, 15.3., 14–15:30 Uhr

Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 14 (€ 12,60)

Anmeldeschluss: 9.3.

FÜHRUNGEN/FAHRTEN

Besuch in der historischen Apotheke am Fischbrunnen

Dr. Wolfgang Strölin

385 Jahre reicht die Tradition der Esslinger Apotheke am Fischbrunnen zurück, die 1633 ihren Anfang nahm. Ende 2018 ist das Apothekerpaar Strölin in den Ruhestand gegangen und hat das Geschäft geschlossen. Der Ruhestand gab dem promovierten Pharmazeuten Wolfgang Strölin Gelegenheit, seine Sammlung historischer Apparaturen und Präparate neu zu ordnen und zu präsentieren. Bei diesem Besuch haben Sie die Gelegenheit, im Gebäude mit der schmucken Fassade in die Geschichte der Arzneimittelherstellung einzutauchen, fachkundig geführt von Dr. Strölin, der viel zu erzählen weiß aus seinem reichen Erfahrungsschatz und einen Einblick gibt in eine Branche im Wandel der Zeit.

1023

Fr, 21.3., 17–18:30 Uhr

Treff : Esslingen am Neckar, Fischbrunnenstr. 1
€ 5



Foto: Flughafen Stuttgart

Eine vhs3 Kooperation der Volkshochschulen Filderstadt, Leinfelden-Echterdingen, Ostfildern

Destination STRzero:

Der Flughafen Stuttgart und die Klimastrategie „fairport STR“



Wir stehen vor der enormen Aufgabe, die menschengemachte Erderwärmung zu bremsen. Dafür muss sie CO₂-neutral werden. Das heißt: der Ausstoß klimaschädlicher Gase muss massiv verringert und CO₂ aus der Atmosphäre entzogen werden. Gelingt uns das nicht, müssen wir mit schwerwiegenden und irreversiblen Folgen für den gesamten Planeten rechnen.

Die Flughafen Stuttgart GmbH will beim Klimaschutz entschlossene Schritte gehen. Sie hat es sich mit dem Leitbild fairport STR zum Auftrag gemacht, dauerhaft einer der leistungsstärksten, nachhaltigsten Flughäfen in Europa zu sein und hat den Klimaschutz als strategisches Unternehmensziel verankert.

Wie weit ist der Flughafen Stuttgart auf seinem Weg zur klimaneutralen Flugzeugabfertigung? Wie bringt der Airport nachhaltige Innovationen voran? Machen Sie sich selbst ein Bild!

Mindestalter: 14 Jahre.

1024

Fr, 28.3., 14–16 Uhr

Treffpunkt: Flughafen Stuttgart, Terminal 3, Skyland Besucherzentrum
€ 10

Kultureller, kulinarischer Spaziergang durch Esslingen

Jürgen Müller

Wir unternehmen einen entspannten Spaziergang durch das mittelalterliche Esslingen mit seinen Neckarkanälen, verwinkelten Gassen und den beeindruckenden Fachwerkhäusern und sprechen über Ereignisse, Ge-



Foto: Jürgen Müller

schichten von früher und heute. Durch den Besuch von mind. fünf ausgewählten kulinarischen/kulturellen Highlights, mit kleinen Kostproben bei typischen Vertretern der urbanen Szene, bekommen wir einen guten Einblick, was die Esslinger lieben und schätzen. Die Kostproben werden den meisten Teilnehmenden eine Mahlzeit ersetzen, es ist also gut, neben Neugier auch etwas Hunger mitzubringen.

Unser Stadtführer ist schon seit langem gern in dem historischen und faszinierenden Esslingen unterwegs und hat Freude daran, die Stadt aus seinem eigenen Blickwinkel anderen Menschen zu zeigen. Das Ende dieser Tour werden wir in einem gemütlichen Lokal ausklingen lassen und wer möchte, kann fließend in sein eigenes Abendprogramm übergehen.

1025

Mi, 2.4., 14:30–18:30 Uhr

Treffpunkt in Esslingen am Bahnhofsplatz 2/ vor dem IKK Gebäude

€ 52 (€ 46,80), Storno bis 14 Tage vor Kursbeginn

Besuch im Polizeimuseum Stuttgart

Eine Zeitreise in die Polizeigeschichte

Eindrucksvoll nach Themen gegliedert, präsentiert das Polizeimuseum Stuttgart mit original Tatgegenständen den Besuchern die Geschichte der Polizei der Landeshauptstadt. Spektakuläre Verbrechen aus zwei Jahrhunderten, die Stuttgart erschütterten und ihre Aufklärung werden spannend und bewegend dokumentiert. Die Besucher erwarten faszinierende Einblicke in echte Tatortarbeit und Spurensicherung – damals – heute – sowie eine ‚wertvolle‘ Falschgeldsammlung. Eine authentisch inszenierte Polizeiwache zeigt, unter welchen Bedingungen in den 1960er Jahren Polizeiarbeit stattfand. Auch das

Thema ‚Stuttgart und die RAF‘ wird thematisiert: der Stammheim-Prozess, die Schleyer-Entführung sowie die Selbstmorde der RAF-Terroristen stellen völlig neue polizeiliche Herausforderungen im sogenannten ‚Deutschen Herbst 1977‘ dar. Darüber hinaus wird die Waffengeschichte der Stuttgarter Polizei von 1860 bis heute dargestellt. Viele weitere Aspekte wie die Entwicklung des Straßenverkehrs und die damit verbundenen Polizeiaufgaben sowie spannende polizeihistorische Original-Exponate werden ebenso auf der großen Ausstellungsfläche präsentiert wie historische Film- und Ton-Dokumente.

Kompetente Polizeiexpert*innen führen durch die Ausstellung – und haben noch so manche spannende Geschichte auf Lager! Das Mindestalter liegt bei 16 Jahren, jede*r Besucher*in muss ein Ausweisdokument mit sich führen.

1026

Fr, 4.4., 16–18 Uhr

Treffpunkt: 70191 Stuttgart, Hahnemannstr. 1

€ 12

Unterwegs auf den Fildern nach „Klein-Jerusalem“ von Nellingen nach Denkendorf

Bernd Möbs, Stadtführer

Die Reise nach Jerusalem war im Mittelalter gefährlich. Es gab aber eine Alternative: die Klosterkirche in Denkendorf bei Esslingen. Die Wallfahrt zur Krypta der schwäbischen Kirche galt als vollständiger Ersatz für die Kreuzfahrt ins Heilige Land. Auf einem landschaftlich reizvollen Weg machen wir uns auf zu kulturhistorischen Schätzen und kirchengeschichtlichen Besonderheiten auf den Fildern. In Nellingen hatte das Kloster St. Blasien umfangreiche Besitztümer und noch heute befindet sich am Klosterhof ein schönes historisches Ensemble mit der St. Blasius-Kirche. Zum Katzenbach hinunter und an der Körsch entlang gelangen wir nach Denkendorf mit seiner eindrucksvollen Klosteranlage. Hier befand sich bis zur Reformation das Stift zum heiligen Kreuz. Naturkundliche Erläuterungen runden die Tour ab. Startpunkt: Endhaltestelle U7 Ostfildern-Nellingen, Ende Haltestelle Denkendorf Rathaus, Rückfahrt mit dem Bus.

1027

Sa, 5.4., 15–18:30 Uhr

Startpunkt: Endhaltestelle U7 Ostfildern-Nellingen

€ 24 (€ 21,60)

In Kooperation mit dem Geschichts- und Heimatverein

Weinbau am Nordrand der Schwäbisch Alb – früher und heute

Reiner Enkelmann; Helmut Dolde

Es ist heute kaum mehr vorstellbar, dass die weite Streuobstwiesenlandschaft am Fuß der Schwäbischen Alb bis vor ungefähr 160 Jahren überwiegend aus Weinbergen bestand. Heute findet man dort nur noch wenige Weinberge, die meist inselformig in dieser Landschaft verstreut liegen. Diese wenigen Relikte der Weinbaukultur stehen jedoch auf exzellenten Standorten des Jura-Gesteins und zum Teil auch auf vulkanischen Böden.

Während der Weinbau auf Grund der Qualitätsbemühungen der Wengarter und der Klimaerwärmung auch im kühleren Klima des Albvorlandes heute eine günstige Perspektive hat, sind die Streuobstwiesen Sorgenkinder ihrer Besitzer.

Zu Beginn der Führung gibt Reiner Enkelmann vor Ort einen Überblick über Morphologie und Geologie des Neuffener Tales und des Albraufs.

Der Wengarter Helmut Dolde veranschaulicht beim Gang durch die Kulturlandschaft um Linsenhofen die Geschichte des dortigen Weinbaus anhand noch vorhandener Bodenzugnisse. In seinen Weinbergen informiert er über den modernen Weinbau, der von hohem Qualitätsanspruch geprägt ist.

Die Führung schließt mit einer Verkostung seiner Produkte aus Streuobstwiesen und Weinberg (einschließlich Mineralwasser und Brezel).

1028

Sa, 26.4., 13:30–17:30 Uhr

Treffpunkt: 13:30 Uhr an der Rundsporthalle in Bernhausen für Fahrgemeinschaften.

Bei eigener Anreise Treff um 14 Uhr auf dem Parkplatz der Tennisplätze in Linsenhofen.

Mit Anmeldung beim Stadtarchiv Tel. 07158 8219 oder Mail: archiv@filderstadt.de

€ 10

GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN

Die Geschenkidee

für jeden Anlass!

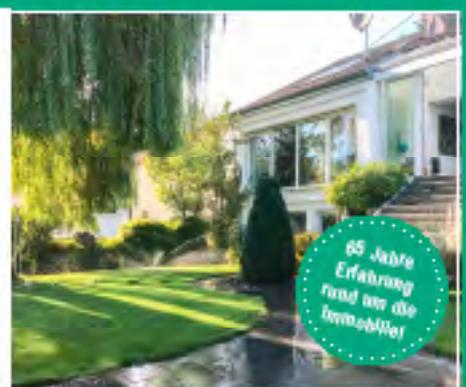
Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.



Foto: Brigida Goru-Mez

SIE MÖCHTEN IHRE IMMOBILIE VERKAUFEN?

- Kostenlose Immobilienbewertung
- Professionelle Vermarktung
- Große Datenbank mit Kaufinteressenten
- Sorgenfreie Verkaufsabwicklung
- Viele zufriedene Kunden



65 Jahre Erfahrung
rund um die Immobilie

Metzger GmbH + Co. KG - Berliner Straße 29 - 73728 Esslingen - 0711 / 9 39 33 15 - www.metzger-co.de



Foto: KI generiert

Stuttgarter Untergrund – große Kanalführung

Dr. Alexandra Bauer

Große Kanalführung in Stuttgart – begleiten Sie uns in den Untergrund!

Bei diesem besonderen Rundgang erhalten Sie einen einmaligen Einblick in die Kanalisation der Stadt. Sie werden dazu mit einer persönlichen Schutzausrüstung (Einmalanzug, Helm, Handschuhe, Gummistiefel, Sicherheitsgurt, Lampe) ausgerüstet. Wir führen Sie durch den Haupt-Abwassersammler Nesenbach, sodass Sie sich selbst ein Bild von der Arbeit in den Kanälen machen können.

Teilnahme ab 18, Trittsicherheit erforderlich. Bitte unbedingt pünktlich am Treffpunkt sein.

1029

Mi, 7.5., 10:40–12:30 Uhr

Treffpunkt Infozentrum Stadtentwässerung, Stadtbahnhaltestelle „Neckartor“, Ausgang Schlossgarten, Am Neckartor 1, 70190 Stuttgart
Bitte beachten Sie: bei stärkerem oder andauerndem Regen sind Absagen der Kanalführung auch kurzfristig möglich.

Festes Schuhwerk, robuste Kleidung, € 5 Verwaltungsgebühr

Turmführung ‚Überblick‘

Entdecken Sie das tiefste Geheimnis des Fernsehturms

Reiner Timter

Haben Sie sich auch schon einmal gefragt, wieso dieser schlanke Turm aus Spannbeton nicht umfällt? Und wie tief ist eigentlich das Fundament des Stuttgarter Fernsehturms? Im Rahmen der Führung werden zuerst die äußeren Besonderheiten des SWR Fernsehturms erklärt.

Danach steigen Sie dann hinab

ins Fundament, dessen Konstruktion beim Bau 1956 eine Weltneuheit war und schließlich fahren Sie zur Aussichtsplattform hinauf in luftige 150 Meter über dem Erdboden. Dabei erfahren Sie Erstaunliches über das Baumaterial, warum die schlanke Betonnadel bei Wind nicht umkippt und was eine „Samba Socke“ mit dem Turmschaft zu tun hat.

1030

Fr, 9.5., 15:30–16:30 Uhr

Treffpunkt: 70597 Stuttgart, Jahnstr. 120
€ 28



Foto: Fernsehturm Stuttgart, Quelle: SWR Media Services GmbH, Martin Sigmund



Quelle: Bettina Spitzenberger

Eine vhs3 Kooperation der Volkshochschulen Filderstadt, Leinfelden-Echterdingen, Ostfildern

Vom ‚Mekka der Medienkünste‘ in den ‚Garten der Stadt‘



Kunsfahrt nach Karlsruhe ins ZKM mit anschließender Schlossgartenführung

Das ZKM wurde 1989 mit der Mission gegründet, die klassischen Künste ins digitale Zeitalter fortzuschreiben. Seither setzt sich das „Mekka der Medienkünste“ (Peter Weibel) mit den Innovationen der Kommunikations- und Informationstechnologien und dem damit in Gang gesetzten gesellschaftlichen Wandel auseinander. Bei unserer einstündigen Führung bekommen Sie einen spannenden Einblick in die Arbeit und Ausstellung des ZKM. Nach einer Mittagspause vor Ort wird es auf unserer Parkführung durch den Schlossgarten und den Botanischen Garten wieder analog: Der ehemalige Barockgarten wurde 1790 in einen englischen Landschaftspark umgewandelt. Der dortige ehemalige Fasanengarten mit Fasanenschlösschen und chinesischem Teehäuschen lädt zum Verweilen ein. Genießen Sie mit uns das Gesamtpaket: Es ist eine gemeinsame An- und Abreise mit der Bahn ab dem Stuttgarter Hauptbahnhof vorgesehen. Falls Sie kein Deutschlandticket haben, lösen wir günstige Gruppentickets. Der Preisanteil pro Person beträgt dann zusätzlich ca. 15 Euro.

Die Gebühr umfasst den Eintritt und Führung im ZKM, die Führung im Schlossgarten und Botanischem Garten sowie vhs-Begleitung.

1031

Sa, 10.5., 8:50–18:30 Uhr

Treff: Stuttgart Hauptbahnhof
€ 42 (keine Ermäßigung möglich), zzgl. Anteil Gruppenticket

Grünes Pionierprojekt und bunte Stadtoase: Die Calwer Passage

Kühlung und Luftreinigung durch Fassadenbegrünung

Reiner Timter

Die Calwer Straße mit der Calwer Passage ist der neue Hingucker in Stuttgart. Die unter Denkmalschutz stehende Passage ist seit 2023 mit neuem Konzept wieder geöffnet. Seither ist die charmante Einkaufspassage der „place to be“ der Innenstadt. Highlight jedoch ist das begrünte Gebäude, das mit rund 10.000 Pflanzen 41 verschiedener

Arten aus den Häuserreihen hervorsteht. An der komplett bewachsenen Fassade sowie am Dachwald zeichnet sich der Lauf der Jahreszeiten ab. Entdecken Sie mit Ihrem Guide das erste derart begrünte Gebäude Deutschlands mit seinen ökologischen und klimatologischen Besonderheiten und bummeln Sie durch die Calwer Passage und die mit Fachwerk gesäumte Calwer Straße.

1032

Sa, 17.5., 14:30–15:30 Uhr

Stuttgart, Haupteingang ‚Treffpunkt‘, vhs Rotebühlplatz
€ 16 (€ 14,40)

In Kooperation mit dem Umweltschutzreferat

Steinkäuze hautnah – Streuobstwiese spielerisch erleben



Werner Kneule, Umweltschutzreferat

Wir entdecken das Innenleben einer Steinkäuz-Brutröhre, können die Jungtiere aus nächster Nähe ansehen und anfassen. Auf spielerische Weise erkunden wir die ökologischen Zusammenhänge einer Obstwiese und schließen ab mit einer Lesung. Für Kinder von 9–12 Jahren.

1033

Fr, 23.5., 15:30–18 Uhr

Treffpunkt: abhängig vom aktuellen Brutvorkommen, Bekanntgabe zeitnah vor der Veranstaltung gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Der Stuttgarter Westen: Geschichte und Gegenwart

Stadtführung

Elisabeth Kabatek

Stuttgart ist eine Stadt „auf den zweiten Blick“ – man muss sie sich zu Fuß und ohne Hektik erlauben. In dieser Reihe zeigt Ihnen Autorin Elisabeth Kabatek, die eine „Gebrauchsanweisung für Stuttgart“ (Piper Verlag) geschrieben hat, „ihr“ Stuttgart. Diese Tour führt durch den Stuttgarter Westen. Hipp und urban und voller angesagter Kneipen und Cafés, ist der Westen eines der beliebtesten Wohnviertel für junge Leute und Familien, leidet andererseits jedoch unter Verkehrsproblemen, Klimawandel und Gentrifizierung. Auf unserem Spaziergang schauen wir uns den historischen Westen mit seinen vielen Gründerzeithäusern und der industriellen Vergangenheit (Waldbaur, Bosch etc.) genauso an wie das moderne Wohnviertel mit allen Herausforderungen des Zusammenlebens auf engem Raum (Verkehrsversuch Augustenstraße). Die Tour ist nicht gedacht als reiner Monolog, sondern auch als Austausch: Welche Vorstellungen haben wir von Stadt, Stadtentwicklung und Lebensqualität? Mit der Anmeldung erhalten Sie ein paar (subjektive!) Ausgetipps, so dass Sie ggf. vorher einen Tisch reservieren und den Abend gemütlich ausklingen lassen können.

1034

Fr, 23.5., 17:30–19:30 Uhr

Treffpunkt: S-Bahn Haltestelle Feuersee, oberer Ausgang (gegenüber Theater der Altstadt am Treppenabgang zum Feuersee)
€ 24 (keine Ermäßigung möglich), mit Anmeldung!

Der Stuttgarter Pragfriedhof – Grüne Oase voller Engel und ewigem Frieden

Rundgang über den großen innerstädtischen Stuttgarter Friedhof

Bernd Möbs, Stadtführer

Mit seiner 21 Hektar großen Fläche ist der 1873 eröffnete Pragfriedhof der drittgrößte Friedhof Stuttgarts. Einzigartig ist das im Jugendstil errichtete Krematorium. Neben Willi Baumeister und Eduard Mörke liegen auf dem Pragfriedhof weitere bekannte Persönlichkeiten, wie die bekannte Opernsängerin Anna Sutter oder der Schokoladenfabrikant Eduard Otto Moser begraben. Der Pragfriedhof war der erste kommunale Friedhof der Stadt; dies änderte das ganze Friedhofswesen in Stuttgart. Wir machen einen Rundgang über diesen wichtigen Stuttgarter Friedhof, der auch für das Stadtklima eine wichtige Grünfläche ist; sein dichter Baumbestand verhindert ein deutliches nächtliches Auskühlen.

1035

Fr, 6.6., 16–18 Uhr

Treffpunkt: Haltestelle Pragfriedhof, 2 Haltestellen von Stgt. Hbf, Stadtbahn U5, U6, U7, U15.

€ 24 (€ 21,60)

Schlemmen, Schlendern, Schnuppern, Schlotzen zwischen Bohnen und Rotlicht

Stadtgeschichtlicher und literarischer Streifzug durchs „Städtle“

Bernd Möbs, Stadtführer

Von Kriegszerstörungen und durch Abriss bedroht, hat das Bohnenviertel heute nach liebevoller Renovierung seinen ganz eigenen Charakter bewahrt, mit Weinstuben und schicken Geschäften. Am Charlottenplatz flüchtete Friedrich Schiller hochdramatisch durchs Esslinger Tor, Georg Dengler, der Krimidetektiv, gammelt in seinem Stammlokal. Marie Josehans porträtierte um 1900 die armen „Weible“ im Viertel und im „Club Voltaire“ in der Leonardstraße planten die 68er die Revolution. Unterwegs Einkehr im Lesecafé Ché mit Antipasti & Wein, evtl. ist auch ein Besuch in einer Anlaufstelle für die Armutsproustituierten geplant, um sich über die Situation der Frauen im Viertel informieren zu können.

1036

Fr, 13.6., 16–19:30 Uhr

Treffpunkt: Stuttgart, Weinstube „Zur Kiste“, Charlottenplatz, Ecke Esslinger Str./Kanalstraße, 70182 Stuttgart

Endpunkt: Wilhelmsplatz, 70182 Stuttgart
€ 34 (€ 30,60), inkl. Antipasti und 1 Glas Wein

FAMILIENPASS

Neuerungen beim Familienpass!

Prüfen Sie Ihre Berechtigung – und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 3!

Eine Wanderung entlang des Fleinsbachs



Dr. Nikolaus Back, Stadtarchivar und Jürgen Friedrich

Der Fleinsbach entspringt auf Gemarkung Stetten, durchquert Bernhausen von West nach Ost und mündet bei Denkendorf in die Körsch. In den 1950er und 1960er wurde das Bachbett begradigt, der Bach floss in Betonschalen. Zwischenzeitlich wurde der Bach renaturiert und eine natürliche Bepflanzung des Ufers vorgenommen. Der Fleinsbach sorgte für Wasser im Freibad Bernhausen, betrieb die Klinkermühle und ein Sägewerk, war aber auch Namensgeber für die Realschule, das Stadion oder das Alten- und Gemeinwesenzentrum. Diese kleine, ca. 3 km lange Wanderung geht auf lokale und naturkundliche Aspekte dieses Baches ein.

1037

Mi, 25.6., 17–18:30 Uhr

Treff: beim Regenrückhaltebecken bei der Carl-Benz-Straße, gebührenfrei, ohne Anmeldung



Foto: Garten Hohenheim

Quelle: Bettina Spitzenberger

Zu Besuch bei der Staatsschule für Gartenbau in Hohenheim

Dr. Michael Ernst

Die Staatsschule für Gartenbau Stuttgart-Hohenheim (SfG) blickt auf eine lange Tradition zurück. 1780 von Herzog Carl Eugen gegründet, war sie die erste Gartenbauschule in Deutschland. In ihrer über 200-jährigen Geschichte hat sie maßgeblich dazu beigetragen, die Ernährungssituation in Württemberg stark zu verbessern. Hier werden umfangreiche Versuche zu gartenbaulichen Fragestellungen im Freiland und in Gewächshäusern durchgeführt, dabei wird eng mit anderen Forschungseinrichtungen auf nationaler und internationaler Ebene zusammengearbeitet.

Dr. Michael Ernst, der Leiter der Staatlichen Fachschule für Gartenbau, führt uns durch die Gärten und Anlagen in Hohenheim und wir lernen dabei die vielfältigen Aufgaben der Staatsschule kennen.

Im Versuchsbetrieb im Freiland sehen wir, was angebaut wird und erfahren, dass die Versuchstätigkeiten genauestens dokumentiert werden, um Schlussfolgerungen für Lehre und Forschung daraus ziehen zu können.

Das Versuchswesen umfasst beinahe das gesamte gärtnerische Spektrum vom Zierpflanzen-

Karl-Schubert-Werkstätten



Einkaufsvor Ort!

Werkstattladen
Kurze Straße 31, Filderstadt

Café-Lädle
Bonländer Hauptstr. 31, Filderstadt

Öffnungszeiten/Infos: www.lsg-ev.eu
Produktauswahl: shop.lsg-ev.eu
Folgt uns: [Instagram](#) [Facebook](#)

bau über den Anbau von Gemüse, die Staudengärtnerei, die Baumschule sowie den Garten- und Landschaftsbau.

Tauchen Sie ein in die Welt der Sorten und der Gärten!

1038

Fr, 27.6., 15:30–17 Uhr

Treff: 70599 Stuttgart-Plieningen, Filderhauptstr. 171, Eingang € 5

Natur und Kultur – Der Esslinger Ebershaldenfriedhof

Ein Ort der Vielfalt

Simone Paffrath, Biologin

Der Esslinger Ebershaldenfriedhof wurde 1843 eröffnet und birgt nicht nur Grabstätten aus über 180 Jahren, sondern er ist mit seinem stattlichen alten Baumbestand die grüne Lunge Esslingens und Lebensraum für zahlreiche Lebewesen.

Bei diesem Rundgang geht es um die Geschichte und Entwicklung des Friedhofs und der Bestattungskultur im Wandel der Zeiten, um die Bedeutung des Friedhofs als Rückzugs- und Erholungsraum für Mensch und Tier und um das Leben und Wirken besonderer Menschen, die in Esslingen ihre Spuren hinterlassen haben.

1039

Fr, 27.6., 16:30–18 Uhr

Esslingen, Landenbergerstr. 50, am Brunnen vor dem Haupteingang
€ 8 (€ 7,20)



Quelle: Bettina Spitzenberger

Veranstaltung in Kooperation
mit der vhs Leinfelden-Echterdingen

Alternativer Stadtrundgang

Tipps und Tricks für den nachhaltigen
Stadtbummel in Stuttgart

Stephanie Haschka

Wie kann es sein, dass ein Pulli weniger kostet als ein Netflix Abo? Wo komme ich kostenlos in schöner Atmosphäre zu einem Mittagssnack – und dazu noch nachhaltig? Und wie komme ich dorthin, wenn ich den Autoverkehr satt habe? Entdecken Sie auf dieser nachhaltigen Stadttour durch Stuttgart-West alternative Unverpackt Läden, Kleidertausch- und Foodsharing-Modelle und verändern Sie Ihren Blick auf die Stadt!

1040

Sa, 28.6., 11–13:15 Uhr
Treffpunkt: Stuttgart, EnBW Ladestation für eBike Schuko, Feuerseeplatz 14/4 (Aufgang S-Bahn Haltestelle Feuersee), Endpunkt: Stuttgart, U-Bahnhaltestelle U4 „Hölderlinplatz“, € 14

In Kooperation mit dem Referat für Wirtschaft und Marketing

Sightseeingtour – Mit dem Doppeldeckerbus durch Filderstadt

Mit Oberbürgermeister Christoph Traub und dem Stadtarchivar Nikolaus Back

Unter dem Motto „Von der Tradition in die Zukunft“ begleitet Oberbürgermeister Christoph Traub am Sonntag, den 29. Juni 2025 die Stadtrundfahrt durch Filderstadt. Die Teilnehmenden erhalten Einblicke in die Sehenswürdigkeiten aller Stadtteile und lernen Wissenswertes über zukünftige Entwicklungen der Stadt. Die Rundfahrt mit dem Doppeldeckerbus bietet für jeden spannende Geschichten und Informationen.

1041

So, 29.6., 14:30–17:30 Uhr
Treff: Bernhausen, Dr.-Peter-Bümlein-Platz
€ 12 Erwachsene, Kinder bis 14 Jahren 5 €



Quelle: Stadtmarketing Stuttgart GmbH

Hafenrundgang über das Stuttgarter Hafengelände

Eine nicht-alltägliche Besichtigung!

Reiner Timter

Wie? Sie kennen den Stuttgarter Industriehafen am Neckar nicht? Dann wird es aber Zeit! Schließlich hat der Hafen Stuttgart für die industrielle Wertschöpfung in der Region eine zentrale Funktion. Hier werden Massen- und Stückgüter, Container, Wechselbehälter und Sattelanhänger umgeschlagen und zwischengelagert. Die angesiedelten Betriebe vernetzen auf rund 100 Hektar Fläche Zulieferunternehmen mit produzierender Industrie. Dabei wird der Hafen Stuttgart den un-

terschiedlichen Ansprüchen der Logistiker*innen immer wieder gerecht. Eine zunehmende Bedeutung hat die „Containerisierung“ in der Logistik und Speditionsbranche. Der Containerumschlag nimmt mittlerweile fast ein Viertel des gesamten Hafengebietes ein, Tendenz steigend.

Unser Tipp: Bei diesem Besuch unbedingt eine Kamera mitnehmen! Das Hafenumgebung mit meterhohen Schrotbergen, Containertürmen und schwergewichtigen Verladekränen bietet eine Vielzahl hervorragender Fotomotive.

Bitte feste Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung tragen.

1042

Sa, 5.7., 14–16 Uhr
Treff: Hafen Stuttgart GmbH, Am Westkai 9a
€ 18

Hegel – der Weltgeist, in Stuttgart geboren!

Stadtführung zu den Lebensstationen des Philosophen Hegel mit Verkostung

Bernd Möbs, Stadtführer

Wer kennt ihn nicht, Georg Wilhelm Friedrich Hegel, den großen Philosophen des deutschen Idealismus? In Stuttgart verbrachte er seine Kindheit und Jugend. Die Hauptstadt des Herzogtums Württemberg war damals eine kleine, rückständige Residenz mit Misthaufen, Schweinen und Ziegen auf der Königstraße. Hier lernte er am ehrwürdigen „Gymnasium illustre“ Griechisch und Latein. In der herzoglichen Bibliothek betrieb er weitere Studien, die er beim Anschauen schöner Mädchen in den Konzertsälen abrundete. Aus seinen Tagebucheinträgen und Briefen erfahren wir, wie er sich als junger Mann mit klugen Bemerkungen über Gott und die Welt hervortat. Seine Zeitgenossen und Freunde Hölderlin und Schelling kommen zu Wort, aber auch die großen Geister Goethe und Schiller äußern sich zu Hegel.

Zum Abschluss verkosten wir ein Glas der Rebsorte „Hegel“ (Besuch des Hegelmuseums möglich)

1043

Sa, 12.7., 12–14 Uhr
Treffpunkt: Stuttgart, Hegel-Haus Stuttgart, Eberhardstraße 53, Nähe Stadtbahn-Haltestelle Rathaus, Nähe S-Bahnhaltestelle Stadtmittre
€ 25,50 (€ 23), inkl. 1 Glas Wein

Philosophischer Spaziergang: Fernweh und Heimweh

Johanna Kosch

„Wo geh'n wir denn hin? – Immer nach Hause.“ – Novalis

Auf unserem gemeinsamen Spaziergang zum Uhlbergturn stellen wir uns die Frage nach dem Unterschied zwischen Fernweh und Heimweh, welche unmittelbar mit der Frage nach der Heimat verbunden ist.

1403

Sa, 5.4., 14–15:30 Uhr
Treffpunkt: Wanderparkplatz Uhlbergturn, Waldenbucher Str., 70794 Filderstadt
€ 18 (€ 16,20)

In Kooperation mit DENK-ZEICHEN e.V. Esslingen

Neue Stolpersteine in Esslingen

Ein Streifzug durch das jüdische Esslingen

Gerhard Voß, Denk-Zeichen e.V.

Bei einem „Streifzug durch das jüdische Esslingen“ begegnen wir elf neu verlegten Stolpersteine und einigen besonderen Opfer-Biografien. Außerdem besuchen wir den alten jüdischen Friedhof in der Beutauvorstadt. Männliche Besucher benötigen dort eine Kopfbedeckung.

1404

So, 11.5., 14:30–16 Uhr
Treffpunkt: Stadtmarketing Esslingen
€ 8

Eine vhs3 Kooperation der Volkshochschulen Filderstadt, Leinfelden-Echterdingen, Ostfildern

17. Lange Filder-Nacht

Auf den Fildern gibt es viel zu sehen und zu erleben.

Die drei Filder-Volkshochschulen laden deshalb zur siebzehnten Langen Filder-Nacht ein. Eine Nacht lang fahren wir Sie im bequemen Bus kreuz und quer über die Filderebene. Lehnen Sie sich zurück und genießen Sie einen Abend voller Überraschungen!

Wir führen Sie sicher zu unbekanntem Orten und unterschiedlichsten Einrichtungen, die zu später Stunde ihre Türen nur für uns öffnen. Ein Team der drei Volkshochschulen begleitet Sie auf Ihrer Fahrt durch die Nacht. Herzlich willkommen!

Start und Ziel: in Leinfelden-Echterdingen

Den genauen Treffpunkt erfahren Sie ca. zwei Wochen vor dem Veranstaltungstermin.

Mit Anmeldung, kein Rücktritt von der Veranstaltung möglich!

1055, Bus 1

Fr, 4.7., 18–23:30 Uhr
Leinfelden-Echterdingen
€ 39, keine Ermäßigung möglich

1056, Bus 2

Fr, 4.7., 18:45–0:15 Uhr
Leinfelden-Echterdingen
€ 39, keine Ermäßigung möglich

vhs

Die vhs Filderstadt sucht fortlaufend neue Kursleitungen für bestehende und gerne auch für neue Angebote.

Dozent*innen für alle Fachbereiche gesucht!

Melden Sie sich bei uns:
vhs@filderstadt.de

Sprachen – Lesungen – Führungen – Gesundheit – EDV – Verbraucherbildung und vieles mehr – egal ob im aktiven Ruhestand, nebenberuflich, Studierende ...

Wir freuen uns auf Sie, Ihre Angebote, Ihre Ideen und Ihre Begeisterung. Werden Sie Dozent*in in einem engagierten Team!

FILDERSTADT

ANGEBOTE UNSERER MUSIKSCHULE FILUM



Freitag, 7. Februar 2025, 19–ca. 21 Uhr

Fortbildung MusikergesundheitThema Prävention
Konzertsaal FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Samstag, 8. Februar 2025, 16–ca. 17:30 Uhr

Uraufführung„Der arme Bratscher Hieronymus und die silberne Gauklerin“
Text: Stefan Ark Nietzsche, Musik: Wilfried Hiller
Konzertsaal FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Mittwoch, 12. Februar 2025, 17:30–18:45 Uhr und 19–21 Uhr

OPEN STAGE„Spot on“ – Kreative Musikbeiträge von Schüler*innen der Musikschule Filderstadt
Konzertsaal FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Samstag/Sonntag, 15./16. Februar 2025, jeweils um 17–ca. 18:30 Uhr

Jahreskonzerte I+II PercussionKonzertsaal FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Samstag, 22. März 2025, 13 Uhr, 15 Uhr, 17 Uhr (jeweils ca. 1,5 Stunden)

Prüfungskonzerte der TalentakademieKonzertsaal im FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Freitag, 28. März 2025, 17:30–19:30 Uhr

Fachbereichskonzert GesangKonzertsaal im FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Samstag, 29. März 2025, 11:15–ca. 12:30 Uhr

Schüler*innen der Musikschule Filderstadt spielen ihre Beiträge für den Wettbewerb„Jugend musiziert“
Konzertsaal im FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Sonntag, 30. März 2025, 11:15–ca. 12:30 Uhr

Schüler*innen der Musikschule Filderstadt spielen ihre Beiträge für den Wettbewerb„Jugend musiziert“
Konzertsaal im FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Mittwoch, 9. April 2025, 17:30–18:45 Uhr und 19–21 Uhr

OPEN STAGE„Spot on“ – Kreative Musikbeiträge von Schüler*innen der Musikschule Filderstadt
Konzertsaal FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Sonntag, 11. Mai 2025, 16–ca. 17:30 Uhr

Salonorchesterkonzert„Tanzkonzert“
Konzertsaal im FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Sonntag, 11. Mai 2025, 18–ca. 20:30 Uhr

„Rhythm & Swing“Konzert des Fachbereichs Jazz/Rock/Pop
Alte Mühle, Filderstadt-Bonlanden
keine Anmeldung nötig

Mittwoch, 14. Mai 2025, 17:30–18:45 Uhr und 19–21 Uhr

OPEN STAGE„Spot on“ – Kreative Musikbeiträge von Schüler*innen der Musikschule Filderstadt
Konzertsaal FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Samstag, 17. Mai 2025, 18–ca. 19:30 Uhr

OrchesterkonzertKonzertsaal im FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Samstag, 28. Juni 2025, 11:15–ca. 12:45 Uhr, 13–ca. 14:30 Uhr

Prüfungskonzerte TalentakademieKonzertsaal FILUM
gebührenfrei / keine Anmeldung nötig

Samstag, 28. Juni 2025, 17–ca. 18:30 Uhr

Innovative KammermusikVivaldi & Wein
Konzertsaal im FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Sonntag, 29. Juni 2025, 11:15–ca. 13 Uhr

MatineeKonzert des Fachbereichs Streicher
Konzertsaal im FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Samstag, 5. Juli 2025, Abendveranstaltung (Uhrzeit wird noch bekanntgegeben)

Sparda Klassik Open Air des Staatsorchesters StuttgartSpecial Guest „SingGrund“ (Singende Grundschulen Filderstadt)
Freilichtbühne Killesberg
Abendkasse/keine Anmeldung nötig

Sonntag, 6. Juli 2025, 17–ca. 18:30 Uhr

Saitenspiel XXVIFachbereich Gitarre
Konzertsaal im FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Dienstag, 8. Juli 2025, 10–ca. 12 Uhr

Großes Schulsingen der SchulchöreFILharmonie
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Mittwoch, 9. Juli 2025, 16–ca. 17 Uhr

Lioncelli – das Ensemble für Alte MusikSommerkonzert im Café FILUM
Foyer/ Café FILUM
gebührenfrei/keine Anmeldung nötig

Samstag, 26. Juli 2025, 13 Uhr, 15 Uhr, 17 Uhr, jeweils ca. 1,5 Stunden

Abschlusskonzerte der Talentakademie mitEhrung der Preisträger*innen (Konzert um 17 Uhr)
Konzertsaal im FILUM
gebührenfrei / keine Anmeldung nötig**Save the date!**Festwoche 50 Jahre Musikschule Filderstadt
Samstag, 18. Oktober 2025 bis Samstag, 25. Oktober 2025



In Kooperation mit dem Referat für Wirtschaft und Marketing

18. Filderstädter Mondscheinwanderung

Startzeit 18–19:30 Uhr

Beginn der Führung für die 13 km Runde:
18:30 Uhr

Beginn der Führung für die 7 km Runde: 19 Uhr
Das Fildorado ist an diesem Tag bis 1 Uhr geöffnet.

Nachts wandern und ins Fildorado gehen? Das ist bei der 18. Filderstädter Mondscheinwanderung möglich! Start ist beim Fildorado, danach geht es entweder eine 7 km lange oder eine 13 km lange Runde über Rad- und Wanderwege, teilweise auch Wald- und Feldwege, durch Filderstadt und den Schönbuch, vorbei am Fratzweg, Uhlbergturm und Bombachtal. Die Wege sind ausgeschildert. Sie können die Route entweder eigenständig bestreiten oder an einer geführten Wanderung teilnehmen. Der Uhlbergturm-Kiosk und die Kelter sind bewirtet und laden ein, Pause zu machen und etwas zu trinken oder zu essen. An verschiedenen Stellen auf der Route befinden sich Stempelstellen. Wenn alle Stempelstellen abgewandert wurden, gilt die ausgefüllte Stempelkarte als Eintrittskarte für das Fildorado. Ab einer Gruppengröße von sieben Personen können Sie sich auch als Team anmelden und erhalten vergünstigte Tickets. Die drei größten Gruppen erhalten einen Pokal, die größte Gruppe zusätzlich einen Wanderpokal.

Mineralwasser und Filderstädter Apfelsaft wird kostenlos an den Streckenposten ausgegeben.

Anmeldeschluss Freitag, 5.9., 12 Uhr – danach Abendkasse möglich.

Zur Vermeidung von Plastikabfall bitten wir die Teilnehmer*innen, ihren eigenen wiederverwertbaren Becher mitzubringen.

1057 Einzelpersonen

Sa, ab 6.9., 18–1 Uhr

Treff: Fildorado Bonlanden

€ 5 pro Erwachsener, Kinder und Jugendliche € 3

1058 Gruppen ab 7 Personen

Sa, ab 6.9., 18–1 Uhr,

Treff: Fildorado Bonlanden

€ 4 pro Erwachsener, Kinder und Jugendliche € 2
Bitte Gruppennamen bei der Anmeldung angeben
(online im Feld Bemerkungen)

In Kooperation mit dem Stadt seniorenrat
Filderstadt und mit Unterstützung der Bürger-
stiftung Filderstadt

Hochschule 50+ Mobilität



„3. Hochschule 50+“,
Thema: Mobilität



Die Hochschule 50+ geht in die dritte Runde und widmet sich dieses Mal dem Thema Mobilität – mit Schwerpunkt Mobilität im Alter.

Tag 1: Mittwoch 2.4.

9 Uhr Start mit Brezel im Bürgerzentrum Bernhausen

Wir laden Sie herzlich zu unserem Vortragstag „Mobilität der Zukunft“ ein! Erfahren Sie mehr über innovative Konzepte und Entwicklungen, die besonders die Bedürfnisse älterer Menschen berücksichtigen. Themen des Tages umfassen die Mobilität der Zukunft in Filderstadt und die Mobili-

tät im Alter. Gemeinsam beleuchten wir, wie Mobilität für alle zugänglich und nachhaltig gestaltet werden kann.

Tag 2: Freitag 24.4.

Am zweiten Tag besuchen wir die i-Mobility Messe 2025 in Stuttgart, wo Sie die neuesten Technologien und Lösungen im Bereich der Mobilität live erleben können.

Das genaue Rahmenprogramm der Messe stand zur Drucklegung noch nicht fest – wir werden aber ein interessantes Programm für den Messebesuch zusammenstellen.

Treffpunkt im Foyer der Messe – die genaue Uhrzeit geben wir noch bekannt – Haupteingang. Messtickets erhalten Sie an Tag 1, diese berechnen auch zur Nutzung des vvs bis zur Messe.

Seien Sie dabei und gestalten Sie die Zukunft der Mobilität mit!

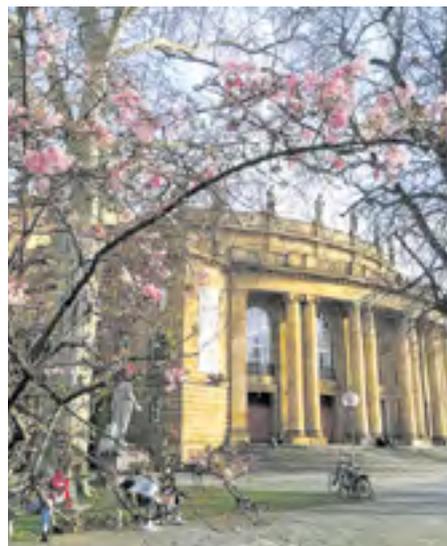
1060

Mi, 2.4., 9–16 Uhr

Fr, 25.4., 9–16 Uhr

Bürgerzentrum, großer Saal
€ 50

BALLETT / THEATER / MUSIK



Quelle: Bettina Spitzenberger

Besichtigung des Opern- hauses und Besuch der Oper ‚La Fest‘

Oper als barocke Feier des Lebens
von und mit Eric Gauthier

Der Stuttgarter Choreograf und Tänzer Eric Gauthier debütiert als Regisseur an der Staatsoper Stuttgart. Seine Inszenierung ‚La Fest‘ ist ein großes Spektakel mit Arien und Tänzen des Barock. Mit Musik von Händel, Rameau, Vivaldi und vielen anderen erwartet das Publikum ein furioser Abend.

Feste sind Ausnahmezustände und verwandeln den Alltag. Die Oper hatte schon bei ihrer Geburt eine Liaison mit dem Feiern. Weil die einst exklusive Festmusik heute aber allen gehört, laden wir Sie ein, mit uns zu einem Fest zusammenzukommen. Eric Gauthier erkundet in seiner ersten Musiktheaterarbeit, warum und wie Menschen feiern.

Gemeinsam mit Sänger*innen, Tänzer*innen, Chor und Orchester durchreist das Publikum die Feste eines Lebens. Auf der Playlist: zwei Jahrhunderte Vokal- und Tanzmusik, darunter unerhörte Raritäten.

After-Show-Lounge: Nach jeder Vorstellung von La Fest findet im Opernhaus eine After-Show-Lounge mit DJ in entspannter Atmosphäre statt. Die Bars sind geöffnet.

Kein Rücktritt von der Buchung möglich! Abholung der Eintrittskarten vorab in der Geschäftsstelle der vhs.

1061

Sa, 22.2., 16–21:30 Uhr

Treffpunkt: Freitreppe am Opernhaus Stuttgart

Preis je nach Kartenkategorie

Besichtigung des Opern- hauses und des Ballett- abends ‚Anna Karenina‘

Leo Tolstois Anna Karenina zählt zu den großen Gesellschaftsromanen der Weltliteratur. John Neumeier, zu dessen Spezialitäten Handlungsballette nach literarischer Vorlage gehören, war zutiefst fasziniert von diesem komplexen Werk. Neumeier hat seine eigene Interpretation geschaffen, in der er die Handlung auf das Wesentliche herunterbricht und Tolstois Stoff aus dem 19. Jahrhundert in die Gegenwart bringt.

Zu Musik von Peter Tschaikowsky, Alfred Schnittke und Cat Stevens/Yusuf Islam lässt John Neumeier – inspiriert von Tolstois Vorlage – ein modernes Gesellschaftsportrait auf der Bühne entstehen. Mit Anna Karenina als stolzer Frau im Zentrum hat der Choreograph ein weiteres Handlungsballett geschaffen, das eine starke weibliche Stimme in den Vordergrund rückt und über gesellschaftliche Rollen nachdenken lässt – ähnlich wie er es bereits bei seinem Meisterwerk ‚Die Kameliendame‘ getan hat.

John Neumeier ist eine Institution. Nach choreographischen Anfängen beim Stuttgarter Ballett hat er mehr als 50 Jahre lang das Hamburg Ballett geleitet. Mit der Stuttgarter Erstaufführung von Anna Karenina kehrt er zurück zu seinen Anfängen in Stuttgart.

Kein Rücktritt von der Buchung möglich!
Abholung der Eintrittskarten vorab in der Geschäftsstelle der vhs.

1062

Sa, 17.5., 16–22 Uhr

Treffpunkt: Freitreppe am Opernhaus Stuttgart

Preis je nach Kartenkategorie

Altes Schauspielhaus: Blick hinter die Kulissen und Besuch des Theater- stücks ‚Die Mausefalle‘

Annette Weinmann, Schauspielbühnen Stuttgart

Das Alte Schauspielhaus – das zweitälteste Theatergebäude Stuttgarts – öffnet seine Türen und lässt Sie hinter die Kulissen blicken. Sie bekommen einen Einblick in die Produktionsabläufe und Hintergründe der Theaterarbeit. Von 16:30 bis 18 Uhr führen wir Sie in die Garderoben, die Maske, den Fundus und natürlich über die Bühne – so können Sie die „Bretter, die die Welt bedeuten“ wirklich einmal ganz aus der Nähe sehen.

Die Dramaturgin am Alten Schauspielhaus informiert Sie außerdem über die abwechslungsreiche Geschichte des Hauses und gibt eine kurze Einführung in die Veranstaltung.

Am Abend (20 Uhr) kommt das erfolgreichste Kriminalstück der Welt auf die Bühne des Alten Schauspielhauses! Agatha Christies Kult-Krimi hält seit über 70 Jahren sein Publikum in Atem. England in den 1950er Jahren. Am selben Tag, als in London eine Frau brutal ermordet wird, eröffnen Mollie und Giles Ralston auf dem Lande ihre kleine Pension Monkswell Manor. Aufgeregt erwarten sie ihre ersten Gäste, die während eines starken Schneesturms eintreffen. Auch der junge Sergeant Trotter kämpft sich nach Monkswell Manor durch, denn die Polizei vermutet, dass sich der flüchtige Londoner Mörder unter den Anwesenden befindet. Das Haus ist bald komplett von der Außenwelt abgeschnitten, die Gäste sitzen in der Falle und jeder verdächtigt jeden. Dann geschieht ein weiterer Mord – nur: wer ist der Täter?

Das legendäre Katz- und Mausspiel steht seit 1952 im Londoner Westend auf dem Spielplan – nur von der Covid-19-Pandemie für ein gutes Jahr unterbrochen.

Bitte beachten Sie, dass nur ein kleines Kartenkontingent zur Verfügung steht!

Kein Rücktritt von der Buchung möglich!

1063

Di, 1.4., 16:20–22:30 Uhr

Treffpunkt: Im Foyer des Alten Schauspielhauses Stuttgart, Altes Schauspielhaus, Kleine Königstraße 9
€ 29

Westafrikanische Percussion – „Djembé“

Für Einsteiger*innen

Ursula Branscheid-Kouyaté

Die Djembé erfreut sich seit den 1990er-Jahren großer Beliebtheit – nicht zuletzt wegen der recht schnellen Erfolgsergebnisse und der faszinierenden Power, die das Instrument in sich birgt. Wir werden uns zunächst mit den Schlagtechniken und der Koordination der Hände



Foto: Ursula Branscheid-Kouyaté

befassen, dann spielen wir Original-Rhythmen aus Westafrika, die zusammen ein verflechtes Gesamtbild ergeben. Aufnahmen aus Afrika hören wir uns gemeinsam an, Informationen zur Musikpraxis in Westafrika runden das Bild ab. Dabei sorgen Einlagen der beiden Dozent*innen immer wieder für afrikanisches Feeling.

Djembes können gegen € 5 ausgeliehen werden.

Bitte bei der Anmeldung unbedingt angeben!

1064

So, 30.3., 13–18 Uhr
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 35 (€ 31,50)

KUNSTGESCHICHTE

Der Grundkurs bietet eine Einführung in die Kunst des Barocks in vier Teilen, aufgeteilt nach den Gattungen Architektur, Skulptur und Malerei und den erweiterten geistesgeschichtlichen Horizont.

Zwei Kurstermine im Seminarraum werden von jeweils einer Exkursion begleitet.

Bei Teilnahme an allen zwei Seminarterminen der Themen 1–3 plus Exkursion beträgt die Kursgebühr € 75 statt € 80.

An allen Seminarterminen in Plattenhardt kann alternativ auch online teilgenommen werden.

Grundkurs Kunstgeschichte. Die Epochen: Barock

Teil 1: Das Theater der Welt. Der Barock in Europa

Andreas Pinczewski

Im Zeitalter des Barocks verändert sich Europa radikal. Glaubens- und Eroberungskriege führen zu einer neuen politischen Landschaft und der Absolutismus wird zum bestimmenden Faktor. Gleichzeitig erleben die Künste eine bisher nie dagewesene Blüte. Zum Ruhme der Herrscher und Konfessionen entstehen gigantische Residenzen, Klöster und Kirchen, und die Malerei, Skulptur, Musik und Literatur feiern den Prunk und das üppige Leben, während gleichzeitig der 30jährige Krieg ganze Landstriche verwüstet. Der Barock ist eine gespaltene Epoche, eine aufregende Epoche und die Epoche, in der die Kunst zur staatstragenden Einrichtung wird.

1065

Mi, 23.4., 17:30–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 15

1066

Mi, 30.4., 17:30–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 15

1067

Sa, 3.5., 8:30–19 Uhr
Heidelberg, € 50, zzgl. ÖPNV und Eintritte

Grundkurs Kunstgeschichte. Die Epochen: Barock

Teil 2: Der Staat bin ich. Architektur.

Andreas Pinczewski

Während die Renaissance den Menschen als das Maß aller Dinge reklamiert, steht im Barock nur eine Instanz im Mittelpunkt: Gott und seine Vertreter auf Erden – die Monarchen und Kirchenfürsten. Seinen architektonischen Ausdruck findet dieser Absolutismus in den Residenzen dieser Fürsten, dem Gigantismus der Kirchen und Klöster und der Neuordnung der Städte, die jetzt urbanistischen Generalplänen unterworfen werden. Selbst die Natur wird dann in den groß angelegten Parkanlagen diesem Gestaltungswillen unterworfen. Seinen Anfang findet diese Entwicklung im Rom der Päpste, seine Blüte im Versailles Ludwigs XIV. und seine Vollendung in der Bauwelt der deutschen Kleinstaaten.

1068

Mi, 21.5., 17:30–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 15

1069

Mi, 28.5., 17:30–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 15

1070

Sa, 31.5., 8:30–19 Uhr
Würzburg, € 50, zzgl. ÖPNV und Eintritte

Grundkurs Kunstgeschichte. Die Epochen: Barock

Teil 3: Offene Form. Plastik.

Andreas Pinczewski

Im Barock verschwinden die Grenzen der einzelnen Kunstgattungen zugunsten eines ganzheitlichen Eindrucks. Für die Plastik bedeutet das ein Aufgeben der tektonischen Logik. Sie beginnt zu schweben und zu leben – sie wird „malerisch“.

Bereits mit Bernini wird dieses neue bildhauerische Potential voll ausgeschöpft, das dann im Rokoko in eine flirrende Nervosität überführt wird, die erst gegen Ende des 18. Jahrhunderts in der frühklassizistischen Empfindsamkeit wieder zur Ruhe kommt.

1071

Mi, 11.6., 17:30–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 15

1072

Mi, 18.6., 17:30–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 15

1073

Sa, 28.6., 8:30–19 Uhr
München, € 50, zzgl. ÖPNV und Eintritte

Grundkurs Kunstgeschichte. Die Epochen: Barock

Teil 4: Illusion und Pathos. Malerei.

Andreas Pinczewski

Der Barock gilt als die malerische Epoche schlechthin. Licht und Schatten, bewegte Dynamik und das Spiel mit Illusion und Emotion trägt sich von der Leinwand in die Architektur und die Plastik, so dass die Malerei das verbindende Glied zwischen allen Gattungen wird.

Jetzt entstehen auch die riesigen Kunstsammlungen der Fürsten, die Kunstakademien und ein Kunstpublikum, das beständig nach neuen Gattungen und Spektakeln sucht. Es entsteht ein regelrechter Hunger nach Bildern, so dass sich die Gesellschaft fast selbst schon als die bloße Staffage in einem weltumfassenden Gemälde begreift.

1074

Mi, 9.7., 17:30–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 15

1075

Mi, 16.7., 17:30–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24, € 15

1076

Sa, 19.7., 8:30–19 Uhr
München, € 50, zzgl. ÖPNV und Eintritte

ANGEBOTE DER STÄDT. GALERIE, DES FILDERSTADTMUSEUMS UND DES SERIGRAFIE- MUSEUMS

Eberhard Freudenreich

FILTRA
kultiv. zeigen kunst

Ausstellung in der Städtischen Galerie
Bonlanden

Vernissage am 23.2. um 11:15 Uhr

1100

23.2. bis 23.3.

Bonlanden, Städtische Galerie, Bonländer Haupt-
str. 32/1, gebührenfrei

Ausstellung der Kunst- schule Filderstadt

50
Jubiläum

In der Städtischen Galerie Bonlanden

Vernissage am 30.3. um 11:15 Uhr

1101

30.3. bis 27.4.

Bonlanden, Städtische Galerie,
Bonländer Hauptstr. 32/1, gebührenfrei

Albrecht A. Bopp und Josef Nadj

FILTRA
kultiv. zeigen kunst

Ausstellung in der Städtischen Galerie
Bonlanden

Vernissage am 4.5. um 11:15 Uhr

1102

4.5. bis 1.6.

Bonlanden, Städtische Galerie,
Bonländer Hauptstr. 32/1, gebührenfrei

Helmut Anton Zirkelbach und Jochen Warth

FILTRA
kultiv. zeigen kunst

Ausstellung in der Städtischen Galerie
Bonlanden

Vernissage am 15.6. um 11:15 Uhr

1103

15.6. bis 13.7.

Bonlanden, Städtische Galerie,
Bonländer Hauptstr. 32/1, gebührenfrei

Ausstellung der Kunst- schule Filderstadt

50
Jubiläum

In der Städtischen Galerie Bonlanden

Vernissage am 20.7. um 11:15 Uhr

1104

20.7. bis 17.8.

Bonlanden, Städtische Galerie,
Bonländer Hauptstr. 32/1, gebührenfrei

German International Photocup

Ausstellung in der Städtischen Galerie
Bonlanden

Vernissage am 24.8. um 11:15 Uhr

1106

24.8. bis 21.9.

Bonlanden, Städtische Galerie,
Bonländer Hauptstr. 32/1, gebührenfrei

Ausstellungseröffnung ,Osterhase, Ei und Henne‘

Ausstellungseröffnung mit Erster Bürgermeister
Falk-Udo Beck

Im Anschluss besteht die Möglichkeit zur Be-
sichtigung der Sonderausstellung im
FilderStadtMuseum (Klingenstr. 19)

1107

Fr, 28.3., 18–20 Uhr

Bonlanden, Städtische Galerie,
Bonländer Hauptstr. 32/1, gebührenfrei

Osterhase, Ei und Henne. Sammlung Sylvia Schmon

Sonderausstellung im FilderStadtMuseum

Das Osterfest erle-
ben, wie es früher
einmal war. In der
Sonderausstellung
des FilderStadtMuse-
ums können die
Besucher*innen eine
kleine Zeitreise durch
150 Jahre Oster-
brauchtum unterneh-
men und die Samm-
lung von Sylvia
Schmon entdecken.



Quelle:
FilderStadtMuseum

Die Sammlung besteht aus mehr als 1000 Objek-
ten und zeigt, wie nahe oft Kitsch, Kultur, Kom-
merz, Brauchtum und Glauben beim Osterfest
beieinanderliegen. Zu sehen sind unter anderem
Osterhasen, Eier, Spiele, Kinderbücher, farben-
frohe Ostergrüße, Meister Lampe auf Feldpost-
karten oder als Werbeträger auf Plakaten.

Nach der pandemiebedingten Schließung im Jahr
2020 ist die Ausstellung nun wieder im Filder-
StadtMuseum zu sehen und lädt dazu ein, die viel-
fältigen Facetten des Osterfestes zu erkunden.

1108

jeweils So, ab 30.3.–4.5., 13–17 Uhr, 6 x
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei

Osterhase, Ei und Henne. Führung mit der Sammlerin Sylvia Schmon

Sonderausstellung im FilderStadtMuseum

Unternehmen Sie eine faszinierende Zeitreise
durch 150 Jahre Osterbrauchtum im FilderStadt-
Museum! Entdecken Sie die beeindruckende
Sammlung von Sylvia Schmon. Die Sammlerin
persönlich präsentiert ihre schönsten Ausstel-
lungsstücke.

Sylvia Schmon ist eine leidenschaftliche Samm-
lerin und Ausstellerin von kulturhistorischen
Objekten, insbesondere rund um die Themen
Weihnachten und Ostern. Ihre Sammlungen
umfassen eine beeindruckende Vielfalt an Expo-
naten, welche die Entwicklung und die kulturellen
Aspekte dieser Feste über die Jahrhunderte hinweg
zeigen.

1109

So, 30.3., 15–15:45 Uhr

Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei

1110

So, 13.4., 15–15:45 Uhr

Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei

Frühlingsbasteln

Im Rahmen der Sonderausstellung
,Osterhase, Ei und Henne‘
im FilderStadtMuseum

Der Frühling steht vor
der Tür und das
FilderStadtMuseum
lädt zu einem kreati-
ven Bastelnachmittag
ein! Gemeinsam
wollen wir den Früh-
ling begrüßen und
wunderschöne Deko-
rationen zaubern.

Freuen Sie sich auf
kreative Bastelideen,
bei denen wir aus
einfachen Kaffee-
filtern farbenfrohe

Blumen und Schmetterlinge gestalten. Verbringen
Sie einen schönen Nachmittag in geselliger Runde
und genießen Sie die Gemeinschaft und den krea-
tiven Bastelspaß. Alle benötigten Materialien
werden vom FilderStadtMuseum gestellt.

Egal ob jung oder alt, Anfänger*in oder Bastel-
profi – jede*r ist willkommen!

1111

So, 30.3., zwischen 13:30 und 16:30 Uhr kann
nach Herzenslust gebastelt werden
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Backhäuschen,
Klingenstr. 19
gebührenfrei

1112

So, 27.4., zwischen 13:30 und 16:30 Uhr kann
nach Herzenslust gebastelt werden
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Backhäuschen,
Klingenstr. 19
gebührenfrei

Alles rund ums Ei: Ostereier bemalen

Im Rahmen der Sonderausstellung
,Osterhase, Ei und Henne‘
im FilderStadtMuseum

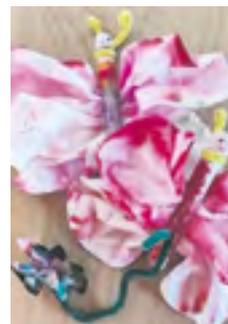
Erleben Sie einen kreativen Nachmittag im
FilderStadtMuseum rund ums Ei! Bei dieser Ver-
anstaltung können Kinder und Erwachsene ihrer
Fantasie freien Lauf lassen und wunderschöne
Ostereier gestalten.

Lernen Sie verschiedene Techniken des Eier-
bemalens kennen und erfahren Sie spannende
Hintergründe über die Tradition des Ostereier-
verzierens. Ob klassisch oder modern, bunt oder
einfarbig – der Kreativität sind keine Grenzen ge-
setzt! Die Veranstaltung bietet eine wunderbare
Gelegenheit, gemeinsam mit Familie und Freun-
den kreativ zu werden und sich auf das Osterfest
einzustimmen. Und natürlich dürfen die selbst ge-
stalteten Kunstwerke mit nach Hause genommen
werden.

1113

So, 6.4., zwischen 13:30 und 16:30 Uhr kann nach
Herzenslust gebastelt werden.

Bonlanden, FilderStadtMuseum, Backhäuschen;
Klingenstr. 19
gebührenfrei, es fallen Materialkosten an



Bunte Schmetterlinge,
Foto: Romy Heyner

Ostereiersuche im Museum

Osterrallye für Kinder im Rahmen der Sonderausstellung ‚Osterhase, Ei und Henne‘ im FilderStadtMuseum

In den Osterferien lädt das FilderStadtMuseum alle Kinder und ihre Familien zu einer spannenden Ostereiersuche im Museum ein. Mit der Osterrallye erleben die Kinder ein aufregendes Abenteuer, bei dem die kleinen Entdecker auf die Suche nach versteckten Ostereiern gehen.

Die Kinder erwartet eine spannende Schatzsuche durch die Ausstellungsräume des Museums, bei der sie nicht nur Ostereier finden, sondern auch interessante Fakten über die Exponate und die Geschichte des Museums erfahren. Diese Veranstaltung bietet eine wunderbare Gelegenheit, die Osterferien aktiv und lehrreich zu gestalten.

Können Sie und Ihre Kinder alle Ostereier entdecken und die Rätsel lösen? Als Belohnung gibt es eine kleine Überraschung in unserem historischen Tante-Emma-Laden.

1114

So, 13.4., zwischen 13 und 17 Uhr kann die Osterrallye individuell gestartet werden
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei

1115

So, 20.4., zwischen 13 und 17 Uhr kann die Osterrallye individuell gestartet werden
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei

1116

So, 27.4., zwischen 13 und 17 Uhr kann die Osterrallye individuell gestartet werden
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei

Internationaler Museumstag



Romy Heyner

Am Internationalen Museumstag 2025 lädt das FilderStadtMuseum zu einem spannenden Programm für die ganze Familie ein! Erleben Sie historische Kinderspiele und tauchen Sie ein in die Vergangenheit mit zwei öffentlichen Führungen:

15 Uhr: Führung „Das FilderStadtMuseum und seine Sammlungen“

16 Uhr: Kinderführung „Alltag um 1900. Leben vor 120 Jahren“

1117

So, 18.5., 13–17 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei



Foto: Collage, Quelle: FilderStadtMuseum

Die 70er Jahre: Eine Zeit des Wandels



Sonderausstellung im FilderStadtMuseum

Die 70er Jahre waren eine Zeit des Umbruchs, der Rebellion und des kulturellen Aufbruchs. Diese Ausstellung lädt die Besucher*innen ein, in eine Ära einzutauchen, die von politischen Unruhen, sozialen Bewegungen und kreativem Wandel geprägt war. Von ikonischen Modestilen bis hin zu bedeutenden politischen Ereignissen – die 70er Jahre haben eine tiefgreifende kulturelle und gesellschaftliche Entwicklung hinterlassen, die bis heute spürbar ist.

Die Gründung Filderstadts erfolgt inmitten dieser bewegten Zeit. Am 1. Januar 1975 werden die Gemeinden Bernhausen, Plattenhardt, Sielmingen, Bonlanden und Harthausen zur Gemeinde Filderlinden zusammengeschlossen und nur wenige Monate später in Filderstadt umbenannt.

Das Ziel dieser Ausstellung ist es, die Besucher*innen zu inspirieren und zu ermutigen, über die Vergangenheit nachzudenken und zu reflektieren, wie die Ereignisse und Entwicklungen der 70er Jahre unsere heutige Welt geprägt haben. Durch die Präsentation von Geschichte, Kultur und Innovationen dieses Jahrzehnts möchte die Ausstellung ein tieferes Verständnis für die Komplexität und Bedeutung dieser Ära vermitteln.

Im Rahmen des Ausstellungsprojektes wird eine partizipative Bürgerbeteiligung unter dem Thema „Objekte mit Geschichte“ angestrebt: Die Bürger*innen der Stadt Filderstadt sind aufgerufen, sich aktiv an der Ausstellung zu beteiligen. Es besteht die Möglichkeit, Objekte aus den 1970er Jahren, verknüpft mit deren persönlicher Geschichte, als Objektvorschläge einzureichen (archiv@filderstadt.de). Die aussagekräftigsten und originellsten Objekte werden in der Ausstellung gezeigt.

Eröffnung der Ausstellung am 23.5. um 18 Uhr mit Oberbürgermeister Christoph Traub.

1118

jeweils So, ab 25.5.–2.11., 13–17 Uhr,
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei. In den Sommerferien geschlossen.



Foto: Romy Heyner, KI generiert

Flower-Power-Filderstadt



Öffentliche Führung

Entdecken Sie die bunten 70er Jahre in der Ausstellung „Die 70er Jahre: Eine Zeit des Wandels“. Die Ausstellung beleuchtet die politischen Unruhen und gesellschaftlichen Bewegungen dieses Jahrzehnts – von der Anti-Kriegsbewegung über die Frauenbewegung bis hin zu den Bürgerrechtskämpfen. Bahnbrechende Erfindungen der 70er Jahre legten den Grundstein für die digitale Ära. Frühe Computermodelle, Spielkonsolen und elektronische Haushaltsgeräte zeigen den technologischen Fortschritt und die Innovationen dieser Zeit.

Ikonische Bands und Künstler*innen ebenso wie bedeutende kulturelle Ereignisse wie Woodstock und die Geburt der Disco-Ära prägten diese Jahre. Schallplatten, Musikinstrumente, Konzertplakate und vieles mehr lassen diese Zeit wieder aufleben. Ein besonderer Fokus liegt auf der Mode und den Stilen der 70er Jahre. Von Schlaghosen bis hin zu Plateauschuhen wird die Vielfalt und Individualität dieser Zeit durch eine Auswahl an Kleidungsstücken und Accessoires dargestellt. Stoffmuster und Textildesigns wie Blumenprints und psychedelische Muster zeigen die kreative Seite dieses Jahrzehnts.

Begleiten Sie uns auf dieser faszinierenden Reise durch die 70er Jahre und entdecken Sie die vielfältigen Facetten dieses bewegten Jahrzehnts!

1119

So, 25.5., 15–15:45 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei

1120

So, 13.7., 15–15:45 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei



Foto: Romy Heyner, KI generiert

Spielspaß der 70er Jahre: Kultspiele neu entdecken



Im Rahmen der Sonderausstellung
,Die 70er Jahre' im FilderStadtMuseum

Erleben Sie einen nostalgischen Nachmittag voller Spaß und Spannung im FilderStadtMuseum mit Kultspielen aus den 1970er Jahren! Diese Veranstaltung lädt Kinder und Erwachsene gleichermaßen ein, die beliebten Spiele dieses Jahrzehnts neu zu entdecken. Entdecken Sie Brettspiele, die in den 70er Jahren für Begeisterung sorgten und erleben Sie den Spaß von Spieleklassikern. Doch nicht nur Brettspiele stehen auf dem Programm – auch Bewegungsspiele wie Gummitwist und Hula-Hoop bringen Schwung in den Nachmittag.

Dieser Spielenachmittag bietet die perfekte Gelegenheit, gemeinsam mit Familie und Freunden die Spiele zu genießen, die Generationen von Kindern und Erwachsenen Freude bereitet haben. Ob Sie die Spiele aus Ihrer eigenen Kindheit wiederentdecken oder sie zum ersten Mal ausprobieren – Spaß und gute Laune sind garantiert!

gebührenfrei

1121

So, 6.7., 13:30–16:30 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Backhäuschen,
Klingenstr. 19
gebührenfrei



Foto: Collage, Quelle: KI generiert, FilderStadtMuseum

Was bin ich?

Führung für Kinder

Romy Heyner

Im FilderStadtMuseum gibt es viele kuriose Dinge, die viele Kinder heute aus ihrem Alltag nicht mehr kennen. In dieser spannenden und kurzweiligen Führung begegnen uns zahlreiche Objekte, deren Funktion nicht sofort auf den ersten Blick ersichtlich ist oder die heute ganz anders aussehen. Gemeinsam versuchen wir herauszufinden, wofür diese Gegenstände früher verwendet wurden.

Die Kinder entdecken dabei, wie sich Alltagsgegenstände im Laufe der Zeit verändert haben. Ob alte Werkzeuge, Haushaltgeräte oder Spielzeuge – jedes Objekt erzählt seine eigene spannende Geschichte. Die Führung fördert nicht nur das historische Verständnis, sondern auch die Neugier und Kreativität der jungen Teilnehmer*innen.

1122

So, 25.5., 16–16:45 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei

1123

So, 13.7., 16–16:45 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei

1124

So, 21.9., 16–16:45 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
gebührenfrei



Foto: Freundschaftsarmbänder, Quelle KI generiert

Kreative 70er Jahre: Freundschaftsbänder basteln



Im Rahmen der Sonderausstellung
,Die 70er Jahre' im FilderStadtMuseum

Tauchen Sie ein in die farbenfrohe Welt der 70er Jahre und erleben Sie einen kreativen Nachmittag im FilderStadtMuseum. Dieser Kurs richtet sich an Kinder und Jugendliche, die Spaß am Basteln haben und mehr über die Kultur und Trends der 70er Jahre erfahren möchten.

In diesem Workshop lernen die Teilnehmer*innen, wie man bunte Freundschaftsbänder knüpft – ein beliebtes Accessoire aus den 70er Jahren, das auch heute noch Freude bereitet. Unter Anleitung gestalten die Kinder ihre eigenen einzigartigen Bänder und können diese als Andenken mit nach Hause nehmen oder an Freunde verschenken. Lassen Sie sich inspirieren von der kreativen Atmosphäre der 70er Jahre.

1125

So, 29.6., 13:30–16:30 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Backhäuschen,
Klingenstr. 19
Gebührenfrei, mit Anmeldung!

Gut zum Druck



Ausstellung
im
Serigrafie-Museum



Zum 50-jährigen Stadtjubiläum Filderstadts öffnet das Serigrafie-Museum Filderstadt vom 2. März bis 18. Mai die Türen zur Ausstellung „Gut zum Druck!“. In den Räumen der ehemaligen Druckerei Domberger, wo einst Industriegeschichte geschrieben wurde, wird das Erbe der Siebdruckkunst lebendig. Hier entstanden über Jahrzehnte hinweg wegweisende Drucke für Generationen von Künstler*innen.

Die Ausstellung präsentiert aus der Sammlung Domberger – eine Siebdrucksammlung des Landes Baden-Württemberg – eine Auswahl an Probedrucken, handschriftlichen Korrekturen und

Originalanweisungen, die als Schätze künstlerischer Schaffensprozesse erhalten geblieben sind. Prof. Dr. Christiane Lange, Direktorin der Staatsgalerie Stuttgart, würdigte bereits 2013 im Ausstellungskatalog Op + Pop: „Die Druckerei Domberger hat über Jahrzehnte die Auflagen für Generationen von Künstler*innen produziert und die verschiedenen Phasen der Komposition, die verworfenen Probedrucke samt ihrer handschriftlichen Korrekturen und Anweisungen als anregende Originale gesammelt und bewahrt.“ Ergänzt wird die Schau mit zeitgenössischen Exponaten von Graffiti Siebdruck aus Reutlingen.

Vernissage am Sonntag, 2. März um 11:30 Uhr

1126

Zu sehen 2.3. bis 18.5.
Do-Sa von 10–19 Uhr, So 10–17 Uhr
Plat., Serigrafie-Museum, Uhlbergstr. 36–40
gebührenfrei

Kunstgespräch im Serigrafie-Museum: Roland Geiger und Anja Rumig

,Die ersten Jahre
als Siebdrucker
und ihre Folgen'



Roland Geiger (*1941), gehörte jener Vereinigung von Spezialisten an, die zusammen mit Poldi Domberger in den 1960er-Jahren das neue Berufsbild des Siebdruckers erstellte. Ab Mitte der 1960er- bis Mitte der 1990er-Jahre war Roland Geiger Inhaber und Betreiber einer Siebdruck-Werkstatt in Kornwestheim, in der er mit namhaften Künstlern wie Max Ackermann, Ralph Fleck, Rupprecht Geiger, Otto Herbert Hajek, Richard Paul Lohse, Anton Stankowski, Fritz Winter u. v. a. zusammenarbeitete.

An diesem Nachmittag ist der Galerist im Gespräch mit Anja Rumig, der Kuratorin der Ausstellung ,Gut zum Druck' des Serigrafie-Museums.

1127

Sa, 12.4., 15–16:30 Uhr
Plat., Serigrafie-Museum, Uhlbergstr. 36–40
gebührenfrei, keine Anmeldung erforderlich

Kunstgespräch im Serigrafie-Museum: Sebastian Wendel und Anja Rumig

Siebdruck heute und
die Zusammenarbeit
mit aktuellen
Künstlerpersönlichkeiten



Seit der Zeit, da das Siebdruck-Unternehmen Domberger für nationale und internationale Künstler*innen gedruckt hat, sind mittlerweile zwei Jahrzehnte vergangen. Die in der Zwischenzeit fortgeschrittenen Neuerungen hinsichtlich des Druckverfahrens einerseits und veränderter Kommunikationswege andererseits haben sich auf die Form der Zusammenarbeit von Drucker*in und Künstler*in niedergeschlagen. Mit dem Blick auf gestern und heute sollen im Gespräch zwischen Sebastian Wendel, Geschäftsführer von ,Graffiti Siebdruck' in Reutlingen und Ausstellungskuratorin Anja Rumig die unterschiedlichen Rahmenbedingungen deutlich gemacht werden.

1128

Sa, 15.3., 16–17:30 Uhr
Plat., Serigrafie-Museum, Uhlbergstr. 36–40
gebührenfrei, keine Anmeldung erforderlich

Filderstädter Erzählcafé



Magdalena Heinrichs

Erzählen, zuhören, austauschen: In der neuen Reihe Erzählcafé stehen Ihre Geschichten zu einem bestimmten Thema im Zentrum. Sie erzählen aus Ihrem Leben und tauschen Ihre Erfahrungen mit Anderen aus. Zuhören wird zum Geschenk, erzählen bleibt freiwillig.

Die Reihe findet in wechselnden Kultureinrichtungen der Stadt Filderstadt statt, genießen Sie das besondere Ambiente und lassen Sie sich vom jeweiligen Charakter inspirieren.

Haben Sie schon mal ein Bild geliehen? Welche Erfahrung haben Sie mit Carsharing? Stibitzt sich Ihre Tochter Ihren Pulli? Welche WG-Geschichten können Sie berichten? Teilen Sie die Erträge von Ihrem Mirabellenbaum mit den Nachbarn? Wurde früher mehr in der Nachbarschaft geteilt?

Im Erzählcafé können Sie persönliche Erfahrungen und lustige Geschichten zum Thema „Leihen und Teilen“ berichten und mit anderen austauschen.

Die Moderatorin Magdalena Heinrichs freut sich auf Ihre Erlebnisse, Anekdoten und Gedanken.

Das Erzählcafé steht für alle Generationen offen, wir bitten um eine Anmeldung bis jeweils drei Tage vor dem Erzählcafé unter Mail: vhs@filderstadt.de oder Tel: 0711 7003-4372.

1129 Leihen und Teilen

Fr, 24.1., 17–18:30 Uhr
Sielmingen, Artothek; Sielminger Hauptstr. 46
€ 7

1130 Freundschaften

So, 16.2., 15–16:30 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek Filderstadt, Volmarstr. 16
€ 7

1131 Wie haben neue Kommunikationsmedien mein Leben verändert?

So, 23.3., 15–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 7

1132 Zufriedenheit

Sa, 5.4., 17–18:30 Uhr
Plattenhardt, Serigrafie-Museum, Uhlbergstr. 36–40
€ 7

1133 Nachbarschaft

Fr, 16.5., 17–18:30 Uhr
Sielmingen, Artothek, Sielminger Hauptstr. 46
€ 7

1134 Bunte 70er Jahre

Sa, 28.6., 15–16:30 Uhr
Bonlanden, FilderStadtMuseum, Klingenstr. 19
€ 7

LITERATUR/LESUNGEN

In Kooperation mit der Stadtbibliothek und dem Bunten Bücherladen Bernhausen

Lesesturm zum Uhlbergturm



Eine ganzjährige Leseaktion für alle Bürger*innen

Die Stadtbibliothek Filderstadt freut sich, alle Bürger*innen (ob Groß oder Klein) zur Teilnahme an der Leseaktion „Lesesturm zum Uhlbergturm“ einzuladen. Diese besondere Veranstaltung beginnt am 1. Januar 2025 und wird das ganze Jahr über stattfinden. Ziel ist es, die Höhe des Uhlbergturms durch die Anzahl der gelesenen Bücher zu „erlesen“.

Der Uhlbergturm, der mit einer Höhe von 25 Metern beeindruckt, wird als Maßstab für die Leseleistung der Teilnehmenden dienen. Für jedes gelesene Buch wird eine spezielle Rechnung aufgestellt, die die Höhe des Turms mit der Anzahl der gelesenen Bücher verknüpft. So können die Teilnehmer*innen gemeinsam die Höhe des Turms „erlesen“ und gleichzeitig ihre Lesefähigkeiten und -leidenschaft fördern.

Alle Filderstädter*innen sind eingeladen, ihre Bücher zu dokumentieren und die Ergebnisse an die E-Mail-Adresse bibliothek@filderstadt.de zu senden. Die gesammelten Daten werden regelmäßig ausgewertet, und die Fortschritte der Gemeinschaft werden veröffentlicht.

Sobald der Turm „erlesen“ ist, laden wir alle Teilnehmer*innen, die Bücher gelesen und dokumentiert haben, zu einer geselligen Wurst und einem Getränk am Uhlbergturm ein.

1136

Das ganze Jahr 2025

Im Rahmen der Reihe ‚Alles beim Alten?‘
In Kooperation mit dem Bunten Bücherladen Bernhausen

Cordula Weimann: Omas for Future

Für unsere Zukunft und die unserer Enkel*innen

„Wenn unsere Kinder eine Zukunft haben wollen, muss die Generation 50+ dringend mit ins Boot. Immerhin sind wir mehr als die Hälfte der Wähler*innen und erzeugen das meiste CO₂ pro Kopf!“

Aus diesen Gedanken heraus gründete Cordula Weimann im Jahr 2019 die mittlerweile bundesweit aktive Bewegung „Omas for Future“. Im gleichnamigen Buch stellt Cordula Weimann Intention und Handeln ihrer Organisation vor.

Dabei regt sie explizit die Frauen ihrer Generation dazu an, im Kleinen wie im Großen etwas zu verändern. Denn gerade in dieser Zeit der Veränderungen braucht es das Wissen, das Denken, das Fühlen und die Weitsicht der agilen Frauen 50+ als Korrektiv.



Quelle: C. Weimann

1137

Mi, 15.1., 19–20:30 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
gebührenfrei



Foto: Senioren-Gaming, Quelle: Canva

In Kooperation mit der Stadtbibliothek und dem Bunten Bücherladen Bernhausen.

Im Rahmen der Reihe ‚Alles beim Alten?‘

Silver Gamer – Computerspiele für Großeltern und Enkel*innen

Wer von den „Silver Ager*innen“ immer schon mal Computer- und Konsolenspiele ausprobieren und testen wollte, ist zum Spielenachmittag in die Bibliothek eingeladen. Zusammen mit Enkel*innen oder untereinander können verschiedene Spiele ausprobiert werden. Wir bitten um Anmeldung bis 27.2. unter E-Mail: bibliothek@filderstadt.de oder Tel.: 0711 7003-456.

1138

Mo, 3.3., 15–17 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
gebührenfrei

In Kooperation mit der Stadtbibliothek und dem Bunten Bücherladen Bernhausen.

Nacht der Bibliotheken

Die Swiftie-Bib

Freundschaftsbänder basteln oder tauschen, ein spannendes Quiz rund um Taylor Swift lösen, im Taylor-Swift-Outfit erscheinen, mit anderen Fans über ihre Musik plaudern, alkoholfreie Cocktails mixen ... oder einfach die Bibliothek und ihre Angebote entdecken – all das erwartet euch!

1139

Fr, 4.4., 18–22 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
gebührenfrei

Anmeldung bitte so früh wie möglich!

Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen. Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.



In Kooperation mit der Stadtbibliothek und dem Bunten Bücherladen Bernhausen

Im Rahmen der Reihe ‚Alles beim Alten?‘

Unterwegs auf dem Fischerpfad. Der wilde Westen Portugals

Reiseerzählung mit Nina Rühlig

An der Küste im Westen Portugals liegt mit dem Fischerpfad ein Fernwanderweg, der zu Recht als einer der schönsten der Welt gilt. Wer gerne am Meer läuft, ist hier richtig. Auf überwiegend schmalen Pfaden schlängelt sich der Weg auf rund 230 Kilometern an der Steilküste entlang, passiert kleine ehemalige Fischerdörfer und durchquert



Foto: Nina Rühlig, Portugal, Quelle: Nina Rühlig

den Naturpark ‚Südwest-Alentejo‘ und ‚Costa Vicentina‘ auf seiner gesamten Länge. Zahlreiche Buchten und Strände entlang des Weges laden – als Ausgleich oder Ergänzung zum Wandern – zum entspannten Rasten und Baden ein. In ihrem Reisevortrag zeigt Nina Rühlig die wunderschönen Bilder dieser Wanderung und gibt Einblicke in Land, Leute und Kulinarik des Landes. Sie stellt dabei auch den Wanderführer ‚Portugal: Fischerpfad‘ vor, den sie geschrieben hat und der 2024 im Conrad Stein Verlag erschienen ist. Lassen Sie sich im Rahmen dieser Sonntagsmatinée bei Kaffee, Tee und Gebäck in den ‚wilden Westen Portugals‘ entföhren!

Gerne beantwortet die erfahrene Wanderin und Autorin auch Ihre Fragen zum Thema Fernwandern und zum Alleinunterwegssein.

1140

So, 6.4., 11–12:30 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstrasse 16
€ 10, inkl. Kaffee, Tee und Gebäck

In Kooperation mit der Stadtbibliothek und dem Bunten Bücherladen Bernhausen

Welttag des Buches



Verloren & Gefunden – Lesezeichen erzählen Geschichten

In dieser besonderen Ausstellung präsentiert die Bibliothek eine Sammlung von Lesezeichen, die im Laufe der Jahre in den Büchern vergessen wurden. Jedes Lesezeichen – sei es handgemacht, ein Kassenbon, eine Postkarte oder ein alter Fahrkartenabschnitt – erzählt eine eigene Geschichte und wirft einen Blick auf die individuellen Lesegewohnheiten der Besucher*innen. Lassen Sie sich von diesen kleinen Fundstücken inspirieren, die als stille Begleiter durch die Seiten vieler Bücher gereist sind. Vielleicht entdecken Sie dabei sogar etwas über die vergessene Kunst des Lesezeichens!

1141

Zu sehen vom 23.4. bis 24.5.
Während der Öffnungszeiten der Stadtbibliothek Bernhausen, Volmarstr. 16
gebührenfrei



Foto: Literarisches Frühstück, Quelle: Canva

In Kooperation mit der Stadtbibliothek und dem Bunten Bücherladen Bernhausen.

Im Rahmen der Reihe ‚Alles beim Alten?‘

Literarisches Frühstück

Bei einem gemütlichen Frühstück werden neue Romane vorgestellt und Lesetipps gegeben.

1142

Do, 22.5., 9:30–11 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
€ 5 Um Anmeldung bis 17.5. wird gebeten unter
E-Mail: bibliothek@filderstadt.de oder
Tel.: 0711 7003-456.



Foto: Collage, Quelle: H. Schlenk, Stadtbibliothek

In Kooperation mit der Stadtbibliothek und dem Bunten Bücherladen Bernhausen

Im Rahmen der Reihe ‚Alles beim Alten?‘

70er Jahre Nachmittag



Im Rahmen des Stadtjubiläums ‚50 Jahre Filderstadt‘ lädt die Bibliothek zu einem nostalgischen Nachmittag ein. Unter dem Motto ‚Weißt du noch...?‘ werden bei Spiel und Rate-Quiz rund um die 70er Erinnerungen wach. Fingerfood à la 70er und (alkoholfreie) Bowle dürfen natürlich nicht fehlen.

1143

Mo, 23.6., 16–17:30 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
€ 5

LANDESKUNDE / REISEBERICHTE

Abenteuer China für Individualist*innen

Eine faszinierende Reise in ein Land voller Möglichkeiten und Überraschungen

Heidrun Fischer und Jan-Philipp Franz

Ursprünglich ganz anders geplant, hat es uns, eine Mama aus Filderstadt Bonlanden und ihren 12-jährigen Sohn, unabhängig und ohne Reiseorganisation, in die Volksrepublik mit kommunistischem Einparteiensystem verschlagen.

Teils geschäftlich, teils privat, waren wir knapp zwei Wochen unterwegs. Wir waren ganz schön unsicher, was da auf uns zukommt und die Gefühle waren gemischt. Doch wir wurden sehr angenehm überrascht.

Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft dieses Landes mit 1,4 Milliarden Einwohnern sind einfach beeindruckend und üben eine spezielle Faszination aus. An manchen Stellen ist der Kulturschock Programm. Unser Kurztrip führte uns dabei an die große Mauer und in die Millionenstädte Peking und Shanghai.

Lassen Sie sich begeistern für dieses faszinierende, aufstrebende Land mit der zweitgrößten Bevölkerung der Erde. Es ist das neue Land der unbegrenzten Möglichkeiten und gleichzeitig der größte vorstellbare Überwachungsstaat.

In nur zwölf Tagen ist es möglich, mit einem der größten Flugzeuge der Welt zu fliegen, das größte Bauwerk der Menschheit zu bestaunen, jahrhundertalte Tempel und Paläste zu entdecken, im Aufzug des zweithöchsten Gebäudes der Welt mit 18 m/s nach oben zu rauschen und mit über 300 km/h im Schnellzug durch das Land zu brausen. Aber auch, den Charme alter Kolonialbauten und ganzer Stadtviertel zu erleben, Land und Leute mit ihrer hervorragenden Küche kennenlernen, mit der einzigartigen, in Deutschland entwickelten Magnetschwebbahn für den Hochgeschwindigkeitsverkehr Transrapid zu fahren, eine der schönsten Skylines der Erde bei Tag und Nacht zu bestaunen und noch manches mehr. Erleben Sie unseren Trip mit dem Titel ‚Neuer Tag, neues Abenteuer‘, ein Reisetagebuch in 12 Kapiteln.

1200

Fr, 21.3., 18:30–20 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 10, keine Ermäßigung möglich



Foto: Heidrun Fischer und Sohn, Quelle: Heidrun Fischer

GUTSCHEIN

GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN

**Die Geschenkidee
für jeden Anlass!**

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Abenteuer China

Seminar mit Tipps für die individuelle Reiseplanung

Heidrun Fischer und Jan-Philip Franz

Sie haben sich von unserem Abenteuer China als individuell geplante Mama-Kind-Tour inspirieren lassen? In Teil 2 unseres Reiseberichts gibt es Ratschläge und Empfehlungen, wie Sie es uns nachtun können. Sie erhalten klare Anleitungen zur Reiseplanung, Tipps zur Reisezeit, was man unbedingt ansehen sollte, wie Sie öffentliche Verkehrsmittel nutzen können, in welchen Stadtteilen von Peking oder Shanghai es gut ist, ein Hotel zu reservieren etc.



Foto: Heidrun Fischer und Sohn, Quelle: Heidrun Fischer

Wir sprechen über „do's und dont's“.

Sie möchten individuell, preiswert und unabhängig, nach China reisen? Da geht's an die Technik. China ist digital. Welche Tools brauchen Sie? Was funktioniert, was nicht? Welche Vorbereitungen sind wichtig, damit Sie sorgenfrei und komfortabel reisen können? Lassen Sie sich an die Hand nehmen und an Ihrem eigenen Smartphone die notwendigen Vorkehrungen treffen. Erfahren Sie mehr über die Hintergründe, warum es in China gut ist, ein iPhone zu haben.

1201

Fr, 28.3., 18:30–20:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 15, keine Ermäßigung möglich

Sri Lanka

Geographischer Vortrag von Dr. Rolf Beck

Der Geograph und Landeskennner Dr. Rolf Beck nimmt Sie bei diesem reich bebilderten Länderkundevortrag mit nach Sri Lanka, das alte Ceylon, welches Marco Polo einst als die schönste Insel der Welt bezeichnete. Auf einer besonderen Route, die alle wesentlichen Natur- und Landschaftsräume berührt, erleben Sie



Foto: Buddah in Polonnaruwa, Sri Lanka, Quelle: Geopuls

die einmalige Vielfalt dieser tropischen Insel. Dies nicht nur in Bezug auf die kulturellen und religiösen Sehenswürdigkeiten von Hinduismus über Buddhismus bis zum Christentum, sondern auch auf einen Tier- und Pflanzenreichtum, der so sonst nur noch in einigen Ländern Afrikas zu erleben ist. Wer nicht nur virtuell bei diesem Vortrag nach Sri Lanka reisen möchte, kann gerne im November 2025 an der entsprechenden vhs-Studienreise teilnehmen (siehe bei Studienreisen). Der Vortrag ist aber unabhängig davon für alle an Sri Lanka interessierten Menschen gedacht und gemacht.

1202

Di, 29.4., 19:30–21 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal,
Uhlbergstr. 37
€ 6 (€ 5,40)



Internationale Wochen gegen Rassismus

Im Jahr 2025, vom 17. März bis 30. März, veranstaltet das Amt für Integration, Migration und Soziales der Stadt Filderstadt zum zweiten Mal die Internationalen Wochen gegen Rassismus unter dem Motto „Menschenwürde schützen“.

Diese Aktionswochen setzen ein starkes Zeichen für die Bedeutung der Menschenwürde. Das vielfältige Programm mit Ausstellungen, Vorträgen und Begegnungen lädt dazu ein, Erfahrungen auszutauschen, neue Perspektiven zu gewinnen und gemeinsam ein Zeichen gegen Rassismus zu setzen.

Nähere Informationen zu den Programmpunkten finden Sie demnächst auf unserer Webseite. Folgen Sie einfach dem QR-Code.



Wir freuen uns darauf, Sie bei der einen oder anderen Veranstaltung begrüßen zu dürfen. Ihr Amt für Integration, Migration und Soziales

GEOPULS-REISEN

„In Kooperation mit Geopuls-Reisen“



Foto: Stelzenfischer, Sri Lanka, Quelle: Geopuls

Sri Lanka

GEOPULS Studienreise

Marco Polo bezeichnete Sri Lanka, das alte Ceylon, als schönste Insel der Welt. Das mag daran liegen, dass auf einer Fläche vergleichbar mit Bayern eine unglaubliche tropische Landschaftsvielfalt existiert, die mit beeindruckenden kulturellen Monumenten durchsetzt ist. Mit Geographen unterwegs zu sein, bedeutet, dass Sie Sri Lanka umfassend kennen lernen. Das gilt einmal für die unterschiedlichen Naturräume mit ihrem ganzen Reichtum an Tieren, Pflanzen und Landschaftsformen: die tropische Regenwald- und Monsunzone im Südwesten, die tropische Höhenzone mit ihren Teeplantagen und das wechselhaft-tropische Savannen-Klima im Osten und Nordteil der Insel. Der überwältigende Tierreichtum Sri Lankas, nahezu vergleichbar mit Afrika, kann bei dieser Reise bei mehreren Safarifahrten mit Geländefahrzeugen aus nächster Nähe erlebt werden.

Leistungen: Flugreise ab Stuttgart oder Frankfurt, 16 Ü/HP in Hotels und Lodges in Sri Lanka, komplettes Exkursionsprogramm mit allen Ausflügen, Eintritten und Führungen, Safarifahrten in Geländefahrzeugen, Hochland-Zugfahrt 3.680 €, EZ +800 € (vorbehaltlich Flugpreissteigerungen). Begrenzt auf 18 Teilnehmende. Individuelle Verlängerungen nach Absprache möglich.

Gedruckte und detaillierte Ausschreibungen zu den Geopuls-Studienreisen liegen bei der vhs aus und werden Ihnen auf Wunsch gerne zugesandt.

1203

10.11.–24.11.2025
€ 3.680. Mit Anmeldung!

muss, viel Aufmerksamkeit auch der Natur und ihren Besonderheiten gewidmet wird. Dies gilt auch für die oftmals übersehenen kleinen Dinge abseits der ausgetretenen Pfade.

Am besten funktioniert das in einer überschaubaren Gruppengröße von je nach Reise nicht mehr als 16 oder weniger Personen, weshalb die Teilnehmer*innenzahl entsprechend begrenzt ist.

Detaillierte Ausschreibungen zu den folgenden Geopuls-Reisen liegen bei der vhs aus und können auch von der vhs-Homepage downgeloadet oder angefordert werden.

Auf Wunsch kompensieren wir in Ihrem Auftrag den auf Ihre Flugreise anfallenden Treibhausgas-Ausstoß durch Investition in Klima- und Naturschutzprojekte in Deutschland und der Welt. Mehr dazu auf der Geopuls-Homepage www.geopuls.de



GEOPULS veranstaltet Reisen in kleinen Gruppen für Menschen, die gerne reisen und dabei etwas mehr von einem fremden Land erfahren möchten. Gegründet wurde Geopuls 2004 von Dozenten des Geographischen Instituts der Uni in Tübingen.

Seitdem arbeitet Geopuls exklusiv mit der vhs zusammen. Begeisterte Geograph*innen und Landeskundler*innen, die Kultur und Natur eines Ziellandes bestens vermitteln können, führen Sie bei diesen Studienreisen. Dabei erleben Sie ein Land authentisch und umfassend, was bedeutet, dass neben den berühmten kulturellen Sehenswürdigkeiten, die man selbstverständlich besucht haben



Foto: In den Salzfeldern bei Marsala,
Quelle: Geopuls

Sizilien

Monti Iblei – Süden & Westen GEPULS Studienreise

Die Route dieser Exkursion führt vom Südosten mit den Monti Iblei über den Süden bis zum Westteil Siziliens mit den Egadischen Inseln. Im Südosten Siziliens befinden wir uns geologisch bereits in Afrika, nämlich auf der ungefalteten afrikanischen Kontinentalplatte. Im Gegensatz zum restlichen Sizilien wartet diese Ecke deshalb mit ganz eigenen und teils dramatisch schönen Landschaften auf, in denen sich nicht nur das Welterbe Pantalica mit seinen tausenden Felsengräbern befindet sondern auch einige der ebenfalls zum Welterbe gehörenden Spätbarocken Städte Siziliens wie Noto und Ragusa aber auch das kaum bekannte Palazzolo Acreide. Gerade die Orte im Hinterland sind oft wegen ihrer abseitigen Lage vom Massentourismus verschonte Perlen, die sich teils grandios an die tiefen Schluchten der Monti Iblei anschmiegen. Die Südküste, mit zwei Übernachtungen direkt am Meer, wartet nicht nur mit schönen Stränden auf. Wir besuchen die griechischen Tempel von Agrigento und Selinunte und lassen uns vom Naturwunder der Scala dei Turchi verzaubern. Im Westen, mit vier Übernachtungen in Marsala setzen wir unsere Entdeckungen mit dem arabisch anmutenden Mazaro del Vallo fort, der egadischen Insel Favignana, dem karthagischen Mozia, auf einer kleinen Insel inmitten der großen Lagune mit ihren endlosen Salzgärten sowie den Elymerstädten Erice und Segeste. Diese Reise bietet insgesamt herrliche Eindrücke von den Bergen bis zum Meer und von einem vielfach noch unverstellten, authentischen Sizilien.

Leistungen: Flugreise ab Stuttgart, 9 Ü/HP, 2x VP, komplettes Exkursionsprogramm mit allen Fahrten, Ausflügen, Führungen und Eintritten, Boots- und Schiffsfahrten 2.560 €, EZ +440 €. Begrenzt auf 16 Teilnehmende.

Gedruckte und detaillierte Ausschreibungen zu den Geopuls-Studienreisen liegen bei der vhs aus und werden Ihnen auf Wunsch gerne zugesandt.

1204

5.10.–14.10.2025

€ 2.560. Mit Anmeldung!

Alle Details zu den Studienreise mit Preisen und Leistungen finden Sie in der ausführlichen Reisebeschreibung (erhältlich bei der vhs Filderstadt) sowie auf der vhs Homepage bei Studienreisen.



Foto: Unsere Jacht vor dem Stromboli,
Quelle: Geopuls

Äolische Inseln (Sizilien)

Kleine Studien-Kreuzfahrt mit einer Motorsegelyacht GEPULS Studienreise

Ganz sicher findet man keine schönere und bessere Art, das UNESCO-Weltnaturerbe Äolische- oder Liparische Inseln zu bereisen, als auf dieser kleinen Kreuzfahrt: exklusiv und hautnah in einer kleinen Geopuls-Gruppe von max. 10 Personen auf einer komfortablen Motor-Segelyacht (25m Länge, 5 Gästekajüten mit Doppelbett und jeweils eigenem kleinen Bad mit Dusche und WC). So privilegiert auf dem Meer von Insel zu Insel zu reisen ist nicht nur wunderschön und erholsam; man bekommt dazu jene außergewöhnlichen Einblicke in die faszinierende Inselwelt, die für den Normalreisenden unerreichbar bleiben. Von plötzlich auftauchenden Delphinen begleitet zu werden, bleibt ein ebenso unvergessliches Erlebnis, wie der Feuer spuckende Stromboli bei Nacht vom Meer aus, oder der Luxus, in den schönsten Buchten den Anker zu werfen, um nach Belieben ein erfrischendes Bad zu nehmen. Diese kleine Kreuzfahrt ist so aufgebaut, dass jeden Tag eine andere Insel besucht wird, um auf den Landgängen die jedem Eiland eigene Natur, Kultur und Lebensart bei kleinen Wanderungen, Ausflügen und Besichtigungen zu erleben. Da die Inseln relativ nahe beieinander liegen und man nie auf das offene Meer hinaus muss, erlebt man allein schon auf den Fahrten zwischen und um die Vulkaninseln herum ständig neue, oft geradezu atemberaubende Panoramen. Die komfortable Yacht ist unser Hotel und Fortbewegungsmittel zugleich. An Bord gibt es genügend Platz und Liegeflächen und an dem großen Tisch auf dem Achterdeck werden wir von unserer Köchin täglich mit bester äolischer Küche verwöhnt. Unterwegs mit einer Yacht und dem sympathischen, im Markgräfler Land aufgewachsenem Sizilianer Maurizio Rotolo als Geopuls-Exkursionsleiter, erleben Sie die Inseln auf eine sehr authentische und exklusive Art, wie Sie es sonst nirgendwo geboten bekommen. Diese Reise ist in jeder Hinsicht Genuss pur!

Weitere Reisettermine: 6.–14.9., 13.–21.9., 20.–28.9.2025

Leistungen: Flugreise ab Stuttgart, 8 Nächte mit 5x HP, 3x VP, 1 Hotelübernachtung in Catania, 7 Übernachtungen in Doppelkajüte mit eigenem Bad/Du+WC, komplettes Exkursionsprogramm mit allen Fahrten, Ausflügen, Besichtigungen, Führungen und Eintritten. Komplettpreis je Pers. in Doppelkajüte 3.120 €. Begrenzt auf 10 Teilnehmende.

Gedruckte und detaillierte Ausschreibungen zu den Geopuls-Studienreisen liegen bei der vhs aus und werden Ihnen auf Wunsch gerne zugesandt.

1205

7.6.–15.6.2025

€ 3.120. Mit Anmeldung!



Foto: Windmühlen in La Mancha,
Quelle: Geopuls

Hispania incognita – unbekanntes Spanien

GEPULS Studienreise

Kennen Sie Sigüenza? Waren Sie schon einmal in Sigüenza, Albarracín, Alarcos, Consuegra oder Teruel? Diese Orte liegen nicht auf einer der spanischen Touristeninseln oder am Mittelmeer, sondern in den ursprünglichen Landschaften zwischen Madrid und Valencia in den Regionen Kastilien-La Mancha, Aragón und Valencia – und genau das macht sie für diese besondere Exkursion attraktiv. Es geht bei dieser Reise darum, ein weitgehend vom Massentourismus verschontes, authentisches Spanien zu genießen. Auf erlesene Sehenswürdigkeiten muss aber keinesfalls verzichtet werden. Jeder hat schon einmal von den weißen Dörfern Andalusiens gehört, aber wer von den nicht weniger malerischen schwarzen Dörfern am Südfuß des kastilischen Scheidegebirges, mit Namen wie Cogolludo oder Valverde de los Arroyos? Wir werden sie besuchen. Am bekanntesten sind sicher noch die kleinen Städte Teruel und Cuenca, die beide zum UNESCO-Weltkulturerbe zählen. Valencia am Mittelmeer, drittgrößte Stadt Spaniens, ist ein bewußter Kontrapunkt dazu und zeigt u. a., dass auch die postmoderne spanische Architektur faszinieren und begeistern kann. Aber auch das Beachten und Kennenlernen von Natur und Landschaften ist ein wichtiger Bestandteil dieser Exkursion, sei es an der Küste mit den unendlichen Reisfeldern und dem Naturschutzgebiet von Albufera oder in den Bergen. Die faszinierenden Windmühlen im Lande des Don Quixote gehören ebenfalls mit zu dieser Reise. Auch die Unterbringung soll den authentischen Geist der Exkursion widerspiegeln, weshalb wir einmal in einem Parador oder anderen historischen Gebäuden, meist inmitten der Altstädte, Quartier nehmen, um so das spanische Flair der Orte am besten erleben zu können.

Leistungen: Flugreise ab Stuttgart, 10 Ü/HP, komplettes Exkursionsprogramm mit allen Fahrten, Ausflügen, Besichtigungen, Bootsfahrten, Eintritten und Führungen. Komplettpreis im DZ 2.480 €, EZ +520 €. Begrenzt auf 16 Teilnehmende.

Gedruckte und detaillierte Ausschreibungen zu den Geopuls-Studienreisen liegen bei der vhs aus und werden Ihnen auf Wunsch gerne zugesandt.

1206

4.9.–14.9.2025

€ 2.480. Mit Anmeldung!

GEO-TREFFPUNKT



(STADT)FÜHRUNGEN & VORTRAG IN STUTTGART



„Gruß aus Degerloch“, Originalpostkarte von 1925 (Privatbesitz), Foto: Susanne Renz

Stuttgarter Stadtteile: „Rechts und links vom Rössleweg“ Teil 1 Degerloch & Sonnenberg

Stadtspaziergang mit Herbert Medek
vhs-Planung und Begleitung: Susanne Renz

„Dichter Wald“ bedeuten im althochdeutschen die Worte „teger“ und „loch“. Aus der Rodungssiedlung der Karolingerzeit entwickelte sich in über tausend Jahren der heutige Stadtbezirk Stuttgarts. Lange Zeit war Degerloch ein kleines Bauerndorf, später DER Luftkurort für die im Stuttgarter Kessel wohnende Bevölkerung. Seit 1325 an der Fernstraße nach Italien gelegen, haben viele bedeutende und auch illustre Reisende Degerloch passiert. Genügend Stoff also für einen Rundgang, bei dem wir natürlich auch aktuelle Themen nicht zu kurz kommen lassen.

Anschließend wandern wir weiter nach Sonnenberg. Hier entstanden erst um 1900 die ersten Wohngebäude. Vorher gab es hier nur ein paar Wengert- und Gartenhäuschen. Mit der „Kolonie Sonnenberg“ entwickelte sich die Siedlung und namhafte Persönlichkeiten fanden Gefallen an der sonnigen Hanglage: z. B. Otto Konz, der Schöpfer des Neckarkanals, der Zeichner und Maler Walter Romberg, der Schauspieler Willy Reichert oder die malenden Schwestern Anna, Ida und Pirottella Peters.

Im Betzerngäiern hören wir über den „Vagabundenkönig“ Gregor Gog, bevor wir durch die Schwäbelsklinge nach Kaltental (U-Haltestelle) hinunter wandern.

Wer möchte, kann die Tour bereits in Sonnenberg individuell beenden.

1800

Sa, 5.4., 14–17 Uhr, Treff: S-Degerloch U-Haltestelle, am Bahnsteig (U 5/6/8/12) € 19 (€ 17), mit Anmeldung!
Bitte feste Schuhe tragen.

Auf dem Rössleweg um Stuttgart: Etappe 6

„Vom Max-Eyth-See zur Nürnberger Straße“

Stadtwanderung mit
Herbert Medek
vhs-Planung und
Begleitung:
Susanne Renz

Auch neue
Mitwander*innen
sind herzlich
willkommen!

Foto: Stadt Stuttgart



Im Jahr 1982 hat der Stuttgarter Verschönerungsverein e. V. den Stuttgarter Rundwanderweg „Rössleweg“ fertig gestellt und beschildert. Er führt auf 54 km Gesamtlänge durch die schönsten Bereiche um die Stadt. Und wir starten heute bereits zum sechsten Mal ...

Wie bei mehreren Teiletappen davor, geht es auch diesmal zuerst einmal bergauf: Wir wandern nach Steinhaldenfeld. Eine weithin sichtbare Landmarke ist der Hochbunker aus dem Jahr 1941, der in ein Wohnhaus umgebaut werden soll.

Durch die überregional bekannte Terrassenlage „Cannstatter Zuckerle“ spazieren wir in Richtung Sommerrain. Themen unterwegs sind natürlich wieder einmal der Wein, aber auch der Hauptfriedhof, die Siedlung Muckensturm und die Obere Ziegelei. Nachdem wir die Remstalbahn unterquert haben, geht es mit Blick auf die Bad Cannstatter Abteilungen des Klinikums Stuttgart entlang von Wiesen und Feldern bis zur Nürnberger Straße. Unser heutiges Etappenziel erreichen wir an der U-Haltestelle „Antwerpener Straße“.

Sollten Sie bei den ersten Etappen nicht mit dabei gewesen sein – kein Problem! Jede Etappe ist eine thematisch in sich geschlossene Wanderung.

1801

Sa, 5.7., 14–17:30 Uhr, Treff: Stuttgart U-Haltestelle „Wagrainacker“ (U12/14) € 19 (€ 17), mit Anmeldung!

Bitte feste Schuhe tragen.
Wegstrecke: ca. 5–6 Kilometer

Sie erreichen den Treffpunkt bequem mit der Stadtbahn U12 oder U14.

Im PLENUM – Gaumenfreuden genießen Kulturgeschichte hören

„Anstand ziert und kostet nichts!“

Der Vortrag von Gerlinde Gebhart findet im
Restaurant PLENUM in Stuttgart statt

vhs-Planung und Begleitung: Susanne Renz

Wir werden uns im PLENUM im Stuttgarter Schlossgarten treffen. Das Restaurant befindet sich im Landtag von Baden-Württemberg. Hier, in der „gute Stube“ der Stadt, genießen wir geistige und kulinarische Kost – verbunden mit schöner Aussicht auf das Neue Schloss, die Oper sowie die Gartenanlagen.

Zwischen den einzelnen Menügängen wird Gerlinde Gebhart ihren Vortrag „Anstand ziert und kostet nichts!“ präsentieren: Sokrates, Knigge und Lorient haben, ebenso wie Erasmus von Rotterdam und Struwwelpeter, zum Thema Anstand Stellung bezogen. Wo lernte man die guten Manieren damals?

Alle Anstandsregelungen haben irgendwann in der Vergangenheit einen Anfang und auch eine Begründung. Manieren waren ursprünglich ein Vorrecht der Adligen und der hohen Stände. Vom Mittelalter bis heute gibt es z. B. einen Verfall des

Grüßens. Was war und ist die Funktion des Grüßens? Wer grüßte wen zuerst?

Und wer gibt uns heute Auskunft über das „gute Benehmen“? Reicht es heutzutage womöglich aus zu wissen, was das Gesetz nicht verbietet? Sind Anstandsregeln heute nur noch etwas von vorgestern?

Wir haben kein einheitliches Menü vorbestellt, wählen Sie selbst aus der kulinarischen Vielfalt oder der Mittags-Menü-Karte – und genießen Sie einen interessanten und abwechslungsreichen Mittag.

Beim Eintreffen im Restaurant werden Sie direkt an unseren vhs-Tisch geleitet (Stichwort Volkshochschule).

1803

Fr, 12.3., 12–15 Uhr

Treff: Stuttgart, Restaurant PLENUM im Landtag € 24, mit Anmeldung! Speisen und Getränke auf eigene Rechnung vor Ort.

Ab dem 28. Februar ist aus organisatorischen Gründen kein Rücktritt mehr möglich.

NATUREXKURSION



Große Heidelibelle, Foto: Birgit Förderreuther

Naturkundliche Führung zum Bärensee



50 Jahre Filderstadt – Die Natur im Blick

Führung mit Birgit Förderreuther und
Eberhard Mayer in Kooperation mit den
Filderstädter Biotopkartierern

vhs-Planung und Begleitung: Susanne Renz

50 Jahre Filderstadt! – und der Bärensee gehört seit dieser Zeit mit dazu. 1972 angelegt, ist er ein beliebtes Spazier- und Wanderziel für Jung und Alt. Als Naturdenkmal stellt er auf der gewässerarmen Filderebene einen wichtigen Lebensraum für verschiedenste Tiergruppen dar.

Unsere Wanderung startet oben im Weilerhau. Beim Gang durch das Waldgebiet hinab zum See werden wir auf Vögel und ihre Gesänge achten und nach Insekten, Amphibien und Reptilien Ausschau halten. Gelegentlich lässt sich am Bärensee sogar der Eisvogel beobachten.

Sie können auf so manche tierische Überraschung gespannt sein!

Die etwa zweieinhalbstündige Führung endet am See. Die Rückkehr erfolgt individuell, gerne jedoch auch zusammen in der Gruppe.

1805

So, 18.5., 9–11:30 Uhr, Treff: Plattenhardt im Weilerhau am Forstbetriebshof

Die Führung ist kostenlos, trotzdem bitte in der vhs anmelden! Kinder sind herzlich willkommen! Bitte dem Wetter angepasste Kleidung und festes Schuhwerk tragen und ggf. ein Fernglas mitbringen. Parkplätze finden Sie bei den benachbarten Tennisplätzen.

UNTERWEGS MIT HOLGER STARZMANN

(Stadt)Führungen und Tagesfahrten
vhs-Planung & Begleitung: Susanne Renz

Bitte melden Sie sich zu den Führungen und Exkursionen in der Geschäftsstelle der vhs Filderstadt (Tel. 0711 7003-4374) an. Bei unvorhersehbaren Ereignissen (z. B. Streik, markantes Wetter, Absage von vorbestellten Führungen durch Dritte ...) ist die kurzfristige Änderung einzelner Programmpunkte möglich.



Foto: Susanne Renz

Kostbarkeiten und Kuriositäten im Landes- museum Württemberg

Die Schatz- und Wunderkammer
der württembergischen Herzöge

NEU

Führung mit Holger Starzmann M. A.
vhs-Planung und Begleitung: Susanne
Renz

Das Württembergische Landesmuseum öffnet für uns seine Tür!

Juwelen, Perlen, Gefäße aus wertvollen Materialien, Elfenbeinschnitzereien, Schildpatt, Goldene Pokale, exotische Schaustücke aus Asien und der neuen Welt – ein Besuch in der Schatzkammer der württembergischen Herzöge gleicht einem Blick in Aladdins Wunderkammer!

Und so war es auch gedacht: Seit der Renaissance wetteiferten die europäischen Fürsten darum, wer seinen Gästen erlesenere Kostbarkeiten präsentieren konnte. Ein großer Teil hat sich erhalten und er wird seit kurzem vom Landesmuseum Württemberg wieder zur Schau gestellt.

Kommen Sie mit und lassen Sie sich blenden vom fürstlichen Glanz und entdecken Sie dabei einzigartige Schaustücke – und manche Kuriosität!

1809

Sa, 15.3., 13:30–14:45 Uhr, Treff: Stuttgart Württ. Landesmuseum, Altes Schloss, im Foyer € 16, Gebühr inkl. Eintritt und Führung
Mit Anmeldung! Bitte Taschen und Rucksäcke vor Beginn der Führung einschließen!



Marktplatz Bietigheim, Foto: Tilmann2007

Bietigheim entdecken – Wein und Fachwerk

Stadtführung mit Holger Starzmann M. A.
vhs-Planung und Begleitung: Susanne Renz

Kommen Sie mit zu einem stimmungsvollen Frühlingsspaziergang nach Bietigheim, einer der schönsten Städte der Region.

Unser Rundgang durch die Altstadtgassen führt vorbei an Rathaus, gotischer Kirche, dem beherrschenden Schloss und vielen schön restaurierten Fachwerkhäusern. Das prächtige Hornmolldhaus gehört zu den Schmuckstücken und beherbergt ein gelungenes Stadtmuseum, in dem wir eine Auswahl der Bietigheimer „Schätze“ anschauen werden.

Zu unserem Ausflug an die Enz gehört auch eine kleine Pause. In Bietigheim muss das Getränk der Wahl aber nicht unbedingt Kaffee sein: Die Stadt führt seit 1550 ununterbrochen kommunale Weinberichte, die zumeist von guten Jahrgängen zu berichten wissen. Vielleicht überzeugen Sie sich ja selbst?!

1811

Sa, 29.3., 14:30–18:30 Uhr
Treff: Bietigheim, vor dem Bahnhof
€ 18, mit Anmeldung!
Info zum Treffpunkt:

Ab dem Bahnhof gemeinsame Fahrt mit dem Bus in die Innenstadt (Im VVS-Ticket ab Filderstadt ist diese Fahrt enthalten. Bei Anfahrt mit dem PKW, das Busticket bitte individuell lösen).



Kaiserburg Nürnberg, Foto: DALIBRI

Nürnberg: Ein Tag in der Kaiserstadt

Bus-Tagesfahrt mit Holger Starzmann M. A.
vhs-Planung und Begleitung: Susanne Renz

Trotz mancher Verluste ist Nürnberg immer noch eine sehr schöne Stadt voll beeindruckender Bauwerke aus dem Mittelalter und der Renaissance – und wir wollen uns heute einen Überblick über diesen historischen Reichtum verschaffen.

Wir beginnen unseren Tag in Nürnberg ganz oben „im Zeichen der Burg“, denn der Bus bringt uns direkt hoch zur Kaiserburg. Von hier genießen wir einen schönen Blick über die Altstadt. Nachdem

wir den „Tiefen Brunnen“ besichtigt haben, „geht es auch mit uns bergab“: Durch Gassen und über Plätze, am stolzen Rathaus und Dürer-Haus vorbei, schlendern wir bis zur Pegnitz. Wir bestaunen unterwegs die prächtigen Hausfassaden und erfreuen uns an den für Nürnberg so typischen Erkern, den sog. „Chörlein“.

Im Laufe des Tages werfen wir selbstverständlich auch einen Blick in die mittelalterliche Sebalduskirche, die älteste Pfarrkirche Nürnbergs. In der Lorenzkirche bewundern wir das prunkvolle spätgotische Sakramentshaus vom Bildhauer und Steinmetz Adam Kraft sowie den berühmten „Englischen Gruß“ seines Kollegen Veit Stoß.

Im Stadtmuseum treten wir dann in die noblen Stuben der reichen Patrizier ein ...

Selbstverständlich haben wir auch eine gemütliche Mittagspause eingeplant: Wie wäre es, dann die berühmten Nürnberger Rostbratwürste zu probieren?

Wer mag, kann am „Schönen Brunnen“ den Wunschring drehen: Vielleicht wünschen Sie sich nach unserer Stadttour ja eine baldige Rückkehr ins schöne Nürnberg – dann mit Lebkuchenduft und Christkindmarkt?!

1812

Do, 10.4., 7:45–20:30 Uhr, Treff: Bernhausen Dombaslerstraße, am Hallenbad
€ 97, Gebühr inkl. Fahrt, Eintritte und Führungen
Mit Anmeldung!

Ab dem 13. März ist aus organisatorischen Gründen kein Rücktritt mehr möglich.



Elsässische Gebrauchskeramik, Motiv „Obernai“ (Privatbesitz), Foto: Susanne Renz

La douce Alsace – neue Entdeckungen im Elsass

Aus der Reihe „Rechts und links des Rheins“

Unsere Jubiläumsfahrt 2005/2025

mit Holger Starzmann M. A.
vhs-Planung und Begleitung: Susanne Renz

Einmal mehr wollen wir auf einer Fahrt schöne Orte im herrlichen Elsass entdecken – diesmal geht es ins Hinterland von Straßburg!

Höhepunkt – und das im wahrsten Sinne des Wortes! – ist dabei der 763 Meter hoch gelegene Odilienberg. Dieser Vogesenausläufer besitzt eine geheimnisvolle Heidenmauer, über deren Ursprünge bis heute gerätselt wird. Jüngeren Datums ist das Kloster Hohenbourg, das mit der Sage um die Heilige Odilie verbunden ist.

Bis heute ist das Kloster einer der bedeutendsten Wallfahrtsorte im Elsass; die unterhalb des Klosters entspringende Odilien-Quelle wird noch immer von Gläubigen zur Heilung von Augenleiden aufgesucht.

Zudem öffnet sich von hier oben ein herrlicher Panoramablick hinab ins Elsass und ins Rheintal!

Weitere Stationen liegen wie Perlen entlang der Elsässer Weinstraße:

In der ehemaligen Reichsstadt Obernai, die uns bei unserem Rundgang mit dem romantischen Charme elsässischer Weinorte begrüßt, verbringen wir auch unsere Mittagspause.

Weiter geht es ins Nachbarstädtchen Rosheim, dessen beeindruckende romanische Kirche wir u. a. besichtigen.

Und im Lauf dieses erlebnisreichen Tages dürfen Sie sich noch auf einen kleinen Jubiläums-Umtrunk freuen: Wir feiern im Jahr 2025 eine wunderbare Erfolgsgeschichte – die 20-jährige Zusammenarbeit von Holger Starzmann und dem GEO-Treffpunkt der vhs Filderstadt!

1813

Mi, 7.5., 7:45–20:45 Uhr, Treff: Bernhausen Dombaslerstraße, am Hallenbad € 103, Gebühr inkl. Busfahrt, Eintritt und Führungen, mit Anmeldung!

Ab dem 9. April ist aus organisatorischen Gründen kein Rücktritt mehr möglich.



Schloss Aulendorf, Foto: Michael Osdoba

Uffrur! ... Auf nach Oberschwaben ...

**Schussenried und Aulendorf:
„Bauern – Kirche – Adel“**

**Bus-Tagesfahrt mit Holger Starzmann M. A.
vhs-Planung und Begleitung: Susanne Renz**

Lassen Sie sich bitte vom martialischen Titel nicht abschrecken – wir sind auch bei dieser Fahrt ganz auskömmlich gemeinsam unterwegs!

Aber ein Schwerpunkt unserer heutigen Fahrt bildet die Große Landesausstellung in Bad Schussenried zum Thema „500 Jahre Bauernkrieg“. Unter dem Titel „Uffrur“ illustriert die Schau mittels spannender Objekte Vorgeschichte, Hintergründe und Verlauf dieses epochalen Ereignisses. Nach unserer Führung bleibt Ihnen noch ausreichend Zeit, die Ausstellung individuell zu erkunden.

Den Vormittag verbringen wir zunächst jedoch in Aulendorf. Im selten besuchten oberschwäbischen Städtchen besichtigen wir das schöne Schloss, ein Bilderbuch adeligen Wohnens – von der Renaissance bis zum Klassizismus.

Das Aulendorfer Bürgermuseum zeigt u. a. die lange Eisenbahntradition des Ortes. Die originale Ausstattung einer Paramentenstickerei gehört jedoch zu den Highlights des Museums und dokumentiert die lange Tradition kunstvoller, oft kirchlicher Textilprodukte in Oberschwaben. Einer der letzten Experten, der diese „Kunst“ heute noch beherrscht, führt die Geheimnisse dieser aufwändigen Stickerei-Technik vor.

Für die Mittagspause haben wir ein gemeinsames Mittagessen (Auswahlkarte) im gutbürgerlichen „Gasthaus Rad“ vorgesehen.

1814

Mi, 21.5., 8–20 Uhr, Treff: Bernhausen, Dombaslerstraße, am Hallenbad € 110, Gebühr inkl. Fahrt, Führungen und sämtliche Eintritte (ca. 20 Euro), mit Anmeldung!

Ab dem 22. April ist aus organisatorischen Gründen kein Rücktritt mehr möglich.



Wasserschloss Glatt, Foto: Augenstein

Kloster Kirchberg und Wasserschloss Glatt

Fromme Schwestern – Große Kuchen

**Bus-Halbtagesfahrt mit Holger Starzmann M. A.
vhs-Planung und Begleitung: Susanne Renz**

Nicht weit vom Großraum Stuttgart entfernt liegt Kloster Kirchberg – und doch befindet man sich dort schnell in einer völlig anderen Welt! Das ehemalige Kloster der Dominikanerinnen verbirgt sich noch immer abseits der Wege und hat so viel von seiner Stille und Kontemplation bewahrt. Wir besichtigen die öffentlich zugänglichen Teile der stimmungsvollen Anlage.

Etwas lebendiger geht es in Glatt zu: Das Schloss stellt eine echte Attraktion dar, denn es ist eines der wenigen Wasserschlösser des Landes und zudem eines der ältesten Renaissanceschlösser Süddeutschlands überhaupt. Die Ausstellung im Inneren nimmt uns mit in die Welt des Adels, daneben gibt es auch eine Galerie. Die schöne Landschaft zwischen Schwarzwald und Alb zog im 20. Jahrhundert zahlreiche Maler an. In der Dauerausstellung werden exemplarische Werke moderner Kunst gezeigt. Der Schwerpunkt liegt auf der sogenannten Bernsteinschule rund um den Maler und Holzschneider HAP Grieshaber.

Mit am bekanntesten sind in Glatt sicher auch die legendär großen und guten(!) Kuchen im Schlosscafé. Als Belohnung für unsere wackeren Besichtigungen haben wir uns zum Abschluss solch ein Riesenstück wohl verdient!

1815

Do, 3.7., 13–19:30 Uhr, Treff: Bernhausen Dombaslerstraße, am Hallenbad € 56, Gebühr inkl. Fahrt, Eintritte und Führungen Mit Anmeldung!

Ab dem 5. Juni ist aus organisatorischen Gründen kein Rücktritt mehr möglich.

GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN

**Die Geschenkidee
für jeden Anlass!**

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.



Blick auf Bad Dürkheim, Foto: Friedrich Haag

Herbstfahrt in die Pfalz

**Hardenburg – Bad Dürkheim – Freinsheim
Bus-Tagesfahrt mit Holger Starzmann M. A.
vhs-Planung und Begleitung: Susanne Renz**

Die schöne Pfalz begrüßt uns zu dieser stimmungsvollen Herbstfahrt:

Den Auftakt bildet die Hardenburg. Ihre mächtigen Mauern aus Pfälzer Buntsandstein, Türme mit Aussicht auf den Pfälzerwald, verwinkelte Gänge, Katakomben, Lustgärten und Reste des einst prächtigen Saalbaus und der Wohngebäude erzählen vom wechselvollen Schicksal der Burg, das im 13. Jahrhundert begann. Sie wurde später zu einer Festung und dann zum Schloss der Leiningen ausgebaut. Die Anlage zeigt wunderbar die Entwicklung vom Mittelalter bis heute.

Unsere zweite Station ist Bad Dürkheim, wo wir zünftig gemeinsam im größten(!) Fass der Welt Mittag essen werden. „Worschd und Keschde“ warten auf Sie – es gibt aber natürlich auch andere Gerichte, sowie feine Pfälzer Tröpfchen.

Nach der Pause schließt sich eine kleine Runde durch die Stadt an, die auch den Gradierbau, eines der Wahrzeichen Bad Dürkheims, einschließt. Hier wird gezeigt, wie einst Salz gewonnen wurde. Das Gradierwerk wurde in seiner heutigen Form zwischen 1847 und 1850 errichtet und ist mit 333 Meter Länge eines der größten in Deutschland.

Wir beschließen unsere Tagesfahrt im kleinen, malerischen Städtchen Freinsheim. Hinter mächtigen Wällen verbirgt sich eine gut erhaltene und liebevoll gepflegte Altstadt, die zum Bummeln einlädt.

1816

Mi, 24.9., 8–19:30 Uhr, Treff: Bernhausen Dombaslerstraße, am Hallenbad € 97, Gebühr inkl. Fahrt, Eintritte und Führungen Mit Anmeldung!

Ab dem 25. August ist aus organisatorischen Gründen kein Rücktritt mehr möglich.



Schlosshof Burg Hardenburg, Foto: Muck/wikimedia commons

PÄDAGOGIK/ PSYCHOLOGIE



Fachbereichsleitung:
Dr. Glenda Olfens, Literatur- und Sprachwissenschaftlerin
Assistenz: Ines Paul-Weiß

lpb

Landeszentrale für politische Bildung
Baden-Württemberg

E-Learning – Gemeinsam allein – für mehr Zusammenhalt



Vier Module bieten einen inhaltlichen Überblick über das Thema Einsamkeit und wie wir ihr individuell und als Gesellschaft begegnen können. Sie werden Woche für Woche freigeschaltet.

Auftakt Freitag, 31. Januar 2025,
14 bis 15:30 Uhr per Videokonferenz,
anschließend vier Wochen Online-Phase

Abschluss Freitag, 28. Februar 2025,
14 bis 15:30 Uhr per Videokonferenz

Anmeldung bitte online:
www.lpb-bw.de/veranstaltung24093

1369
€ 15

Mental stark dank Resilienz auch in schwierigen Situationen



Die 7 Säulen psychischer Widerstandskraft

Steve Windisch, Naturcoach & Stressberater

In herausfordernden Situationen brauchen wir vor allem psychische Widerstandskraft. Sie hilft uns, gelassen und souverän zu sein, mutig und entschlossen für unsere Bedürfnisse einzustehen und dabei mental stark und zuversichtlich zu bleiben. Wie schaffen es manche Menschen, sich einfach nicht unterkriegen zu lassen und Herausforderungen souverän zu meistern?

Die Forschung hat beeindruckende Erkenntnisse, welche Faktoren unsere Resilienz direkt beeinflussen. Dieser Vortrag zeigt Ihnen diese Schutzfaktoren auf, und wie es uns allen möglich ist, diese zu erlernen, zu stärken und zu trainieren.



Foto: Dr. Glenda Olfens

1370
Mo, 17.2., 19–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 9

Single? So finden Sie eine*n Partner*in auf Augenhöhe

Sonja Corinna Grill, Individualpsychologische Beraterin und Coach

Viele Menschen entscheiden sich heute bewusst, Single zu bleiben. Andere wünschen sich jedoch sehnlich eine/einen Partner*in, doch es scheint, als würde es bei Ihnen einfach nicht klappen. Sie haben „den/die Richtige/n“ noch nicht gefunden, verlieben sich in Menschen, die nicht bereit sind für eine feste Beziehung oder hängen emotional noch an einem/r Ex-Partner*in. Wie sich innere Überzeugungen und alte Verletzungen auf Ihre Partnersuche auswirken und was Sie tun können, wenn Sie einen unerfüllten Beziehungswunsch haben, erfahren Sie in diesem Kurs.

1371
Mi, 19.2., 19–21 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 22 (€ 19,80)



Foto: unsplash

STÄRKE

Starke Mütter – starke Töchter

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs für Mütter & Töchter (9 bis 12 Jahre)

Renate Rommel, Barbara Matten Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungstrainerinnen

In diesem Kurs können Mütter und Töchter gemeinsam lernen, wie sie sich vor grenzüberschreitenden oder gar gewaltvollen Situationen schützen und wehren können.

Wir werden den Blick für unangenehme und grenzverletzende Situationen schärfen und gemeinsam Strategien für den Alltag entwickeln. Durch Übungen zur Körpersprache, Rollenspiele, mentales Training und körperlichen Verteidigungstechniken wird das Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten der Gegenwehr geschult und gestärkt. Ein starkes Selbstbewusstsein und ein positives Frauenbild stehen im Mittelpunkt des Kurses.

Wenn Sie Lust haben, einen spannenden Kurs mit viel Power und Spaß mitzumachen, dann sind sie hier richtig.

Bitte mitbringen: bequeme, sportliche Kleidung, Sportschuhe, Getränk und Vesper für die Pausen.

1372
Sa, 22.2., 11–16 Uhr
So, 23.2., 11–16 Uhr
Plattenhardt, vhs, Schillerhalle
Vorbehaltlich einer Förderung können wir den Kurs kostenfrei anbieten.

Innere Balance trotz vollem Alltag – die 3 Säulen der Selbstfürsorge

NEU



Steve Windisch, Naturcoach & Stressberater

In unserem hektischen Alltag bleibt oft wenig Zeit für uns selbst. Genau hier kommt die Selbstfürsorge ins Spiel. Sie ist der Schlüssel zu einem erfüllten Leben und hilft uns, für unser Wohlbefinden selbst zu sorgen.

Doch wie können wir uns selbst zur Priorität machen, anstatt es allen recht zu machen und immer hinten anzustellen? In diesem Vortrag entdecken wir die drei Säulen der Selbstfürsorge und lernen, wie wir auch in einem vollen Alltag und ohne schlechtes Gewissen für uns selbst einstehen – um ausreichend für unsere innere Balance sorgen zu können.

1374
Mo, 24.2., 19–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 69



Foto: Susanne Klaus

LACHEN – Zwerchfell grüßt Verstand



Glücklich, gelassen, gesund den Alltag mit einem Lachen meistern

Susanne Klaus, Lachyoga Master Trainerin, Happiness- und Mental-Trainerin

Schmeckt das Leben manchmal stressig und schwer, so würzen wir es mit einer Prise Leichtigkeit und Lachen. Als Kind haben wir oft spontan bis zu 400 mal am Tag gelacht. Doch bringen wir es heute mitunter nur noch auf 10 mal am Tag und brauchen zum Lachen einen triftigen Grund.

Doch blicken wir einmal hinter die Kulissen des Lachens und der positiven Emotionen: „Lachen ist gesund“ sagt der Volksmund, und das stimmt! Lachen und positive Emotionen halten uns psychisch stabil, vergrößern unsere Aufmerksamkeit und unser Denk- und Verhaltensrepertoire. Lachen stärkt das Immunsystem, fördert die Kreativität und das soziale Miteinander, hilft Konflikte zu lösen und macht fit und erfolgreich im Alltag. Lachen ist weitaus mehr als nur „lustig“ sein. Lachen setzt einen ganzen Cocktail von Glückshormonen im Gehirn frei.

Am ersten Workshop-Abend lernen und erleben Sie, mehr Lachen, Leichtigkeit und Lebensfreude in Ihr eigenes Leben zu bringen. Am zweiten Abend steht im Vordergrund, wie Sie das Leben anderer Menschen mit der Kraft des Lachens und kleinen freudvollen Ritualen bereichern, erheitern

und erweitern können. Insbesondere widmen wir uns hier dem Bereich der Senioren zu.

Die Übungen des Lachtrainings sind dabei einfach zu erlernen und erfordern keinerlei Vorkenntnisse. Auch Yoga-Kenntnisse sind nicht erforderlich, weil ausschließlich einfache Atemübungen aus dem Yoga in das Lachtraining integriert sind.

1375

Mi, ab 26.2., 18:30–21 Uhr, 2 x
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 105, im Rahmen der Ehrenamtsakademie
gebührenfrei

lpb

Landeszentrale für politische Bildung
Baden-Württemberg

E-Learning – China-Kompetenz



In vier Modulen, die Woche für Woche freigeschaltet werden, erhalten Sie einen Überblick über die Geschichte, der nationalen und internationalen Politik sowie der Wirtschaft Chinas.

Anmeldung bitte online oder per E-Mail/postalisch mit Angabe der Seminar-Nr.: 25/09/25 und der E-Mailadresse

1376

€ 40

Glück beginnt im Kopf



Die Formel für innere Zufriedenheit und Wohlbefinden

Steve Windisch, Naturcoach & Stressberater

Wir alle wünschen uns, glücklich zu sein.

Die Glücksforschung zeigt, dass unsere Gedankenwelt unser Glücksempfinden maßgeblich beeinflusst.

Glücklich zu sein ist keine Glückssache, sondern das Ergebnis einer bewussten inneren Haltung und tagtäglicher Entscheidungen.

Dieser Vortrag lädt ein, diese Formel zu entschlüsseln und die Macht der inneren Einstellung zu nutzen, um sich ein erfülltes Leben zu gestalten – ohne ständig äußerem Glück nachzujagen.

1377

Mo, 3.3., 19–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 9

Erfolg beginnt im Kopf



Mental stark, selbstmotiviert und leistungsfähig

Steve Windisch, Naturcoach & Stressberater

Wir alle wünschen uns, mit dem, was wir tun, erfolgreich zu sein. Unser äußerer Erfolg wird dabei durch unsere innere Haltung entscheidend mitbestimmt.

Aber wie können wir mutig und selbstbewusst durchs Leben gehen – ohne unseren Selbstzweifeln das Feld zu überlassen?

Dieser Vortrag zeigt, wie so ein „Erfolgs-Mindset“ aussieht und wie wir es gezielt aufbauen können. So gehen wir unsere Herausforderungen selbstsicher, zuversichtlich und motiviert an. So können wir auch ambitionierte Ziele erreichen, weil wir es uns einerseits erlauben, groß zu denken und andererseits in den entscheidenden Momenten dranbleiben und nicht aufgeben.

1378

Do, 6.3., 19–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 9



Foto: Jeswin Thomas, unsplash

Schulangst – wie unterstütze ich mein Kind?



Elke Burkhardt

Schulbezogene Ängste bei Kindern sind vor allem seit Corona weit verbreitet. Um zu verhindern, dass diese Ängste schwerwiegende Folgen für das weitere Leben entfalten, erhalten Sie an diesem Abend einen Überblick über Erscheinungsformen und Ursachen schulbezogener Ängste. Vor allem soll es um konkrete Hinweise gehen, wie Sie Ihr Kind unterstützen können, sollte es wegen solcher Ängste unter psychischen und körperlichen Beschwerden leiden, Leistungsprobleme entwickeln oder gar nicht mehr zur Schule gehen wollen.

1379

Mo, 10.3., 19–20:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 5
€ 19, im Rahmen der Ehrenamtsakademie
gebührenfrei

Superhirn – Namen und Gesichter merken

NEU



Helmut Lange, Dipl.-Päd. (univ); Dipl.-Sozialpäd. (FH); Bestseller-Autor

Viele Menschen können sich zwar sehr gut an Gesichter erinnern, aber der dazugehörige Name ist in den meisten Fällen nicht mehr präsent. Damit Ihnen in Zukunft auch der dazugehörige Name einfällt, gibt es einfache und wirkungsvolle Methoden, sich Gesichter und Namen einzuprägen. Mit dieser Methode schaffte es auch der Gedächtnissportler Boris Konrad ins Guinness-Buch der Rekorde: 201 Gesichter und die dazugehörigen Namen in nur 15 Minuten.

Der Gedächtnistrainer und Buchautor Helmut Lange zeigen Ihnen anhand von Beispielen, wie Sie auch von dieser Methode profitieren können.

1380

Di, 11.3., 19–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 22

Eltern im digitalen Zeitalter

NEU



Cybermobbing, Übersicht der Social Media Apps

Robin Weniger

In diesem Kurs lernen Eltern, wie sie im digitalen Zeitalter ihre Kinder vor den Risiken von Social Media schützen können. Erfahren Sie, wie verschiedene Social-Media-Plattformen funktionieren und welche Auswirkungen sie auf das Leben Ihrer Kinder haben können. Wir werden die häufigsten Risiken und Herausforderungen im Zusammenhang mit der Nutzung von Social Media durch Kinder erkunden und Ihnen praktische Tipps geben, wie Sie Ihre Kinder vor Cybermobbing, unangemessenen Inhalten und Datenschutzproblemen schützen können. Egal ob Sie ein technikaffiner Elternteil sind oder sich erst langsam mit der digitalen Welt vertraut machen – dieser Kurs bietet Ihnen das nötige Wissen, um Ihre Kinder sicher durch die Welt der sozialen Medien zu begleiten. Im Rahmen der Ehrenamtsakademie, gebührenfrei

1381A

Do, 13.3., 18:15–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 25

1381B

Do, 20.3., 18:15–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 25

1381C

Do, 27.3., 18:15–20:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 25

Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner



Helmut Lange, Dipl.-Päd. (univ);
Dipl.-Sozialpäd. (FH); Bestseller-Autor

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

1382

Do, 13.3., 19–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 22

**FAMILIEN
PASS**

Neuerungen beim Familienpass!

Prüfen Sie Ihre Berechtigung –
und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 3!



Foto: Helmut Lange

Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt (für Schüler*innen)

Helmut Lange, Dipl.-Päd. (univ); Dipl.-Sozialpäd. (FH); Bestseller-Autor

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei, Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert.

Der Bestsellerautor und Dipl.-Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabeln lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen – schon während des Webinars.

1383

Di, 18.3., 16–18 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 21

Bevor der Kragen platzt – zwischen Aggression und Unsicherheit

Umgang mit Gefühlen in Alltag und Berufsleben

Petra Birgit Klein, Heilpraktikerin für Psychotherapie, psychosoziale Coachin, Erzieherin

Was sind eigentlich Gefühle und Emotionen und warum tauchen sie oft uneingeladen auf, wenn wir sie am wenigsten erwarten? Und müssen wir sie vor anderen verstecken? Wie können wir mit ihnen umgehen, ohne andere zu verletzen oder uns selbst? Was ist emotionale Intelligenz? Kann man auch zu sehr empathisch sein? Können Gefühle krank machen?

Dieser Workshop erläutert die Entstehung, Funktion und Wirkung von Gefühlen und vermittelt Strategien zum Umgang mit den eigenen und den Gefühlen Anderer. Gefühle auszudrücken ist gesund, doch es kommt darauf an, auf welche Weise wir das tun. Wenn wir unsere emotionale Seite respektieren, statt sie zu unterdrücken, kommen wir auch mit den Gefühlen unserer Mitmenschen klar. Wir können lernen, unser Innenleben auszubalancieren und authentisch zu bleiben, ob privat oder im Beruf.

1384

Fr, 21.3., 19–21:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 21
€ 19 (€ 17,10), im Rahmen der Ehrenamtsakademie gebührenfrei

Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt

Helmut Lange, Dipl.-Päd. (univ); Dipl.-Sozialpäd. (FH); Bestseller-Autor

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei, Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert.

Der Bestsellerautor und Dipl.-Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabeln lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen – schon während des Webinars.

1385

Do, 27.3., 19–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 22

5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis

Helmut Lange, Dipl.-Päd. (univ); Dipl.-Sozialpäd. (FH); Bestseller-Autor

Das Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Wenn Sie als Lernende*r an Fort- und Weiterbildung teilnehmen, greifen Sie meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein, wenn Sie nur ein paar Merktechniken anwenden. Wenn Sie also in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schnell und sicher behalten möchten, dann lassen Sie sich von einem kreativen und einflussreichen Gedächtnistrainer inspirieren. Denn Ihr Gehirn kann viel mehr, als Sie denken. Sie bekommen faszinierende Gedächtnistechniken von dem professionellen Andragogen Helmut Lange vermittelt. Schon während des Seminars kann Ihre Merkfähigkeit um 300 % gesteigert werden. Danach werden Sie nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen! Just for fun! Der Onlinekurs spricht jeden an – ob Schüler*innen, Student*innen, Berufstätige oder Senior*innen – probieren Sie es gerne aus!

1386

Sa, 29.3., 9–16:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 52

Abgrenzung üben – Die Kunst des NEIN-Sagens

Elke Burkhardt

Sagen Sie oft Ja, obwohl Sie eigentlich Nein sagen wollen? Haben Sie ein schlechtes Gewissen, wenn Sie Nein sagen? Leiden Sie gar am Helfersyndrom?

Vielen fällt oft schwer, Nein zu sagen und Grenzen zu setzen, aus Angst, als egoistisch zu gelten, als unkollegial angesehen zu werden oder andere zu verprellen. Doch ein Nein zur richtigen Zeit erspart



Foto: Xavi Cabrera, unsplash

nicht nur Ärger, sondern auch viel Zeit. Der Vortrag zeigt anhand von Beispielen auf, in welchen Situationen ein Nein die richtige Antwort ist und gibt Tipps zum erfolgreichen Nein-sagen. Haben Sie Mut, Ihre Interessen auszudrücken! Denn jedes Nein zu anderen ist ein Ja zu sich selbst!

Inhalte des Seminars:

- Warum fällt Nein-sagen so schwer?
- Welche Vorteile Sie durch Nein-sagen erlangen
- Hilfsbereitschaft und ihre Grenzen
- Wie Nein-sagen und Selbstwert zusammenhängen
- Nein-sagen ohne zu verletzen
- Grenzen setzen – Nein-sagen in der Kindererziehung
- Nein-sagen in Beruf und Ehe

1387

Mo, 31.3., 19–20:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 5
€ 19, im Rahmen der Ehrenamtsakademie gebührenfrei

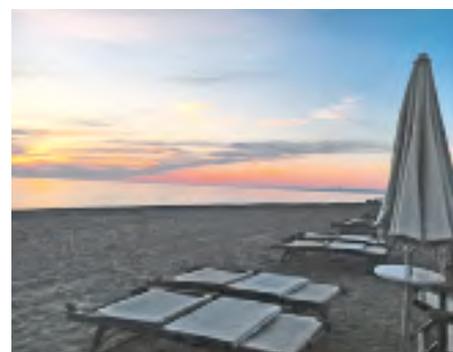


Foto: Dr. Glenda Olfens

Workshop zu Gedankenstille

Wie bringe ich das Hamsterrad zum Schweigen?

Petra Birgit Klein, Heilpraktikerin für Psychotherapie, psychosoziale Coachin, Erzieherin

Wenn wir unsere Arbeit im Kopf mit nach Hause nehmen, oder die Sorgen sich ständig im Kreis drehen, spricht man vom „Hamsterrad im Kopf“. Die Gedanken machen sich selbständig, ohne zu einer Lösung zu führen. Sie übernehmen die Führung im Oberstübchen, gönnen uns keine Pause mehr und vertreiben den Schlaf.

Dieses Gedankenkreisen wird mit der Zeit immer häufiger und so zu einer belastenden Gewohnheit. Und da es schwer ist, Gewohnheiten loszuwerden, hören sie irgendwann gar nicht mehr auf. Jeder weitere Gedanke erzeugt noch mehr Unruhe und sorgt für die Ausschüttung von Stresshormonen: das Hamsterrad dreht sich erneut.

Für den Ausstieg aus dem Hamsterrad gibt es wirksame Techniken, die Sie in diesem Workshop lernen und die für Stille im Kopf und Entspannung sorgen.

1388

Fr, 4.4., 19–21:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 16 (€ 14,40), im Rahmen der Ehrenamtsakademie gebührenfrei



Foto: Dr. Glenda Olfens

Entrümpeln – aber richtig



Die Wohnung und die Seele aufräumen

Elke Burkhardt

Wir besitzen viel zu viel: Kleidung, Schuhe, Bücher, Ererbtes, Geschenkte, Überflüssiges. Vieles ist Ballast, der Geld, Zeit und Kraft kostet und der uns blockiert. Aufräumen und Wegwerfen ist indes gar nicht so einfach, denn es konfrontiert uns mit lieb gewordenen Dingen, Überzeugungen und auch mit Ängsten. Trennt man sich jedoch von überflüssigem Ballast, so räumt man oft zugleich seine Psyche auf und kann letztlich freier leben. Erfahren Sie in diesem Vortrag,

- welche tiefliegenden Ursachen hinter Unordnung stecken können,
- wie Sie es schaffen, sich von überflüssigem Ballast zu trennen,
- mit welchen einfachen Tricks Sie dauerhaft Ordnung in Ihrer Wohnung halten können.

1389

Mo, 7.4., 19–20:30 Uhr
Online-Zoom-Raum 5

€ 19, im Rahmen der Ehrenamtsakademie gebührenfrei

In Kooperation mit dem Frauenkolleg

Gestärkt mit interkultureller Kompetenz



Antje Schmid

Gerade in einem komplexen, schnelllebigen und multikulturellen Alltag sind heute mehr denn je neues Wissen und weitere Kompetenzen nötig, um Gespräche im interkulturellen Kontext erfolgreich zu meistern, Berührungspunkte zu überwinden und das Potenzial im Wandel von Konflikten zu Kooperationen zu finden.

- Was ist interkulturelle Kompetenz?
- Was kennzeichnet meine Kultur?
- Wie kann ich interkulturelle Kompetenz erlernen und im herausfordernden Alltag anwenden?
- Auf welche Tools kann ich zurückgreifen, wenn ich nicht mehr weiterweiß?

1390

Do, 10.4., 18–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24

€ 25, im Rahmen der Ehrenamtsakademie gebührenfrei

Gefördert durch die Kleesattel-Stiftung



Foto: Timothy Eberly, unsplash

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs für Mädchen (10 bis 14 Jahre)



Renate Rommel, Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungstrainerin

Auf dem Schulhof, auf dem Nachhauseweg, in der Klasse, im Bus ... immer wieder erleben wir Situationen, in denen wir uns unwohl fühlen oder nicht wissen, wie wir reagieren sollen, wenn uns jemand ärgert oder etwas mit uns machen will, was wir nicht wollen.

In diesem Kurs kannst du zusammen mit anderen Mädchen lernen, wie Du Dich gegen blöde Anmache und Belästigungen schützen oder in bedrohlichen Situationen wehren kannst. Zum Beispiel können wir mit unserer Stimme und unserer Körpersprache ein lautes, klares „NEIN!“ sagen und frühzeitig Grenzen setzen, wenn wir etwas nicht wollen oder uns etwas unangenehm ist. Außerdem werden wir einfache und wirkungsvolle Techniken üben, mit denen Du Dich bei einem Angriff effektiv verteidigen kannst (dabei geht es nicht um komplizierte Kampfsport-Techniken, sondern um Selbstverteidigung!).

Zudem gibt es viel Spaß und Auflockerung mit tollen Spielen und Zeit für Gespräche!

Alle Mädchen sind herzlich eingeladen teilzunehmen!

Bitte mitbringen: bequeme, sportliche Kleidung, Sportschuhe, Getränk und Vesper für die Pausen.

Bei nicht-Erscheinen des Kindes wird eine Gebühr von 65€ in Rechnung gestellt.

1391

Sa, 3.5., 10–13:30 Uhr
So, 4.5., 10–13:30 Uhr
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 5

Besuch bei Doktor Wald – die positive Wirkung der Natur



Kerstin Brenner-Jirikovsky

Dass die Natur positive Wirkung auf uns hat, haben wir sicher schon mal gehört. Aber warum ist das so? Und wie kann sie Stress entgegenwirken?

Im ersten Teil des Workshops wird erklärt, welche positive Auswirkungen die Natur und vor allem der Wald auf uns haben und warum dies so ist. Im zweiten Teil tauchen wir mit allen Sinnen achtsam in die Natur ein und erleben sie auf eine andere Art als sonst auf einem Spaziergang.

Nicht geeignet für Kinder unter 14 Jahren, Rollstuhlfahrer*innen und geheimeschränkte Menschen.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien, festes Schuhwerk, ein kleines Kissen oder Polster zum Aufdem-Waldboden-Sitzen, Insekten- und Zeckenschutz, etwas zum Trinken, einen Rucksack, dem Wetter angepasste Kleidung.

1392

Sa, 10.5., 10–14:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 62



Foto: Kenin Huber

Erfolg beim Onlinedating

Sonja Corinna Grill, Individualpsychologische Beraterin und Coach

Das Dingleben hat sich längst verändert – jede dritte Ehe entsteht inzwischen online.

Wer schon mal beim Onlinedating aktiv war, der weiß, dass das manchmal ganz schön frustrierend sein kann. Doch das muss nicht sein! Es gibt ein paar Tricks, mit denen Sie die Wahrscheinlichkeit, den/die richtigen Partner*innen kennenzulernen, deutlich erhöhen. In diesem Kurs beschäftigen wir uns unter anderem mit diesen Fragen:

- Welche Dating-Plattformen gibt es?
- Wie sieht ein authentisches Profil aus?
- Wie wählt man die richtigen „Matches“ (potentielle Partner*innen) aus?

1393

Mi, 28.5., 19–21 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 18 (€ 16,20)

Die Kraft der Stimme – Brücken bauen



Atem – Stimme – Sprache

Traute Surborg-Kunstleben

Wie schon Nietzsche sagte: „Das Verständliche an der Sprache ist nicht das Wort selber, sondern Ton, Stärke, Modulation, Tempo, mit denen eine Reihe von Worten gesprochen wird, kurz die Musik hinter den Worten, die Leidenschaft hinter dieser Musik, die Person hinter dieser Leidenschaft: alles das also, was nicht geschrieben werden kann.“ In diesem Seminar werden Atemräume geöffnet und der eigene Atemfluss bewusst wahrgenommen. Gemeinsam werden wir Worte neu begreifen und Melodie, Rhythmus, Aussprache, Gestik und Körpersprache üben und so Selbstsicherheit und Ausstrahlung entwickeln.

Denn: Die Stimme ist Ausdruck Ihrer Persönlichkeit.

Bitte bequeme Kleidung anziehen.

OFI 251-106020

Fr., ab 30.5.2025, 18–21 Uhr, 2 x
An der Halle, Esslinger Straße 26,
Ostfildern-Nellingen, 80 €
Anmeldung: volkshochschule@ostfildern.de

Letzte Hilfe

Das kleine 1x1 der Sterbebegleitung



Christa Schlecht & Thomas Schönberner

„Letzte Hilfe“ ist so wichtig wie erste Hilfe! Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Mitmenschlichkeit. Letzte-Hilfe-Kurse vermitteln Basiswissen und Orientierungen sowie einfache Handgriffe in der Sterbebegleitung. Christa Schlecht und Thomas Schönberner ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden, denn Zuwendung ist, was alle Menschen am Ende ihres Lebens am meisten brauchen. Gemeinsam werden im Kurs mögliche Beschwerden im Rahmen eines Sterbeprozesses besprochen und wie wir sie lindern können. Außerdem widmen wir uns der Frage, wie wir Abschied nehmen können und klären unsere persönlichen Grenzen. Auch Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht werden im Kurs thematisiert.

OFI 251-100101

13.3.2025, 17–21 Uhr, 1x

An der Halle, Esslinger Straße 26,
Ostfildern-Nellingen, 20 €

Anmeldung: volkshochschule@ostfildern.de

Aufräumen nach Marie Kondo – wie richtiges Aufräumen Dein Leben nachhaltig verändert



Sandra Hoffmann

Keiner hat Zeit zum Aufräumen – aber jeder hat Zeit zum Suchen!

Du träumst von mehr Ordnung und Struktur in Deinem Zuhause, weißt aber nicht, wo und wie Du anfangen sollst? Du wünschst Dir, unnötigen Ballast loszuwerden? Du möchtest nachhaltige und dauerhafte Leichtigkeit in Deinem Leben?

Mit der KonMariMethode© hat das Ausmisten ein System. Und wer danach vorgeht, schafft nicht nur in seiner Wohnung Klarheit und Ordnung, sondern auch in seinem Leben.

Die Aufräummethode (Magic Cleaning) von Marie Kondo beruht auf zwei Grundsätzen: Aufräumen muss man nur einmal im Leben, aber RICHTIG!

Lass beim Ausmisten Dein Gefühl entscheiden!

Wie das funktionieren kann, erfährst Du in diesem Vortrag.

LE 251-1620

Mi, 9.4.2025, 18–20 Uhr

Leinfelden, vhs am Neuen Markt, Raum 1
€ 12, Anmeldung: vhs@le-mail.de

Märchen erzählen und erleben



Für Erzieherinnen, Kinderpflegerinnen, Eltern und Großeltern

Regina Schleid

Dieses Seminar lädt Sie ein, die tiefen Weisheiten der Märchen zu entdecken und das freie Erzählen spielerisch zu erlernen. Mit der meditativen Bild-Lernmethode entwickeln Sie Ihren eigenen Erzählstil, sodass Märchen durch Ihre Worte lebendig werden. Gemeinsam erkunden wir die Bedeutung der Märchenbilder und erfahren, wie sie den Alltag und beruflichen Alltag bereichern können. Themen, wie der Einsatz von Märchen in der Pädagogik, die Wirkung auf Kinder, der Umgang mit dem „Bösen“ im Märchen und das Erzählen für unterschiedliche Altersgruppen werden praxisnah behandelt.

LE 251-1605

Sa, 31.5.2025, 10–16 Uhr

Leinfelden, vhs am Neuen Markt, Atelier
€ 40, Anmeldung: vhs@le-mail.de

PHILOSOPHIE/RELIGION/ WELTANSCHAUUNG



Fachbereichsleitung:
Dr. Glenda Olfens, Literatur- und Sprachwissenschaftlerin
Assistenz: Ines Paul-Weiß

Zum 250. Mal der Geburtstag des Philosophen Schelling

Thomas Oser, freischaffender Philosoph

Schelling, geboren am 27. Januar 1775 in Leonberg, hat in diesem Jahr seinen 250. Geburtstag. Er war der jüngste der Trias, die er mit Hölderlin und Hegel am Tübinger Stift gebildet hat. Bereits mit 22 Jahren wurde er Professor an der Universität Jena und lehrte zunächst an der Seite Fichtes. Die Grenzen dessen Ich-Philosophie überstieg Schelling, indem er auf Spinoza und die antike Ontologie zurückging. Er begründete eine spekulative Naturphilosophie, die auch heute noch tiefenökologische Strömungen inspiriert. Seine Philosophie des Unbewussten hatte Einfluss auf die Ausbildung der Psychoanalyse. Mit der spätphilosophischen Konzeption des „Herrn des Seyns“ etablierte er eine theologische Gegeninstanz zu Hegels Verabsolutierung der Vernunft. Der Nürtlinger Philosoph Dr. Thomas Oser, der über Schelling promoviert hat, wird einige Facetten des vielfältigen Schellingschen Denkweges beleuchten.

1401

Mo, 24.2., 19–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 21
€ 25 (€ 22,50)



Foto: thought, unsplash

In Kooperation mit der Stadtbibliothek Filderstadt, der Gedenkstätte „Gemeinsame Erinnerung – gemeinsame Verantwortung für die Zukunft“ und dem Bunten Bücherladen

Man wird in späteren Zeiten von uns lesen

Szenische Lesung mit Gesang

Gedichte von Rose Ausländer, Hilde Domin, Mascha Kaléko, Nelly Sachs, Ilse Weber

Petra Christ, Künstlerin & Pia Schäfer-Mayer, Sängerin

Die Gedichte lassen die Bedrohung durch den Nationalsozialismus, die Sehnsucht nach der ver-

lorenen Heimat aus dem Exil, die Angst und das Leid im Konzentrationslager spüren.

Versöhnliche Gedichte nach der Rückkehr zeugen vom Überwinden des Unglaublichen und vom Verzeihen. Sie sind ein Appell an die Menschlichkeit, so etwas nie mehr geschehen zu lassen.

Im Mittelpunkt der Lesung stehen die Gedichte, die durch Erzählungen aus dem Leben der Dichterinnen ergänzt werden. Historische Fakten tragen zum Verständnis der Zusammenhänge bei.

Der aktuelle Bezug zu rechtsextremistischen Tendenzen in unserer heutigen Zeit ist deutlich spürbar.

Die Lesung eignet sich auch für Schüler*innen ab der zehnten Klasse.

1402

Sa, 8.3., 19–20:30 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
€ 15, für Schüler*innen gebührenfrei

Philosophischer Spaziergang: Fernweh und Heimweh



Johanna Kosch

„Wo geh'n wir denn hin? – Immer nach Hause.“ – Novalis

Auf unserem gemeinsamen Spaziergang zum Uhlbergturm stellen wir uns die Frage nach dem Unterschied zwischen Fernweh und Heimweh, welche unmittelbar mit der Frage nach der Heimat verbunden ist. Können wir Heimat umso besser verstehen, wenn wir sie auch schon mal verlassen haben und in die Ferne gezogen sind? Was bedeutet Ankommen, Zurückkommen, Weiterziehen, Bleiben? Diesem facettenreichen Thema werden wir uns u. a. mit Hilfe von Hölderlin, Ernst Bloch und Hannah Arendt annähern und gemeinsam ins Philosophieren kommen.

1403

Sa, 5.4., 14–15:30 Uhr
Treffpunkt: Wanderparkplatz Uhlbergturm,
Waldenbucher Str., 70794 Filderstadt
€ 18 (€ 16,20)

In Kooperation mit DENK-ZEICHEN e. V.
Esslingen

Neue Stolpersteine in Esslingen

Ein Streifzug durch das jüdische Esslingen

Gerhard Voß, DENK-ZEICHEN e. V.

Bei einem „Streifzug durch das jüdische Esslingen“ begegnen wir elf neu verlegten Stolpersteinen und einigen besonderen Opfer-Biografien. Außerdem besuchen wir den alten jüdischen Friedhof in der Beutauvorstadt. Männliche Besucher benötigen dort eine Kopfbedeckung.



Foto: Dr. Glenda Olfens

1404

So, 11.5., 14:30–16 Uhr
Treffpunkt: Stadtmarketing Esslingen, Marktpl. 16,
73728 Esslingen am Neckar
€ 8

Spiegel der Geschichte: Die Kirchenfenster der Stiftskirche Themenführung 2025 zum Anlass 80 Jahre Kriegsende vhs

Die Stiftskirche, eine Dorfkirche des 11. Jahrhunderts, wurde zum Wahrzeichen Stuttgarts und Zentrum des evangelischen Württembergs während der Reformation. Nach Zerstörungen im Zweiten Weltkrieg, dessen Ende sich 2025 zum 80. Mal jährt, wurde sie 1958 mit erhaltenen Bauteilen wiederaufgebaut. Archäologische Ausgrabungen und der Umbau 2003 prägen ihr heutiges Erscheinungsbild. Die Führung legt den Fokus auf die Kirchenfenster, darunter die von Hans Gottfried von Stockhausen, Adolf Valentin Saile, Rudolf Yelin und Wolf Dieter Kohler. Sie sind bemerkenswert, da persönliche Erlebnisse der Künstler aus dem zweiten Weltkrieg in ihre Kunst einfließen und die Botschaften (an kommende Generationen) nach wie vor hoch aktuell sind.

LE 251-1451

Do, 3.4.2025, 14:30–15:30 Uhr
Treffpunkt: 14:20 Uhr, Stuttgart, Stiftskirche,
Haupteingang, € 10 (keine Ermäßigung möglich)
Anmeldung: vhs@le-mail.de

In Kooperation mit den evangelischen Kirchen
in Filderstadt

5 alte Kirchen neu entdecken (50x50 Jahre)

Kirchengebäude prägen das Ortsbild und werden gleichzeitig durch die Geschichte des Glaubenslebens am Ort geprägt. Bei diesem Angebot geht es auf Spurenlese in den Kirchenräumen der 5 historischen Kirchen in den jeweiligen Teilorten Filderstadts mit zusammen etwa 2500 Jahren. Sinn und Gestalt der Kirchenräume und ihrer Spiritualität werden gemeinsam mit kreativen Methoden der Kirchenraumpädagogik erschlossen. Welche Botschaft haben die jeweiligen Kirchenräume heute?

Kirchen neu entdecken – 1. Station Plattenhardt



Plattenhardt: Antholianus-Kirche

Gunther Seibold, Dipl.-Ing. und Dipl.-Theol., Pfarrer und Dekan in Filderstadt und Mitwirkende der örtlichen Kirchengemeinde

Die gut 500 Jahre alte Antholianus-Kirche wurde 2019 innen neugestaltet und verbindet alte und neue Elemente. Sie ist flexibel nutzbar und sie hat als Besonderheit einen in Deutschland einmaligen Namen.



Foto: Gunther Seibold

1405

Sa, 19.7., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Antholianuskirche Plattenhardt
gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten

Kirchen neu entdecken – 2. Station Harthausen



Harthausen, evang. Kirche

Gunther Seibold, Dipl.-Ing. und Dipl.-Theol., Pfarrer und Dekan in Filderstadt und Mitwirkende der örtlichen Kirchengemeinde

Die Kirche in Harthausen entstand um 1835, als der Württembergische Hof an jedem Ort für einen „Kirchenraum für alle“ sorgte. Die klare Gestaltung schafft einen aufgeräumten Eindruck, der durch die neue Eingangsgestaltung mit Chic noch verstärkt wurde.



Foto: Gunther Seibold

1406

Sa, 26.7., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Harthausen, evang. Kirche
gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten

Kirchen neu entdecken – 3. Station Sielmingen



Sielmingen: Martinskirche

Gunther Seibold, Dipl.-Ing. und Dipl.-Theol., Pfarrer und Dekan in Filderstadt und Mitwirkende der örtlichen Kirchengemeinde

In der Sielminger Martinskirche muss sonntags Platz für viele Menschen sein. Sie bietet erweiterten Raum und lädt zu einer historischen Spurensuche ein. Ein Prachtstück ist die Orgel mit ihrem glänzenden Prospekt.



Foto: Gunther Seibold

1407

Sa, 2.8., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Sielmingen: Martinskirche
gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten

Anmeldung bitte so früh wie möglich!

i Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben. Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.

Kirchen neu entdecken – 4. Station Bernhausen



Bernhausen: Jakobus-Kirche

Gunther Seibold, Dipl.-Ing. und Dipl.-Theol., Pfarrer und Dekan in Filderstadt und Mitwirkende der örtlichen Kirchengemeinde

Die Jakobus-Kirche feiert 2025 ihren 550. Geburtstag und bietet Platz für hunderte Menschen in zwei Kirchenschiffen, die im rechten Winkel zueinander stehen. So entstehen für den Gottesdienst unterschiedliche Raumangebote und Blickbeziehungen.



Foto: Gunther Seibold

1408

Sa, 9.8., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Bernhausen: Jakobus-Kirche
gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten

Kirchen neu entdecken – 5. Station Bonlanden



Bonlanden: Georgskirche

Gunther Seibold, Dipl.-Ing. und Dipl.-Theol., Pfarrer und Dekan in Filderstadt und Mitwirkende der örtlichen Kirchengemeinde

Die Georgskirche ist ein historisches Kleinod im groß gewordenen Ort. Interessante Details laden zum Entdecken der 550 Jahre alten Kirche ein, die Spuren unterschiedlicher Bauepochen mit in die Gegenwart gebracht hat.



Foto: Gunther Seibold

1409

Sa, 16.8., 10–11:30 Uhr
Treffpunkt: Bonlanden: Georgskirche
gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten

GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN GUTSCHEIN

Die Geschenkidee für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.



ELEKTRONISCHE DATENVERARBEITUNG



Fachbereichsleitung:
Kirsten Jacobsen (Dipl.-Verwaltungswirtin)
Sekretariat: Alexandra Neff-Sulz

BERATUNGSTERMIN

Kostenloses Schnupperangebot und EDV Kursberatung

Haben Sie sich bisher noch nicht an den Computer getraut? Wir laden Sie ein, unseren Computerraum kennen zu lernen. Eine erfahrene Dozentin unterstützt Sie bei ersten Schritten im Internet und zeigt Ihnen vielfältige Nutzungsmöglichkeiten des PCs und Internets im Alltag. Wir informieren und beraten Sie gerne über unsere verschiedenen Kursangebote. In einem gemeinsamen Gespräch suchen wir den für Sie passenden Kurs aus.

Schauen Sie vorbei und lassen Sie sich begeistern! Wir freuen uns auf Sie!

Schnuppertermin: Mo, 27.1., 16–18 Uhr
vhs Plattenhardt, EDV-Raum

Kursberatung: Mo, 27.1., 16–19 Uhr
Plattenhardt, Geschäftsstelle der vhs
Kirsten Jacobsen und Alexandra Neff-Sulz

EINFÜHRUNGSKURSE

Wissenswertes beim Kauf eines PCs oder Smartphones



Unabhängige und objektive Tipps

Abendkurs mit Jutta Bundschuh

Wer sich einen neuen Computer oder ein Smartphone anschaffen möchte, hat ein Problem: Die Auswahl an Geräten ist scheinbar grenzenlos. Ob Laptop oder Schreibtischrechner, Smartphone, Tablet, Spiele-PC oder bessere Schreibmaschine: Die Geräte unterscheiden sich nicht nur im Preis, sondern vor allem in Qualität, Leistung und Service. Dieser Kurs soll bei der Suche nach dem idealen PC, Notebook oder Smartphone für die eigenen Bedürfnisse helfen. Die wichtigsten Unterschiede zwischen den Geräten werden ebenso erläutert, wie die vielen Fachwörter, mit denen in den Prospekten so gerne geworben wird.

Kursinhalte:

- Welche Hardware? Desktop, Notebook, Netbook, Tablet oder Smartphone?
- Stolperfallen bei der Hardwareausstattung
- Hauptspeicher
- Prozessor
- Festplatte
- Grafikkarte
- Bildschirm

2100

Mo, 27.1., 18:30–20:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Grundbildung: Digital unterwegs – Nutzung von Smartphone und Tablet

Als wichtige Voraussetzung gesellschaftlicher Teilhabe

Vormittagskurs mit Jutta Bundschuh

Neben dem rein technischen Wissen im Umgang mit Smartphone und den sozialen Netzwerken gibt dieser Kurs Hilfen bei der Orientierung auf Webseiten, bei der Suche von Beratungsangeboten und bei der Verarbeitung von Online-Informationen für Eltern (Webseiten von Schulen, Lernapps, Bus- und Zugverbindung recherchieren, Online Kursanmeldungen etc.). Auch sicheres Einkaufen im Netz (Kosten, Kostenfallen) und die System-einstellungen der mobilen Endgeräte werden Thema im Kurs sein.

5001

Mo, ab 24.3., jeweils 10–12 Uhr, 9 x
kein Kurs in den Ferien
Bernhausen, Evangelisches Familienzentrum,
Rosenstr. 94/2 (Johannes-Kirche), Raum B im UG
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Grundbildung Teil 2: Digital unterwegs – Nutzung von Smartphone und Tablet

Als wichtige Voraussetzung gesellschaftlicher Teilhabe

Nachmittagskurs mit Jutta Bundschuh

Sie haben schon erste Erfahrungen mit dem Smartphone gemacht und benutzen es auch regelmäßig, aber es fehlen Ihnen noch zum Beispiel ein PayPal- oder Klarna-Konto, damit Sie die online gefundenen Tickets oder Einkäufe auch bezahlen können.

Ebenso möchten Sie Ihre Kenntnisse in anderen Apps wie zum Beispiel WhatsApp oder Google Maps (Karten) vertiefen oder neue, interessante Apps wie Instagram, Spotify, Instagram oder Pinterest kennen lernen.

5002

Mo, 24.3., 7.4., 28.4., 12.5. und 26.5.
jeweils 13–15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

vhespresso

– klein – stark – gut.

Wir garantieren die Durchführung der Termine ab 3 Teilnehmenden (max. 5 Teilnehmende); ausgenommen ist gem. AGB ein Ausfall des Kursleiters, der Kursleiterin (wie z. B. Krankheit), der eine Kursdurchführung wie ausgeschrieben unmöglich macht.

Ihr Vorteil: Ihre Themen werden in einer Kleingruppe intensiv behandelt. Sie wünschen einen anderen Termin? Sprechen Sie uns an!

Dieses Kursangebot der Volkshochschulen Baden-Württemberg ist durch die Espresso-Tasse gekennzeichnet!

GRUNDLAGEN

Schluss mit Datenchaos – Dateien und Ordner professionell organisieren

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

Sie möchten Dokumente (oder andere Dateien) auf Ihrem PC (keine Apple Geräte) ordnen? Sie finden manchmal Ihre gespeicherten Fotos nicht wieder? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie!

Sie lernen schnell und kompakt, wie Sie den Windows-Explorer zur effizienten Dateiverwaltung einsetzen können.

Kursinhalte:

- Das System von Laufwerken, Ordnern und Dateien verstehen
- Erstellen einer effizienten Ablagestruktur
- Löschen, verschieben, kopieren und umbenennen von Dateien und Ordnern
- Gezielte Suche nach Dateien
- Umgang mit Datenträgern (CD, USB-Sticks)

Voraussetzung: PC- und Windows-Grundkenntnisse. Sie sollten im Besitz von Windows 10/11 sein.

USB-Speicherstick und Schreibutensilien bitte mitbringen.

2107

Mo, 24.2., 8–12:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 54 (€ 49,60), inkl. Skript

Umgang mit Dateiformaten (txt, pdf, jpg, zip, ...)



Abend-Workshop mit Rainer Finger

Sie wissen, wie Sie allein Ihre eigenen Dokumente handhaben und nutzen. Im Berufsalltag müssen Sie aber häufig Dokumente/Dateien mit anderen Personen austauschen. Sie erhalten zum Beispiel per E-Mail Dateien in einem für Ihre Programme fremden Dateiformat. Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit solchen Formaten umgehen und eigene Daten so weitergeben, dass die Empfänger*innen damit problemlos arbeiten können.

Inhalte:

- Verschiedene Text- und Grafik-Dateiformate kennen lernen (docx, rtf, txt, bmp, jpg, pdf)
- Komprimierung von Dateien (z. B. zip, jpg, gif) zum Einsparen von Speicherplatz und zur Reduktion der Übertragungszeit im Internet
- Verkleinerung von Bildern durch Änderung der Farbtiefe und der Auflösung
- Lösungen und Übungen für die Umwandlung von Dateien in andere Dateiformate
- Archivierung von Dokumenten

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit dem PC und Windows, Erfahrungen mit einem Office-Programm und E-Mail

2109

Do, 26.6., 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 61, vhespresso-Kurs: 3–5 Teilnehmende

Meinen Computer richtig einrichten und aufräumen (keine Apple Geräte)

Abend-Workshop mit Rainer Finger



Der Computer präsentiert sich Ihnen, wenn Sie ihn erwerben oder von jemandem übernehmen, in einer verwirrenden Fülle von Einstellungen, Hinweisen und Aufforderungen. Unser erfahrener Dozent erklärt Ihnen wichtige Voreinstellungen und Sie erfahren, wie Sie die Vielfalt an Einstellungen reduzieren und an Ihre Bedürfnisse anpassen können. Auch werden wir einen Blick auf den entstehenden Datenmüll auf dem PC werfen. Wie befreien Sie Ihren Computer von lästigem Datenmüll? Der Kurs ist für Sie geeignet, wenn Sie sich mehr Übersicht über Ihren Computer wünschen und sicher mit den Programmen umgehen möchten.

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse

2110

Do, 22.5., 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 61, vhespresso-Kurs: 3–5 Teilnehmende

MS OFFICE

MS 365 Grundlagen

Abendkurs mit Rainer Finger

Dieser Kurs gibt Ihnen einen Überblick zu den Neuerungen und Möglichkeiten unter Office 365 und ermöglicht Ihnen einen schnellen Einstieg in die Microsoft 365-Welt.

Kursinhalte:

- Überblick Office 365
- Neuer Ansatz Microsoft 365: Desktop Apps, Onlineversionen; Benutzerkonto als Basis
- Neue Benutzeroberfläche
- Neuerungen im Vergleich zu früheren Office-Anwendungen
- im Browser mit Ihren Apps arbeiten
- Gemeinsame Dokumentenbearbeitung (Dokumente in der Cloud speichern und im Team bearbeiten)
- Ihre E-Mails in Outlook online abrufen und bearbeiten
- Informationen zu Ihrer Person in Microsoft 365 bearbeiten können
- Online-Notizbücher erstellen und gemeinsam nutzen

Voraussetzungen:

Grundlagenkenntnisse einer Vorgängerversion

2111

Do, 27.3. und Do, 3.4., jeweils 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 76 (€ 70), inkl. Skript

Personal-Qualifizierung nach Maß:

ortsnah – individuell – kompetent

Wünschen Sie gezielt auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens abgestimmte Seminare?

Wir beraten Sie gerne und erstellen für Sie ein individuelles Fortbildungsangebot!

Fordern Sie uns! Rufen Sie an!

Ihre Ansprechpartnerin:

Martina Jürgensen-Mohrs, Tel.: 0711 7003-4376
E-Mail: mjuergensen-mohrs@filderstadt.de
Internet: www.vhs-filderstadt.de



Foto: KI Bild generiert von Elisa Fischer

Fit fürs Büro in einem Semester – Office 2021



Kombikurs Word/Excel/PowerPoint/Outlook und Büroorganisation

Abendkurs mit Marco Bimbös

Sie möchten zurück in den Beruf, vielleicht ins Büro oder in den kaufmännischen Bereich?

Der letzte PC-Einsatz ist schon eine Weile her, Sie fühlen sich unsicher, haben „Nachholbedarf“?

Frischen Sie Ihr Wissen auf! In diesem Kurs lernen Sie den grundlegenden Umgang mit und zwischen den wichtigsten Programmen im Büro: den Office-Programmen Word, Excel, PowerPoint und Outlook. Dazu gibt es praxisnahe Tipps zur Büroorganisation.

Aus dem Inhalt:

- Ordner und Explorer – speichern und wiederfinden
- Texte und Tabellen – erstellen, ändern, formatieren, Tipps und Tricks
- Briefe nach DIN, Brieftexte, Seriendruck
- Umgang mit Grafiken und Bildern
- Mails von Word nach Outlook, Präsentationen von Word nach PowerPoint
- Rechnen in Excel, Formeln und Funktionen, Diagramme erstellen
- Kopieren, Ausschneiden, Einfügen, Duplizieren, Verknüpfen mehrerer Programme

Theoretischer Teil: Effizientes Arbeiten und Arbeitsabläufe im Büro (Geräte, Zeitmanagement).

Sie erhalten Routine im Umgang mit dem PC und beherrschen die wichtigsten Regeln der Büroorganisation. Pluspunkt: Interaktive Betreuung per E-Mail und eigene Internet-Plattform. Praxisnahe Unterlagen werden gestellt. Sie erhalten nach Abschluss des Kurses ein „Qualifiziertes Zeugnis“.

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse

2112

Di, ab 25.2., 18:30–21:30 Uhr, 15 x
Sielmingen, Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium,
EDV-Raum, Seiteneingang vhs
€ 399 (€ 359), inkl. Kursunterlagen
ESF-Fachkursförderung und Ratenzahlung
möglich

Zusätzlicher Pluspunkt in dem Kurs 2112:

Während des Kurses – bis einschließlich eine Woche nach dem letzten Schulungstermin – werden die Teilnehmenden interaktiv durch den Dozenten betreut.

ELTERNTREFF

Elterntreff im Rahmen des interkulturellen Elternmentorenprogrammes

Für die Elterntreffs wurde ein Antrag auf Förderung durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration beantragt. Sofern dieser bewilligt wird, sind die Elterntreffs gebührenfrei.



Baden-Württemberg
Ministerium für Soziales,
Gesundheit und Integration

- Haben Sie Schulkinder?
- Möchten Sie sich gerne mit anderen Eltern austauschen?
- Fürchten Sie, die Kontrolle zu verlieren, wenn Ihre Kinder immer mehr im Netz unterwegs sind und Sie nicht wissen, was diese dort machen?
- Homeschooling oder Online-Unterricht bringen Sie an Ihre Grenzen?
- Wollen Sie sich beruflich weiterentwickeln und Ihre EDV-Kenntnisse auffrischen?

Haben Sie eine der obigen Fragen mit „JA“ beantwortet, sind Sie in unseren Elterntreffs genau richtig. Bei jedem Treffen gibt es ein Schwerpunktthema, aber es bleibt dennoch viel Zeit zum gegenseitigen Austausch oder dem Besprechen von aktuellen Themen rund ums Lernen und vor allem um den digitalen Alltag – bzw. wie kann die Digitale Welt mich unterstützen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – jeder arbeitet in seinem Tempo.

Program designed especially for parents – the lecture will be in german with english translation if so desired. In total, you may attend 10 courses – each of which can be booked individually without cost. A vital part of this course is the exchange with other participants so we can profit from each others knowledge and experiences.

Schwerpunktthemen der Elterntreffs:

Die Elterntreffs sind gebührenfrei und finden alle in Plattenhardt, vhs, EDV-Raum statt. Eine Anmeldung ist erforderlich. Alle Termine sind einzeln oder als Paket buchbar!

Alle Elterntreffs werden von unserer erfahrenen Dozentin Jutta Bundschuh durchgeführt. Englisch ist kein Problem! Falls Sie eine andere Sprache sprechen versuchen wir eine*n Dolmetscher*in zu organisieren. Bitte kontaktieren Sie uns

Wie funktioniert das deutsche Schulsystem

Everything you should know about the german school system

Wie funktioniert das deutsche Schulsystem? Welche Möglichkeiten habe ich für mein Kind? Vom Kindergarten bis zur Ausbildung oder einem Studium gibt es sehr viele Wege, die man einschlagen kann. Auch Weiterbildungsmöglichkeiten für Erwachsene werden Thema sein. Welche weiteren Themen (Fortbildungswünsche) wären für Sie als Eltern wichtig und interessant? Lassen Sie uns gemeinsam Vorschläge für weitere Kurse bei der vhs Filderstadt erarbeiten – dem Lernen sind keine Grenzen gesetzt.



Everything you should know about the German school system. What opportunities exist for my child? Starting in „Kindergarten“ and finishing with an apprenticeship or attending a university. Further advanced education for adults will also be an issue. Do you have further questions or ideas, regarding issues that you might want to learn more about? Which courses would you like to attend at the vhs Filderstadt? Let's see what we can come up with, in order to present it to the vhs Filderstadt.

2114A

Di, 25.3., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei

Freizeitaktivitäten – was kann ich mit meinem Kind unternehmen

Extracurricular activities – places to go with your children

Freizeitaktivitäten – was kann ich mit meinen Kindern unternehmen? Neben den Vereinsaktivitäten, Schwimm- und Spaßbädern, gibt es viele Museen, Zoos, Wanderungen und andere Aktivitäten für Kinder (mit und ohne Erwachsene). Wir wollen uns gemeinsam austauschen und in entspannter Atmosphäre unsere nächsten Freizeitaktivitäten planen.

Extracurricular activities. Places to go with your children. Starting with various associations offering sports, art or other cultural activities, we will talk about “fun-pools”, museums, zoos and other touristic (or just fun places) sites to visit with your children (or alone). Come and enjoy planning your future activities with us while having a cup of coffee or tea.

2114B

Di, 1.4., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei

Lernplattformen

Browserbased websites to support child's learning

Lernplattformen – wir fangen mit den Lernplattformen, welche speziell für Vorschulkinder oder Grundschüler*innen geeignet sind, an und enden mit den digitalen Anwendungen für Schulabgänger*innen. Anton, Schlaukopf, The Simple Club und Lehrer Schmidt sind nur einige der vorgestellten Plattformen. Wollen Sie einen ersten Einblick ins Programmieren (geeignet für Kindergarten bis 99 Jahre) erhalten – dann sind sie hier genau richtig.

Today we will introduce some commonly used apps as well as browserbased websites that can support your child's learning. While some are even used in grammar schools, others are even interesting for university students to help with difficult math, physics or chemistry assignments (Anton, Schlaukopf, The Simple Club und Lehrer Schmidt are some of the most popular ones). Let's start with an easy programming language (suitable for „kids“ ages 5 to 99).

2114C

Di, 8.4., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei

Internet (Möglichkeiten und Gefahren) und Soziale Netzwerke

Internet (Opportunities and dangers) and social networks

Internet und mehr, erklärt für Kinder und Erwachsene. Was müssen die Kinder wissen, wenn sie im Internet unterwegs sind? Was müssen die Erwachsenen wissen, wenn sie im Internet unterwegs sind. Soziale Netzwerke (WhatsApp und seine Alternativen, Snapchat, Instagram), Möglichkeiten und Gefahren.

How does the internet work – an explanation for children and adults. What should children know while surfing the net? What must adults know while surfing the net? Let's also talk about some social networks such as WhatsApp, Snapchat and Instagram. Opportunities as well as dangers.

2114D

Di, 29.4., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei

Offener Treff – Fragen, Vertiefung und Austausch

Time to review or finish what we have learned

Offener Treff – Fragen, Vertiefung und Austausch zu vorherigen Themen und Kennenlernen weiterer interessanter Internetseiten für Kinder und Erwachsene. Welches sind Ihre bevorzugten Webseiten?

Time to review or finish what we have learned above, as well as ask questions. Get to know some more interesting websites for children as well as for adults. What are your favourites?

2114E

Di, 6.5., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei

MS Word

Jetzt sind die Erwachsenen dran: Wir arbeiten mit MS Word (oder bei Bedarf auch Open- bzw. Libre-Office). Entschuldigungen für die Schule und Protokolle schreiben leicht gemacht. Gerne dürfen Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

From now on the focus will be on adults: Starting with MS Word (or the LibreOffice equivalent) we will learn how to write excuses for school, letters or even create invitations. Feel free to bring your own laptop with you.

2114F

Di, 13.5., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei

MS PowerPoint

Wir arbeiten mit MS PowerPoint (LibreOffice Impress): Türschilder, Gutscheine, Präsentationen (das werden die Kinder in den weiterführenden Schulen auch können müssen) oder eine Bildersammlung für die nächste Familienfeier.

Today we will use MS PowerPoint (LibreOffice Impress) to create vouchers, flyers or learn how to make a slide show using family photos. Students in “weiterführenden” schools – starting with grade 5, will also need to use PowerPoint for various school presentations.

2114G

Di, 20.5., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei



Foto: KI Bild generiert von Elisa Fischer

MS Excel

MS Excel: Wir arbeiten an einem wiederverwendbaren Stundenplan und schauen uns dabei die Grundfunktionen von Excel an. Auch kleine eigene Tabellen werden Sie nach diesem Kurs schon erstellen können.

MS Excel – we will work on a reusable timetable for school, thereby learning some basic Excel functions which will enable you to create your own small spreadsheets for calculations.

2114H

Di, 27.5., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei

Geförderte Fachkurse

Für die mit „Fachkursförderung möglich“ gekennzeichneten Kurse hat die Volkshochschule Filderstadt Unterstützung des Ministeriums für Wirtschaft, Arbeit und Tourismus Baden-Württemberg aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus beantragt. 30% oder 70% Zuschuss zur Kursgebühr sind möglich.

Ein Zuschuss von 30% der Kursgebühr ist möglich, wenn Sie in Baden-Württemberg wohnhaft oder beschäftigt sind. Darüber hinaus müssen Sie eine der folgenden Voraussetzungen erfüllen:

- Sie sind in einem Betrieb beschäftigt, aber nicht bei Bund, Land oder einer kommunalen Gebietskörperschaft
- Sie sind Unternehmer*in oder Freiberufler*in
- Sie sind Existenzgründer*in oder gründungswillig
- Sie sind Wiedereinsteiger*in (nach Arbeitslosigkeit, Familienphase o. ä.)

70% Ermäßigung können Sie erhalten, wenn Sie darüber hinaus 55 Jahre oder älter sind.

Personen ohne anerkannten Berufsabschluss (unabhängig vom Alter) können 70% Ermäßigung erhalten.

Nähere Informationen: Kirsten Jacobsen, Fachbereichsleiterin, Tel. 0711 7003-4384

Kofinanziert vom Ministerium für
Wirtschaft, Arbeit und Tourismus
Baden-Württemberg



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Unterstützt durch das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Tourismus Baden-Württemberg aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus



Wiederholung, Vertiefung oder Fertigstellen der zuvor erstellten Office-Unterlagen

Time to review or finish what we have learned in the other courses

Offener Treff – Wiederholen, Vertiefen und Fertigstellen der zuvor in Word, PowerPoint oder Excel erstellten Unterlagen. Erzeugen und Verschicken von PDF-Dateien via E-Mail (oder anderen sozialen Netzwerken).

Time to review or finish what we have learned above, as well as ask questions. We will create pdf files and learn how to send those with your e-mail program or via a social network.

2114I

Di, 3.6., 10–12:15 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei

Videokonferenzsoftware

Videoconferencing software

Bekanntes Videokonferenzsoftware wie ZOOM, WebEx, Jitsi aber auch andere schnelle Lösungen – wie Sie zum Beispiel einfach und kostenfrei ein Videotelefonat mit entfernten Verwandten führen können – werden besprochen und ausprobiert. Fragen sind herzlich willkommen.

Commonly used videoconferencing software like ZOOM, WebEx and Jitsi will be introduced.

Further we will discuss and test easy and cheap solutions to get in touch with your loved ones far away.

Questions are welcome.

2114J

Di, 8.7., 10–12:15 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, gebührenfrei

TEXTVERARBEITUNG

MS Word Grundkurs kompakt

Jetzt Texte noch besser gestalten!

Samstagskurs mit Jörg Jaissle

Kursinhalte:

- grafische Benutzeroberfläche von Word
- Textfassung und -bearbeitung
- Text korrigieren, löschen, verschieben, kopieren
- Schrift- und Absatzformatierungen
- Seiteneinrichtung
- Drucken
- Kopf-/Fußzeilen
- AutoText
- einfache Tabellen
- Rechtschreibprüfung und AutoKorrektur
- Dokumente speichern

Voraussetzung: Sicheres Arbeiten mit Windows; Sie sollten im Besitz von Microsoft Word in der Version 2016, 2019 oder Office 365 sein.

USB-Speicherstick und Schreibutensilien bitte mitbringen.

A212I

Sa, 25.1. und Sa, 1.2., jeweils 13–19 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

€ 109 (€ 100), inkl. Skript

212I

Sa, 17.5. und Sa, 24.5., jeweils 13–19 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

€ 109 (€ 100), inkl. Skript

Word SOS – Die besten Tipps & Tricks für effektives Arbeiten

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

Microsoft Word ist eines der beliebtesten Schreibprogramme. In den letzten Jahren hat sich das Programm zu einem zunehmend komplexen Textverarbeitungs-Koloss entwickelt. Hinter unscheinbaren Menüs stecken einige Funktionen, die viele gar nicht kennen. Dabei handelt es sich aber oft um pfiffige Hilfen, die Schreibebeiten am PC einfacher, eleganter und besser machen. Zum einen erklären wir Ihnen grundlegend die Unterschiede zwischen Word und kostenfreien Alternativen, zum anderen zeigen wir Ihnen Tipps und Tricks, mit denen Sie im Nu zum Word-Profi werden.

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Umgang mit PC und Word 2016, 2019 oder Office 365.

Schreibutensilien bitte mitbringen.

2122

Mo, 17.3., 9–12 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

€ 30 (€ 27)

Kreative Word-Vorlagen leicht gemacht: Briefvorlagen, Aushänge, Flyer und Broschüren



Nachmittagskurs mit Jörg Jaissle

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit Microsoft Word vielseitige Vorlagen erstellen – von Aushängen über Faltblätter und Broschüren bis hin zu Brief- und Protokollvorlagen. Die erlernten Techniken und Tricks lassen sich beruflich, privat oder im Vereins- und Ehrenamtsbereich vielfältig einsetzen. Anhand praktischer Beispiele und detaillierten Schritt-für-Schritt-Anleitungen wird das notwendige Wissen einfach und verständlich vermittelt. Übungen helfen Ihnen, die Techniken direkt anzuwenden und zu vertiefen.

Kursinhalte:

- Aushänge erstellen: Querformat, Tabellen, Abreißstreifen
- Faltblätter erstellen: Text in Spalten, Bilder und Tabellen einfügen, Druckeinstellungen für Faltblätter
- Broschüren erstellen: Einstellungen für Broschürendruck, Inhaltsgestaltung
- Brief- und Protokollvorlagen erstellen: Briefkopfplatzierung für Fensterkuvert, Falzmarken

Voraussetzung:

Der Kurs richtet sich an Personen mit vorhandenen grundlegenden Computer- und Word-Kenntnissen. Sie sollten im Besitz von Microsoft Word in der Version 2016, 2019 oder Office 365 sein.

Schreibutensilien bitte mitbringen.

2123

Di, 11.3. und Di, 18.3., jeweils 14–17 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

€ 71 (€ 65), inkl. Skript

TABELLENKALKULATION

MS Excel Grundkurs kompakt



Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

Lernen Sie schnell und ohne Ballast, wie Sie mit Excel problemlos Daten eingeben, formatieren, Berechnungen durchführen, aussagekräftige Tabellen und Diagramme erstellen, speichern und drucken. Unterstützt mit leicht verständlichen, praxisnahen Beispielen und Tipps erfahren Sie, wie Sie clever und zielorientiert mit Excel arbeiten. So können Sie Ihre Excel-Kompetenzen schrittweise entsprechend Ihrer persönlichen Anforderungen einfach ausbauen.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Tabellenbearbeitung
- Zellen formatieren
- Mit einfachen Formeln und Funktionen arbeiten
- Diagramme erstellen
- Arbeitsmappen verwalten und drucken
- Daten sortieren und filtern
- Excel individualisieren

Voraussetzung:

PC- und Windows-Grundkenntnisse. Sie sollten im Besitz von Microsoft Excel in der Version 2016, 2019 oder Office 365 sein.

USB-Speicherstick und Schreibutensilien bitte mitbringen.

A2126

Mi, 15.1. und Mi, 22.1., jeweils 8–13 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

€ 93 (€ 85), inkl. Skript

ESF-Fachkursförderung möglich

2126

Mi, 30.4. und Mi, 7.5., jeweils 8–13 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum

€ 93 (€ 85), inkl. Skript

Excel im Vereinsalltag – Mitgliederliste, Haushaltsbuch, Kostenaufstellung, Finanzierung & Co



Excel jetzt noch einfacher anwenden!

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

Ihr PC ist mehr als nur ein Werkzeug zum Surfen im Internet und zum Schreiben von Texten. Er unterstützt Sie auch hervorragend bei der Erstellung von Listen oder der Durchführung von Berechnungen – besonders im Vereinsalltag.

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt:

- Mitglieder- oder Inventarlisten zu führen (Tabellen gestalten und Daten sortieren)
- Haushalts- oder Fahrtbücher zu führen und grafisch darzustellen (Diagramme erstellen und mit mehreren Tabellenblättern arbeiten)
- Kostenvergleiche vorzunehmen (einfache Berechnungen ausführen, z. B. Stromanbieter-Vergleich)
- Tilgungspläne zu erstellen (Zinsen und Kredite berechnen)

Nutzen Sie Excel, um Ihre Vereinsarbeit effizienter zu gestalten und Ihre Mitgliederverwaltung, Finanzplanung und organisatorischen Aufgaben zu optimieren.

Voraussetzung: Grundlegende PC-Kenntnisse, Vorkenntnisse in Excel sind nicht zwingend erforderlich. Sie sollten im Besitz von Microsoft Excel in der Version 2016, 2019 oder Office 365 sein.

USB-Speicherstick und Schreibutensilien bitte mitbringen.



2127

Di, 22.7. und Di, 29.7., 9–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 68 (€ 62), inkl. Skript

Excel SOS – Die besten Tipps & Tricks für effektives Arbeiten

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

Möchten Sie Ihr Excel an Ihre persönlichen Bedürfnisse optimal anpassen? Oder einfache und nützliche Formeln, Funktionen und sogar Makros kennenlernen, die Ihr privates und berufliches Arbeiten erleichtern? Kommt Ihnen der Fehlercode „#WERT!“ bekannt vor? Interessiert Sie das Gestalten, Auswerten und Sortieren von Daten?

Dann sind Sie mit diesem Kurs bestens beraten! Mit den richtigen Kniffen sparen Sie Zeit und erledigen Ihre Aufgaben im Handumdrehen. Perfekt für Ausbildung und Beruf, zum Lernen oder Auffrischen.

Voraussetzung: Excel-Grundlagenkenntnisse und sicheres Arbeiten sind erforderlich; der Kurs ist weder für Excel-Neulinge, noch für Fortgeschrittene/Experten*innen geeignet. Sie sollten im Besitz von Microsoft Excel 2016, 2019 oder Office 365 sein.

USB-Speicherstick und Schreibutensilien bitte mitbringen.

A2128

Mi, 29.1., 8–12:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 53,50 (€ 49), inkl. Skript

2128

Mi, 4.6., 8–12:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 53,50 (€ 49), inkl. Skript

Netzwerk  Fortbildung

Excel 365 Listen, Filter und Pivot-Tabellen

Daten professionell auswerten

Abendkurs mit Rainer Finger

Sie möchten wie ein Profi Filter und Pivot-Tabellen nutzen, um Ihre Daten in Excel 365 auszuwerten? Anhand handlungsorientierter Beispiele erlernen Sie im Kurs den effizienten und professionellen Einsatz von Filtern und Pivot-Tabellen in der täglichen Praxis. Durch diese Auswertungen kann man die zusammengefassten Daten in tabellarischer Form sowie in Pivot-Charts präsentieren.

- Umgang mit großen Tabellen
- Import und Export von Daten
- Sortieren und Filtern von Datenbanklisten (AutoFilter, Spezialfilter)
- Pivot-Tabellen aus Excel-Daten erstellen, filtern und auswerten
- Aufbau und Darstellung einer Pivot-Tabelle ändern
- Pivot-Tabellen mithilfe eines Datenmodells erstellen
- Visualisierung Ihrer Daten mittels Pivot-Chart

2130

Do, 8.5. und Do, 15.5., jeweils 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 136 (€ 124), inkl. Skript
vhespresso-Kurs: 3–5 Teilnehmende
ESF-Fachkursförderung möglich.

Excel 365 – Anwendung im Controlling



Abendkurs mit Rainer Finger

Ein effektives Controlling ist heute ohne PC-Unterstützung kaum noch denkbar. Mit Hilfe von Excel können Sie das Controlling Ihres Unternehmens professionell managen! Nach diesem Kurs sind Sie fit für das effiziente Controlling mit Excel.

Kursinhalte:

- Daten konsolidieren und auswerten
- ABC-Analyse
- Trendberechnungen
- Kostenrechnerische Analysen
- Abschreibungen und Cashflow berechnen
- Kreditberechnungen
- Investitionsrechnung

Voraussetzung: Sicheres Arbeiten mit Windows und Excel

A2133

Do, 16.1. und Do, 23.1., 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 136 (€ 124), inkl. Skript
vhespresso-Kurs: 3–5 Teilnehmende
ESF-Fachkursförderung möglich.

2133

Do, 3.7. und Do, 10.7., jeweils 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 136 (€ 124), inkl. Skript
vhespresso-Kurs: 3–5 Teilnehmende
ESF-Fachkursförderung möglich.

WEITERE OFFICE-ANWENDUNGEN

Outlook – Grundkurs kompakt

E-Mails, Termine, Aufgaben und Adressen voll im Griff!

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die einfache Organisation Ihrer Bürokommunikation mit Outlook. Vom E-Mail-Versand bis zur Terminverwaltung werden Ihnen alle wichtigen Grundlagen praxisnah und verständlich erläutert. Sparen Sie Tag für Tag viel Zeit und lassen Sie sich durch Outlook auch bei Ihrer Aufgabenverwaltung und Ihrem Besprechungsmanagement unterstützen. Viele kurze Übungen zeigen Ihnen praxisnah, wie Sie Outlook einsetzen können.

Kursinhalte:

- Erste Schritte mit Outlook
- E-Mails senden und empfangen
- Wichtige E-Mail-Funktionen
- Kontakte und Adressen verwalten
- Termine planen
- Besprechungen organisieren
- Aufgaben verwalten

Voraussetzung:

Sie sollten im Besitz von Microsoft Outlook in der Version 2016, 2019 oder 365 sein.

USB-Speicherstick und Schreibutensilien bitte mitbringen.

2135

Mo, 23.6. und Mo, 30.6., jeweils 8:30–12:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 85 (€ 78), inkl. Skript
ESF-Fachkursförderung möglich

MS 365 Teamarbeit und Kommunikation



Abendkurs mit Rainer Finger

Dieser Kurs ermöglicht Ihnen einen schnellen Einstieg in die Microsoft 365-Apps zur Zusammenarbeit im Unternehmen.

Kursinhalte:

- Gruppen erstellen und verwenden
- mit Microsoft Teams effektiv im Team kommunizieren
- mit SharePoint Online und Teamwebsites arbeiten
- Planner zum Erstellen und Verwalten von Teamaufgaben einsetzen
- Yammer zur Kommunikation im Unternehmen nutzen
- mit Sway moderne Präsentationen anfertigen
- mit Forms ganz einfach und unkompliziert Umfragen erstellen und auswerten
- mit Lists Daten strukturiert und übersichtlich darstellen können

Voraussetzung:

PC- und Windows-Grundkenntnisse

Bei Bedarf kann ein Zusatztermin zur Vertiefung vereinbart werden.

A2138

Do, 6.2. und Do, 13.2., jeweils 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 84 (€ 78), inkl. Skript
ESF-Fachkursförderung möglich

2136

Do, 17.7. und Do, 24.7., jeweils 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 84 (€ 78), inkl. Skript
ESF-Fachkursförderung möglich

MS PowerPoint Crashkurs



Professionelle Präsentationen ohne viel Zeitaufwand erstellen – alles, was Sie wirklich brauchen!

Samstagskurs mit Jörg Jaissle

PowerPoint erweckt Ihre Texte zum Leben: Geschäftsberichte, Finanzübersichten oder Projekte überzeugend präsentieren. Ansprechende und attraktive Visualisierung will gelernt sein. Wir vermitteln Ihnen die Gestaltungselemente einer professionellen Präsentation (Farben, Folienaufbau, Textgestaltung, Bildeinsatz, Effekte, Einbindung bzw. Verlinkung zu Daten aus anderen Anwendungen, Einsatz von Handzetteln und Notizen etc.). Am Ende des Kurses können Sie PowerPoint effizient einsetzen, selbständig Präsentationen gestalten und bei Bedarf eine eigene Entwurfsvorlage erstellen.

Voraussetzung: Sicheres Arbeiten mit Windows; Sie sollten im Besitz von Microsoft PowerPoint in der Version 2016, 2019 oder Office 365 sein.

USB-Speicherstick und Schreibutensilien bitte mitbringen.

A2144

Sa, 8.2., 9–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 85 (€ 78), inkl. Skript,
ESF-Fachkursförderung möglich

2142

Sa, 10.5., 9–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 85 (€ 78), inkl. Skript
ESF-Fachkursförderung möglich

**SAP****SAP® Authorized User Training****vhs-Kooperation mit dem SAP-Schulungspartner „alfatraining“**

Das Bildungsunternehmen „alfatraining“ bietet in Zusammenarbeit mit Xpert Business praxisorientierte SAP-Anwender*innentrainings an. Als Schulungspartner der SAP für standardisierte Anwender*innenschulungen qualifiziert „alfatraining“ Teilnehmer*innen mit modernen Lernmethoden und neuester Technik für den heutigen Arbeitsmarkt.

Die Teilnahme am Unterricht aller SAP-Kurse erfolgt per alfaview® von zu Hause aus.

Die Systemanforderungen für die Online-Seminare schicken wir Ihnen gerne per E-Mail zu.

SAP® Grundlagen: Navigation

Der Kurs richtet sich an Personen, die sich Basiswissen über die grundlegende Bedienung des SAP-Systems aneignen oder ihre SAP-Grundkenntnisse auffrischen möchten.

Das Live-Online-Seminar vermittelt die grundlegenden Prozesse des SAP® S/4HANA Systems. Die Teilnehmer*innen lernen die Funktionen, Symbole und Systemmeldungen kennen und erfahren praxisnah, wie Einstellungen in SAP vorgenommen sowie Standardberichte genutzt werden. Während des Seminars besteht die Möglichkeit, auf der Original SAP-Cloud und auf einem SAP-Schulungssystem mitzuarbeiten und das neu erlernte Wissen direkt anzuwenden.

Seminarinhalte:

- Überblick SAP® S/4HANA
- Anmelden am System
- Navigation – SAP-Bildschirme, -Menüs, -Felder und -Sonderfunktionen
- Verwendung der verschiedenen Hilfefunktionen im SAP
- Einrichten von Stammdaten
- Durchführen von Transaktionen
- Nutzung von SAP-Standardberichten
- Ausgabefunktionen im SAP

Voraussetzungen:

Erforderliches Wissen: sehr gute Computerkenntnisse

Empfohlenes Wissen: betriebswirtschaftliche Grundlagen

Abschluss: Original SAP®-Bildungspartner-Zertifikat

A2139D SAP Grundlagen: Navigation

Fr, 14.2., 13–18 Uhr und Sa, 15.2., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

2137A SAP Grundlagen: Navigation

Fr, 21.3., 13–18 Uhr und Sa, 22.3., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

2137B SAP Grundlagen: Navigation

Fr, 9.5., 13–18 Uhr und Sa, 10.5., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

2137C SAP Grundlagen: Navigation

Fr, 4.7., 13–18 Uhr und Sa, 5.7., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

2137D SAP Grundlagen: Navigation

Fr, 8.8., 13–18 Uhr und Sa, 9.8., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

2137E SAP Grundlagen: Navigation

Fr, 5.9., 13–18 Uhr und Sa, 6.9., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

Für die Kurse sind bestimmte Systemanforderungen und Netzwerkeinstellungen Voraussetzung. Bitte fordern Sie diese vor Kursbuchung bei uns an.

Einkauf in SAP® S/4HANA

Der Kurs richtet sich an Anwender*innen im Einkauf und in der Materialdisposition.

Das Live-Online-Seminar vermittelt praxisnah den Umgang mit Einkaufsstammdaten, die Bestellprozesse und die Rechnungserstellung im Einkauf mit SAP® S/4HANA. Während des Seminars besteht die Möglichkeit, auf der Original SAP-Cloud und auf einem SAP-Schulungssystem mitzuarbeiten und das neu erlernte Wissen direkt anzuwenden.

Seminarinhalte:

- An- und Abmelden in der SAP®-Cloud
- Anlegen von Materialstammsätzen
- Anlegen von Lieferantenstammsätzen
- Verwenden von Partnerfunktionen im Einkauf
- Grundlagen der Preisfindung analysieren
- Einkaufsinfosätze anlegen
- Durchführung eines Bestellprozesses

Voraussetzungen:

Erforderliches Wissen: sehr gute PC-Kenntnisse, betriebswirtschaftliches Wissen zu Einkaufsprozessen

Empfohlenes Wissen: Grundkenntnisse in der Handhabung des SAP-Systems

Abschluss: Original SAP®-Bildungspartner-Zertifikat

2138

Fr, 11.4., 13–18 Uhr und Sa, 12.4., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

Finanzbuchhaltung in SAP® S/4HANA

Der Kurs richtet sich an Anwender*innen im Bereich Finanzbuchhaltung. Das Live-Online-Seminar vermittelt die grundlegenden Prozessschritte der Kreditoren- und Debitorenbuchhaltung in SAP® S/4HANA. Im Fokus des Kurses stehen die praktischen Anforderungen des Fachpersonals in der Kreditoren- und Debitorenbuchhaltung. Während des Seminars besteht die Möglichkeit, auf der Original SAP-Cloud und auf einem SAP-Schulungssystem mitzuarbeiten und das neu erlernte Wissen direkt anzuwenden.

Seminarinhalte:

- An- und Abmelden in der SAP®-Cloud
- Pflegen von Kreditoren-/Debitorenstammsätzen
- Buchungen in Kreditoren-/Debitorenbuchhaltung
- Durchführen eines Zahllaufs/Mahnlaufs
- Integration zwischen Debitorenbuchhaltung und Kund*innenauftragsbearbeitung
- Integration zwischen Kreditorenbuchhaltung und Beschaffung

Voraussetzungen:

Erforderliches Wissen: sehr gute PC-Kenntnisse, Buchführungskenntnisse

Empfohlenes Wissen: Grundkenntnisse in der Handhabung des SAP-Systems

Abschluss: Original SAP®-Bildungspartner-Zertifikat

2139 Finanzbuchhaltung in SAP®

Fr, 21.2., 13–18 Uhr und Sa, 22.2., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

2139A Finanzbuchhaltung in SAP®

Fr, 11.7., 13–18 Uhr und Sa, 12.7., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

Personaladministration in SAP®

Die Schulung richtet sich an Sachbearbeiter*innen bzw. Anwender*innen im Bereich der Personalsachbearbeitung. Das Live-Online-Seminar vermittelt einen praxisnahen Einblick in die Grundprozesse und -funktionen von SAP® HCM (Human Capital Management). Der Fokus des Seminars liegt auf dem Anlegen und Pflegen von Personalstammdaten in SAP. Während des Seminars besteht die Möglichkeit, auf der Original SAP-Cloud und auf einem SAP-Schulungssystem mitzuarbeiten und das neu erlernte Wissen direkt anzuwenden.

Seminarinhalte:

- An- und Abmelden in der SAP®-Cloud
- Strukturen im HCM
- Organisationsmanagement
- Anlegen von Personalstammdaten
- HCM-Stammdatenpflege
- Personalmaßnahmen ausführen

Voraussetzungen:

Erforderliches Wissen: sehr gute PC-Kenntnisse, betriebswirtschaftliches Wissen zu Personalprozessen

Empfohlenes Wissen: Grundkenntnisse in der Handhabung des SAP-Systems

Abschluss: Original SAP®-Bildungspartner-Zertifikat

2140 Personaladministration in SAP®

Fr, 28.3., 13–18 Uhr und Sa, 29.3., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

2140A Personaladministration in SAP®

Fr, 12.9., 13–18 Uhr und Sa, 13.9., 9–16:15 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 315, inkl. digitaler Schulungsunterlagen

Anmeldung bitte so früh wie möglich!

Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben. Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.



APPLE MACINTOSH

Die Volkshochschule Filderstadt – eine von Apple anerkannte Bildungseinrichtung



Foto: Kirsten Jacobsen

Wie bediene ich einen Apple Computer?

Computer-Grundkurs

Abendkurs mit Alexander Frank

Sie möchten gerne Texte am Computer schreiben, Musik hören, Bilder und Videos betrachten und lernen, wie man im Internet surft? Sie entdecken, was sich hinter den Symbolen auf der Benutzeroberfläche Ihres Macs verbirgt: Sie werden sehen, dass man auch am Computer Dokumente, Bilder, Videos und Musikdateien in Ordnern ablegen kann. Sie üben, wie Sie Texte in eine ansprechende Form bringen und lernen die wichtigsten Programme des Betriebssystems kennen. Schließlich zeigen wir Ihnen, was das Internet ist und wie Sie im Internet per Safari durch das Web navigieren können. Im Kurs werden Ihnen grundlegende Kenntnisse zur Benutzung des Macs im Alltag vermittelt.

A2145

Mi, 22.1. und Mi, 29.1., jeweils 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 105 (€ 95), vhespresso-Kurs: 3–5 Teilnehmende

2143

Mi, 2.4. und Mi, 9.4., jeweils 18:30–21:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 105 (€ 95), vhespresso-Kurs: 3–5 Teilnehmende

Apples iPad für alle – Internet, E-Mail, Multimedia

Abendkurs mit Alexander Frank

Das iPad bringt für PC-unerfahrene und ältere Menschen einige bemerkenswerte Vorteile: Auf dem kontraststarken Bildschirm lassen sich Texte vergrößern und damit insgesamt besser lesen, und die geniale Bedienung per Fingertipp erlernt jeder intuitiv. So ist der Weg ins Internet schnell beschritten, die ersten E-Mails im Nu versendet und die Foto- oder Musiksammlung mobil verfügbar gemacht.

Kursinhalte:

- iPad-Grundbegriffe
- Standardprogramme wie Safari, E-Mail, Fotos und Musik verwenden
- Fotos, Videos, Musik, Kalender und Kontakte mit iTunes und PC/MAC synchronisieren
- iTunes-Store nutzen
- Bücher und Magazine mit iBooks kaufen und lesen
- das iPad mit Apps erweitern

Bitte eigenes iPhone und sofern schon vorhanden Ihre Apple-ID inkl. Passwort bitte in den Kurs mitbringen.

2144

Mi, 7.5. und Mi, 14.5., jeweils 18:30–21 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 88 (€ 80), vhespresso-Kurs: 3–5 Teilnehmende

Das iPhone – einfach und verständlich!

Mein iPhone und ich – wir werden ein Team

Abendkurs mit Alexander Frank

Dieser Praxiskurs richtet sich an Einsteiger*innen, die sich ein iPhone zugelegt oder es geschenkt bekommen haben. In diesem Kurs lernen Sie Ihr Gerät und seine Grundeinstellungen kennen.

Mit einem iPhone steht Ihnen das Internet auch unterwegs zur Verfügung und ist sowohl einfach als auch sicher zu bedienen. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information bei Reisen, Sprachen, Wandern, Musik, Fotografie, Lesen, Gesundheit, Navigation und vielem anderen.

Kursinhalte:

- Einrichten des Gerätes von Anfang an
- Fingergesten bzw. Bedienung
- Safari-Browser: Bedienung, Suche von Texten auf der Webseite, Tabs, Einstellungen
- Mail-App: Organisieren von Mails, Einrichtung, Einstellungen
- Appstore: Sortieren und Gruppieren von Apps
- Kalender
- Was ist die iCloud; Sicherung und Wiederherstellung über iCloud oder iTunes

Bitte eigenes iPhone und sofern schon vorhanden Ihre Apple-ID inkl. Passwort bitte in den Kurs mitbringen.

2145

Mi, 25.6. und Mi, 2.7., jeweils 18:30–21 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 50 (€ 45)

SPEZIALKURSE / PROGRAMMIERUNG

Die Seminare werden von einem der Autoren des gleichnamigen Buches „Faszination 3D-Druck“ durchgeführt, erschienen im Verlag Markt + Technik.

3D-CAD mit Fusion 360

Modelle erstellen für 3D-Druck, Design, Visualisierung und virtuelle Realität

Samstagskurs mit Andreas Schlenker

Wenn Sie einen 3D-Drucker haben, wird es bald langweilig, nur Modelle aus dem Internet auszu-drucken. Nur wenn Sie Ihre eigenen Projekte am Computer in 3D modellieren, können Sie Ihr Gerät sinnvoll einsetzen. Auch wenn Sie Objekte designen, fotorealistisch visualisieren, Computerspiele entwickeln oder an Projekten für virtuelle Realität arbeiten, immer benötigen Sie 3D-CAD-Modelle. Für diese und weitere Anwendungen ist die Software Fusion 360 von Autodesk genau das Richtige für Sie. Es handelt sich dabei um eine Profi-Software zu einem moderaten Preis, die von Schüler*innen, Student*innen und Hobby-Anwender*innen sogar kostenlos genutzt werden kann. Somit ist es der ideale Einstieg in 3D-CAD für „Maker*innen“ und „Designer*innen“. Ein 3D-Drucker ist im Seminar vorhanden, so dass Sie Ihre Ergebnisse, soweit es die Kurszeit zulässt,

auch gleich ausdrucken können. Was nicht fertig wird, kann Ihnen gegen eine geringe Gebühr nachträglich ausgedruckt und zugeschickt werden.

Inhalte:

- Was ist und was kann Autodesk Fusion 360
- Abhängigkeiten und Parametrik in Fusion 360
- Skizzieren mit Abhängigkeiten
- Die wichtigsten 3D-Funktionen
- Die ersten Modelle selbst modelliert
- Rendering und Animationen in Fusion 360
- Slicer-Programme
- Ausgabe der Modelle auf dem 3D-Drucker

Bitte mitbringen: USB-Stick, um das selbst erstellte Modell als Datensatz zu speichern.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC und ein gutes räumliches Vorstellungsvermögen.

Für die Teilnahme wird ein eigener Autodesk-Account mit Fusion 360 Test- oder Privatanwender*innenlizenz benötigt. Bitte Zugangsdaten mitbringen. Das Verwenden des eigenen Notebooks im Unterricht ist erwünscht.

2146

Sa, 22.3., 9–16:30 Uhr (1 Stunde Mittagspause)
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 96 (€ 87), inkl. Kursunterlagen

3D-CAD mit Fusion 360 für Fortgeschrittene

Samstagskurs mit Andreas Schlenker

Das Seminar richtet sich als Fortsetzung des Fusion-Einsteiger*innenseminars an alle, die komplexere 3D-Modelle mit der Profi-Software Fusion 360 erstellen wollen und alle wesentlichen Funktionen kennenlernen möchten. Der vorherige Besuch des Grundlagenseminars bzw. ein entsprechender Kenntnisstand wird vorausgesetzt.

Im Unterricht wird der Funktionsumfang der Privatanwender*innenversion verwendet, neben der Volumenkonstruktion wird auch die Flächenmodellierung sowie das Erstellen von Freiform-Geometrien und das Umwandeln von Flächen in Volumen erlernt. Neben der Einzelteilkonstruktion wird das Arbeiten in der Baugruppe behandelt, in welcher neben starren Abhängigkeiten auch mit Bewegungsbegrenzungen zwischen Bauteilen gearbeitet wird. Themen wie die Verdrängung von Teilen durch andere Komponenten mittels Kontaktsatz, die Kollisionsprüfung und animierte Gelenke werden ebenfalls behandelt.

Ein Überblick über die Animationen von Baugruppen, welche als Videoclip oder als Basis für Zeichnungs-Explosionsdarstellungen mit Positionsnummern und Teiliste verwendet werden können, sowie Tipps und Tricks, Best Practice, sinnvolle Systemeinstellungen und mögliche Anpassungen runden einen spannenden Unterrichtstag ab.

Aus dem Inhalt:

- Der Projektexplorer und das Web-Interface
- Arbeiten mit Fusion-Teams
- Dateiversionen/Verwendung/Wiederverwendung
- Modellierfunktionen für Volumen
- Flächenmodellierung und Flächenbefehle
- Arbeiten mit T-Splines Freiformflächen
- Mehrvolumenkörper
- Arbeiten mit Parametern
- Bauteileigenschaften/Masse/Material
- Arbeiten mit lokalen und referenzierten Bauteilen und Baugruppen
- Gelenke, Bewegung, Bewegungsbegrenzung und Kollisionskontrolle



- Modellieren nach Fotos mit Ansichtsbereichen
- Import- und Exportfunktionen
- Überblick über Animation und Explosionsdarstellung
- Überblick über die Zeichnungserstellung, Positionsnummern und Stückliste
- Anpassungen, Tipps und Tricks, Best Practice

Voraussetzungen: Vorheriger Besuch des Grundlagenseminars bzw. entsprechender Kenntnisstand

Für die Teilnahme wird ein eigener Autodesk-Account mit Fusion 360 Test- oder Privatanwender*innenlizenz benötigt. Bitte Zugangsdaten mitbringen. Das Verwenden des eigenen Notebooks im Unterricht ist erwünscht.

2147

Sa, 12.7., 9–16:30 Uhr (1 Stunde Mittagspause)
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 96 (€ 87), inkl. Schulungsunterlagen

vhs-Kooperation mit dem Schulungspartner „alfatraining“



Der Unterricht findet über die moderne Videotechnik alfaview® statt – entweder bequem von zu Hause oder im Bildungszentrum von alfatraining. Über alfaview® kann sich der gesamte Kurs face-to-face sehen, in lippensynchroner Sprachqualität miteinander kommunizieren und an gemeinsamen Projekten arbeiten. Sie können selbstverständlich auch Ihre zugeschalteten Trainer*innen jederzeit live sehen, mit diesen sprechen und Sie werden während der gesamten Kursdauer von Ihrem Dozierenden in Echtzeit unterrichtet.

Die Systemanforderungen für die Online-Seminare schicken wir Ihnen gerne per E-Mail zu.

Programmierung mit Python



Mit Python beherrschen Sie eine einfach zu erlernende Programmiersprache, welche oft als Skriptsprache genutzt wird. Mit ihr lassen sich Module und Plug-ins für zahlreiche andere Programme schreiben. Sie erfahren, wie Künstliche Intelligenz im Beruf eingesetzt wird.

Lehrgangsziel:

Nach dem Kurs verfügen Sie über ein kompaktes, grundlegendes Wissen in der Programmierung mit Python. Sie sind in der Lage, die Programmiersprache mit ihren Klassen, Bibliotheken und Funktionen sicher zu handhaben.

Zielgruppe:

Informatiker*innen, Fachinformatiker*innen, Programmierer*innen und Fachkräfte mit entsprechender Berufserfahrung.

Lehrgangsinhalte

- Grundlagen Python (ca. 1 Tag)
- Erste Schritte mit Python (ca. 5 Tage)
- Künstliche Intelligenz (KI) im Arbeitsprozess (ca. 1 Tag)
- Funktionen (ca. 5 Tage)
- Fehlerbehebung (ca. 0,5 Tage)
- Objektorientierte Programmierung (ca. 4,5 Tage)
- Grafische Benutzeroberfläche (ca. 1 Tag)
- Projektarbeit (ca. 3 Tage)

Die detaillierten Kursinhalte und weitere Informationen finden Sie auf www.vhs-filderstadt.de

Unterrichtskonzept:

Didaktisches Konzept; die Dozierenden sind sowohl fachlich als auch didaktisch hoch qualifiziert und werden Sie vom ersten bis zum letzten Tag unterrichten (kein Selbstlernsystem).

Abschluss: Zertifikat „Python“

Abschlussprüfung: Praxisbezogene Projektarbeit mit Abschlusspräsentation

Nächste Kursstarts:

13.1.2025
10.2.2025
10.3.2025
7.4.2025
5.5.2025
2.6.2025
30.6.2025
28.7.2025
25.8.2025

2149 bis 2149 H

Unterrichtszeiten: Montag bis Freitag von 8:30–15:35 Uhr (in Wochen mit Feiertagen von 8:30 bis 17:10 Uhr)

Dauer: 4 Wochen

Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 2.604,80, Verschiedene Fördermöglichkeiten vorhanden – sprechen Sie uns an.

Die Durchführung erfolgt durch unseren Kooperationspartner alfatraining

Java-Entwickler*in



Dieser Lehrgang erläutert die objektorientierte Programmierung mit Java und die Entwicklungsumgebung Eclipse: Die Erstellung von Programmen mit anspruchsvoller Oberfläche sowie die Anbindung an Datenbanken sind im Fokus. Du erfährst, wie Künstliche Intelligenz (KI) im Beruf eingesetzt wird.

Lehrgangsziel:

Java ist eine der am meisten verwendeten objektorientierten Programmiersprachen. Nach dem Lehrgang handhaben Sie Java schnell und sicher und sind in der Lage, komplexe Lösungen zu erarbeiten.

Zielgruppe:

Informatiker*innen, Fachinformatiker*innen, Programmierer*innen und Fachkräfte mit entsprechender Berufserfahrung.

Lehrgangsinhalte:

- Allgemeine Grundlagen (ca. 3 Tage)
- Künstliche Intelligenz (KI) im Arbeitsprozess (ca. 1 Tag)
- Grundlegende Sprachkonzepte (ca. 8 Tage)
- Objektorientiertes Programmieren (ca. 6 Tage)
- Fortgeschrittene Konzepte (ca. 3 Tage)
- GUI Oberfläche (ca. 3 Tage)
- Exkurs: Java FX (ca. 1 Tag)
- Zusätzliche Themen (ca. 2 Tage)
- Datenbanken (ca. 4 Tage)

Die detaillierten Kursinhalte und weitere Informationen finden Sie auf www.vhs-filderstadt.de

Unterrichtskonzept:

Didaktisches Konzept; die Dozierenden sind sowohl fachlich als auch didaktisch hoch qualifiziert und werden Sie vom ersten bis zum letzten Tag unterrichten (kein Selbstlernsystem).

Abschluss: Zertifikat „Java-Entwickler*in“

Abschlussprüfung: Praxisbezogene Projektarbeit mit Abschlusspräsentation

Nächste Kursstarts:

13.1.2025
10.2.2025
10.3.2025
7.4.2025
5.5.2025
2.6.2025
30.6.2025
28.7.2025
25.8.2025

2150 bis 2150H

Unterrichtszeiten: Montag bis Freitag von 8:30–15:35 Uhr (in Wochen mit Feiertagen von 8:30 bis 17:10 Uhr)

Dauer: 8 Wochen

Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 5.462,40, Verschiedene Fördermöglichkeiten vorhanden – sprechen Sie uns an.
Die Durchführung erfolgt durch unseren Kooperationspartner alfatraining

INTERNET, SOZIALE MEDIEN & MULTIMEDIA

Die Kurse mit dem Logo „Vb“ sind im Rahmen des Projektes Verbraucherbildung kostenlos. Das Projekt wird vom Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg finanziert.

Internet spezial: Internet-Einkauf leicht gemacht

Wie Sie Produkte sicher online bestellen und was dabei zu beachten ist



Vormittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Einkaufen über das Internet eröffnet neue Möglichkeiten und Wege. Bequem von zu Hause aus können Bücher, Blumen, Lebensmittel, Reisen, Theaterkarten – einfach alles, was das Herz begehrt – gekauft werden. Doch was gibt es dabei alles zu beachten, damit der Kauf nicht zum „Reinfall“ wird? In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick, wie Sie seriöse, zuverlässige und gut sortierte Online-Händler finden, im Internet sicher einkaufen und welche Bezahlmöglichkeiten Sie dabei nutzen sollten.

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Umgang mit dem Internet.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2151

Mo, 24.2., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich



Internet spezial: Wie Sie Ihre Daten im Internet schützen



Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Es häufen sich Meldungen, dass immer mehr Personen Opfer von Hackerangriffen werden und die gestohlenen Daten dann zum Beispiel im Internet zu finden sind. Damit es Ihnen nicht auch so ergeht, zeigen wir Ihnen in diesem Kurs schnelle Schritte zu mehr Datensicherheit: Sicheres Passwort erstellen, Virens Scanner einsetzen, Links identifizieren und mögliche Software zum Datenschutz nutzen.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2152

Di, 25.2., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Such- maschinen effizient nutzen

Alternativen zu Google und Co.



Vormittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Im Internet sind Informationen weltweit in gigantischen Mengen abrufbar. Nur – wie findet man dabei die berühmte Nadel im (digitalen) Heuhaufen? Die meisten Anwender*innen nutzen die Suchmaschine Google, um im Internet zu recherchieren. Sie erleichtern die Suche immens. Für eine gründliche Recherche im Internet sollten Sie aber am besten mehrere Suchmaschinen einsetzen, da diese teilweise andere Ergebnisse erzielen. In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick, wie Google funktioniert, welche Alternativen es gibt und mit welchen Tricks man relevante von irrelevanten Informationen trennt.

Kursinhalte:

- Zielgenau und mit wenig Aufwand Informationen im Internet beschaffen
- Effektive Recherchetechniken
- Schlagwörter optimieren, erweiterte Suchoptionen
- Weiterführende und kritische Fragen zur Sortierung der Google-Ergebnisse

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Umgang mit dem Internet.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2153

Mo, 10.3., 9–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

FAMILIEN PASS

Neuerungen beim Familienpass!

Prüfen Sie Ihre Berechtigung –
und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 3!

Internet spezial: Goldene Regeln, die Sie vor Betrugs-E-Mails, -SMS & KI schützen



Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Jeden Tag versenden Internet-Betrüger*innen Millionen von gefälschten E-Mails, um an Ihr Geld oder an Ihre Daten zu gelangen. Die Fälschungen sind oft kaum zu erkennen. Fällt auch nur ein winzig kleiner Teil der E-Mail-Empfänger*innen auf die Betrugsmasche herein, generieren die kriminellen Absender*innen Gewinne in Millionenhöhe. Mit unseren goldenen Regeln schützen Sie sich vor Betrugs-E-Mails und entlarven jeden Betrugsversuch blitzschnell. Wir gehen auf die Fallstricke ein und erläutern sie ausführlich. Unsere Regeln sowie die zusätzlichen Anleitungen und Checks werden Sie auch universell für andere Herausforderungen im Internet anwenden können.

Inhalte:

- E-Mails im Handumdrehen auf Betrugs-Merkmale überprüfen
- Ungewolltes Öffnen gefährlicher Internetseiten verhindern
- PC und elektronisches Postfach frei von Betrugs-E-Mails halten
- Online-Sicherheitsdienste einsetzen und Anhang-Dateien oder Links in E-Mails auf Viren und Sicherheit überprüfen
- Getarnten Schadprogrammen keine Chance lassen

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Umgang mit PC, E-Mails und Internet.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2154

Mo, 10.3., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Verborgene Gefahren der Künstlichen Intelligenz – was Sie heute wissen sollten



Vormittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Künstliche Intelligenz (KI) ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Vielleicht nutzen Sie KI bereits selbst, etwa in Form von ChatGPT, um Texte zu erstellen, zu optimieren oder zu übersetzen. Oder die KI arbeitet bei Ihnen bereits unbemerkt im Hintergrund: Online-Shops, Banken, Streaming-Plattformen, soziale Medien oder Sprachassistenten wie Alexa setzen zunehmend auf diese Technologie. Doch welche Gefahren verbergen sich hinter dieser Entwicklung?

In diesem Vortrag beleuchten wir Risiken, die uns alle betreffen. Erfahren Sie, was KI ist, wie Sie sie nutzen können und warum KI nicht immer fehlerfrei arbeitet. Entdecken Sie, wie leicht man auf manipulierte Informationen hereinfallen kann und wie Sie sich davor schützen können. Nutzen Sie die Vorteile dieser neuen Technik, aber lassen Sie sich nicht überrumpeln. Informieren Sie sich jetzt und bleiben Sie auf der sicheren Seite.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2155

Mi, 9.4., 9–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich



Foto: Kirsten Jacobsen

Internet spezial: Online-Banking ohne Risiko



Wie Sie Ihre Bankgeschäfte sicher vornehmen

Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Verwalten Sie Ihr Bankkonto auch schon über das Internet? Das hat in der Tat große Vorteile, weil Sie zum Beispiel nicht mehr für jeden Kontoauszug oder jede Überweisung Ihre Bank aufsuchen müssen. Wenn nicht, liegt es wahrscheinlich an Ihren Sicherheitsbedenken oder an den Meldungen über Internetgefahren. Natürlich ist jedes Bankkonto, das per Internet verwaltet wird, ein mögliches Ziel für Internet-Kriminelle. Doch Sie brauchen sich deshalb keine großen Sorgen zu machen. Viele Sicherungsverfahren beim Online-Banking sind selbst für Profis nur sehr schwer zu überwinden.

Wir erklären Ihnen, welches Verfahren am besten schützt, wie Sie jederzeit gegen Betrugsversuche gewappnet sind und wie Sie „Betrugsmasken“ bei Online-Bankgeschäften erkennen und aus dem Weg gehen. Dann sind auch Sie mit Ihrem Konto immer auf der sicheren Seite.

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Umgang mit PC und Internet.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2156

Mi, 9.4., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Fake News im Netz erkennen



Tipps zur Faktenprüfung

Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Im Internet kann jede*r jeden Artikel, Bilder oder Videos posten, kommentieren und weiter teilen. Doch immer mehr Nachrichten sind gefälscht und manipuliert. Trotzdem werden sie oft ungeprüft und unbedacht weiterverbreitet. Zum einen, weil es zum Beispiel die technischen Fortschritte in der Bildbearbeitung fast unmöglich machen, Veränderungen zu erkennen. Zum anderen, weil vielen Menschen die Kriterien fehlen, zwischen seriösen und unseriösen Quellen zu unterscheiden und die Glaubwürdigkeit einer Nachricht zu beurteilen. Doch das ist gefährlich. Fakes, also gefälschte Informationen, sollen nicht nur die mediale Aufmerksamkeit in Form von Klicks und Likes nach oben treiben. Sie sind auch ein Instrument von Cyber-Kriminellen. Woher soll man nun wissen, ob es sich um wahre Nachrichten oder um Fake News handelt? In diesem Kurs erhalten Sie Tipps, wie Sie Falschmeldungen erkennen und zu einem kritischen Bewusstsein zurückkehren können.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2156A

Mi, 30.4., 13:30–16:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Geniale Apps, die Ihr Leben erleichtern



Vormittags-Workshop mit Jörg Jaissle

Ihr Smartphone kann mehr, als Sie denken! In diesem Kurs stellen wir Ihnen Apps vor, die Ihren Alltag erleichtern, Spaß machen und neue Möglichkeiten eröffnen. Von cleveren Alltagshelfern über Einkauf und Finanzen bis hin zu Kultur, Genuss, Gesundheit, Reisen und Freizeit – für jeden Bereich ist etwas dabei. Lernen Sie, wie Sie bequem Bankgeschäfte vom Sofa aus erledigen, lokale Hofläden, Post- und Bankfilialen finden, Briefe ohne Briefmarken versenden, Rezepte für eine ausgewogene Ernährung entdecken und Ausflüge planen. Erfahren Sie, wie Sie Ihre Gesundheit im Blick behalten, neue Menschen in Ihrer Nähe kennenlernen oder Ihre eigenen Fotos als Postkarte verschicken.

Jede App wird umfassend vorgestellt, inklusive ihrer Vor- und Nachteile sowie praktischer Anwendungsbeispiele. Außerdem erfahren Sie, wie Sie vertrauenswürdige Apps erkennen und Ihre Daten effektiv schützen.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2156B

Di, 24.6., 9–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Internet spezial: Passwort-Sicherheit im Alltag – So schützen Sie Ihre Daten



Nachmittags-Workshop mit Jörg Jaissle

In diesem Kurs stellen wir Ihnen zunächst die Risiken und aktuellen Gefahren durch schwache Passwörter vor – darunter auch Datenklau, Identitätsdiebstahl und Phishing. Sie lernen, wie Sie sichere und dennoch merkbare Passwörter erstellen, welche typischen Fehler Sie vermeiden sollten und wie Sie Ihre Online-Konten effektiv vor unbefugtem Zugriff schützen. Außerdem zeigen wir Ihnen, wie Passwort-Manager funktionieren, erläutern die Multi-Faktor-Authentifizierung und wie Sie diese in wichtigen Konten (z. B. E-Mail, Banking) aktivieren. Anhand praktischer Tipps erfahren Sie, wie Sie mit wenigen Schritten mehr Sicherheit und Übersicht im Umgang mit Ihren Zugangsdaten erreichen können. Ideal für alle, die ihre digitale Sicherheit verbessern möchten, ohne den Überblick zu verlieren.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

2156C

Mo, 30.6., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Security am PC und im Internet



Abendkurs mit Marco Bimbös

Dank der immer weiter vernetzten Welt, Online-Shopping und Online-Banking kommen auch Privatpersonen heutzutage um das Thema Security nicht mehr herum. Wir wollen auf Risiken beim Arbeiten an PC und Smartphone hinweisen und Lösungen aufzeigen.

Behandelte Themen:

- Allgemeines zum Thema Security; was versuchen Kriminelle, um an unsere Daten zu gelangen, was kann passieren
- Erkennen von betrügerischen E-Mails, Webseiten, Onlineshops
- Sicheres Online-Shopping
- Sichere Passwörter vergeben und verwalten

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse, sicherer Umgang mit Maus und Tastatur, Grundkenntnisse mit dem Browser

2157

Mi, 26.3., 18:30–21:30 Uhr
Sielmingen, Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium, EDV-Raum, Seiteneingang vhs
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Paypal oder Klarna



Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Diese beiden Zahlungsanbieter sind momentan im deutschen Raum bei Online-Einkäufen kaum zu übersehen. Kurz anschauen müssen wir in diesem Zusammenhang aber auch die Amazon Pay Funktion. Ob Tickets, Kleider, Nahrung, Flüge, Reisen, Möbel – alles kann unter anderem mit einem der beiden Zahlungsanbieter bezahlt werden. Paypal kann als Guthabekonto, mit Banklastschrift, zum schnellen Versenden von Geld an Freunde oder als „Sparschwein“ für ein gemeinsames Geschenk für eine*n Freund*in eingesetzt werden.

Wir werden uns beide Portale genau anschauen und es kann auch direkt ein Konto bei Paypal oder Klarna angelegt werden, falls Sie dies wünschen.

Ein Schwerpunkt werden auch die möglichen Gefahren/Schwachpunkte eines Paypal-, Klarna- oder gar Amazon Pay-Kontos sein.

2159

Di, 1.4., 13:30–15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Was ist das Internet?



Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Der Begriff „Internet“ sowie die Geschichte des Internets vom einst militärischen Zweck bis zur Entwicklung des mobilen Internets, wie wir es jetzt kennen, werden erläutert. Wir beschäftigen uns mit vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten des Internets.

2160

Mo, 31.3., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Wie man das Internet nutzt



Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Die Struktur einer Internetseite sowie die Funktion eines Browsers, oder das Nutzen einer Suchmaschine – „googeln“ – wird in diesem Modul mit praktischen Beispielen erklärt und geübt.

2161

Mo, 5.5., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Unterhaltungsmöglichkeiten im Internet



Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Filme, Bücher, Nachrichten, Mediatheken, Online-Bibliothek oder Spiele – es gibt nichts, was es im Internet nicht gibt. Kostenfrei eine neue Sprache lernen – kein Problem!

2162

Mo, 19.5., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich



Foto: Elisa Fischer

Smart Surfer – Wie man Risiken im Netz vermeidet



Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Was sind die Risiken und wie kann ich sie minimieren? Abzockmaschinen sowie Ihre Rechte und „Notfallkontakte“, falls doch mal etwas nicht ganz so gut läuft.

2163

Mo, 2.6., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich



Smart Surfer – Die Welt des mobilen Internets



Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Hier geht es eher um die Möglichkeiten, Chancen und Risiken des mobilen Internets. Warum ein Benutzerkonto und was sind APPS? Nach diesem Modul beraten wir Sie gerne, wie es weitergehen kann – die vhs bietet viele weitere Kurse (zum Teil auch kostenfrei) an, damit Sie mit Ihrem eigenen Smartphone Ihren eigenen Bedürfnissen entsprechend üben können.

2164

Mo, 7.7., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Datenschutz im Internet



Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

... ist gar nicht so schwer wie man denkt. Wir werden uns auch mit dem immer wichtiger werdenden Thema „Digitales Erbe“ auseinandersetzen.

2165

Mo, 14.7., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Kommunikation im Netz



Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

E-Mails, Chats, verschiedene Foren (Selbsthilfegruppen), Messenger, aber auch über Fake News und Digitalen Stress wird in diesem Modul gesprochen. Es bleibt Zeit, einiges selbst auszuprobieren.

A2166

Mo, 13.1., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

2166

Mo, 21.7., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Soziale Medien im Netz



Nachmittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Was gibt es für soziale Medien? Was ist ein*e Influencer*in? Hatespeech, Cybermobbing oder Fake News – und doch gibt es so viel schönes, unterhaltsames und zwischenmenschliches zu entdecken. Bringen Sie gerne Ihr Smartphone mit, wenn Sie das eine oder andere selbst mal ausprobieren möchten.

A2167

Mo, 27.1., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

2167

Mo, 28.7., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Ein Blick in die Zukunft des Internets



Vormittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Intelligente Endgeräte, Big Data und der/die damit einhergehende „gläserne Verbraucher*in“ werden thematisiert, ABER Sie werden auch die Möglichkeit haben, mit einer VR-Brille ganz entspannt auf einem Fluss die Landschaft zu erkunden. (Für die Mutigen gibt es eine rasante Achterbahnfahrt).

A2168

Mo, 3.2., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

2168

Mo, 14.7., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Digitale Nachhaltigkeit



Vormittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Was ist digitale Nachhaltigkeit? Was kann ich dazu beitragen?

A2169

Mo, 17.2., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

2169

Mo, 21.7., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Smart Surfer – Digitale Gesundheit



Vormittags-Workshop mit Jutta Bundschuh

Auch unsere Gesundheitsversorgung wird zunehmend digital. Mit Modul 11 wollen wir Sie durch die Digitalisierung des Gesundheitswesens begleiten und Ihnen einen Überblick über aktuelle und künftige digitale Anwendungen geben. Die Elektronische Patientenakte, E-Rezept und Apps auf Rezept stehen in den Startlöchern bzw. sind bereits zum Teil umgesetzt. Im Alltag vieler Menschen kommt das Thema digitale Gesundheit immer mehr an, sei es in Form der Nutzung von Wearables, die Körperfunktionen messen, von Gesundheits-Apps oder Onlinesprechstunden bei Ärzt*innen. Die Digitalisierung im Gesundheitswesen bietet neue Chancen, stellt aber auch Patient*innen und die Ärzt*innenschaft vor große Herausforderungen.

Auch für dieses Modul gibt es wieder ein ausführliches Begleitheft zum Nachlesen!

Voraussetzungen: Grundkenntnisse der Bedienung und Handhabung des eigenen Smartphones oder Tablets

Bitte mitbringen: Eigenes Smartphone oder Tablet mit aktuellem Android-/ oder iOS (Apple)-Betriebssystem

2170

Mo, 7.7., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Digitale Fotos – Sichern und Verwalten von digitalen Erinnerungen



Abendkurs mit Marco Bimbös

Dank Digital-Kameras und Smartphones entstehen heute mehr Bilder als je zuvor. Doch allzu schnell verliert man den Überblick über all diese Bilder und bei einem Hardwaredefekt können die Schätze verloren gehen. Wir wollen aufzeigen, wie man die Bilder sortiert, archiviert und gegen Verlust sichert.

Behandelte Themen:

- Bilder aus unterschiedlichen Quellen zusammenführen und sortieren
- Bilder aussortieren
- Bilder benamen und archivieren
- Digitale Sicherungskopien erstellen

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse, sicherer Umgang mit Maus und Tastatur, Grundkenntnisse in der Windows-Dateiverwaltung.

2171

Mi, 28.5., 18:30–21:30 Uhr
Sielmingen, Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium,
EDV-Raum, Seiteneingang vhs
€ 33 (€ 30)

FREIZEIT, HOBBY & EHRENAMT

Fit am PC und im Internet für die Vereinsarbeit



Vereinsmanagement leicht gemacht

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

Dieser Kurs ist speziell darauf ausgerichtet, Ihnen die notwendigen PC- und Internetkenntnisse für die Vereinsarbeit zu vermitteln – auch wenn Sie noch keine oder wenig Erfahrung im Umgang mit dem Computer haben. Egal, ob Sie für die Organisation von Veranstaltungen, die Verwaltung von Mitgliederdaten oder die Kommunikation innerhalb des Vereins verantwortlich sind – dieser Kurs bietet Ihnen die Fähigkeiten, die Sie dafür brauchen. Sie werden sicher im Umgang mit dem Computer und dem Internet und können Ihre Vereinsarbeit effizienter und effektiver gestalten.

Kursinhalte:

- Der Computer und seine Zusatzgeräte
- Windows 11, Oberfläche und Symbole kennenlernen
- Briefe schreiben, korrigieren, gestalten, speichern und drucken mit Word
- Dateien und Ordner erstellen, löschen und organisieren
- Informationen im Internet finden („googeln“, Wikipedia), Webseiten öffnen und drucken, Favoriten verwalten, Mediatheken nutzen, im Onlineshop einkaufen, Hotels buchen und vieles mehr

Und – Sie werden viel Zeit zum Üben haben!

Voraussetzung: Sie sollten im Besitz von Windows 10 oder 11 sowie von Microsoft Word in der Version 2016, 2019 oder Office 365 sein.

USB-Speicherstick und Schreibutensilien bitte mitbringen.

2190

Mi, ab 12.3., 9–12 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 113 (€ 104), inkl. Skript



Office kompakt – Vereinsaufgaben mit Word, Excel und PowerPoint problemlos meistern

Vormittagskurs mit Jörg Jaissle

In diesem abwechslungsreichen Kurs haben wir Themen ausgewählt, die im Vereinsalltag häufig relevant sind. Egal, ob Sie ein Falblatt für eine Veranstaltung benötigen, Ihre Dokumente übersichtlich ordnen möchten oder eine Vereinsausfahrt planen: Sie erfahren, wie Sie Ihren Computer dafür praktisch nutzen können.

Kursinhalte:

- Erstellen von Aushängen mit Abreißzetteln
- Gestalten von Grußkarten und Broschüren
- Organisieren von Dateien und Ordern
- Erstellen eines Reiseberichts mit PowerPoint
- Durchführen von Berechnungen in Tabellen
- Planen von Reisen mit dem Internet

Voraussetzung:

Der Kurs richtet sich an Personen mit grundlegenden Computer-, Word- und Internet-Kenntnissen, die weitere praktische Anwendungen am PC kennenlernen möchten. Sie sollten im Besitz von Microsoft Word, Excel und PowerPoint in der Version 2016, 2019 oder Office 365 sein.

USB-Speicherstick und Schreibutensilien bitte mitbringen.

A2191

Di, ab 11.2., 9–12 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 89 (€ 82), inkl. Skript

2191

Mi, ab 14.5., 9–12 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 89 (€ 82), inkl. Skript

2127 Excel im Vereinsalltag – Mitgliederliste, Haushaltsbuch, Kostenaufstellung, Finanzierung & Co

☛ EDV, S. 51

Entscheidungshilfe beim Smartphone- oder Tabletkauf

Treffen Sie die richtige Wahl

Infonachmittag mit Jutta Bundschuh

Dieser Vortrag richtet sich an Personen, die noch kein Smartphone oder Tablet besitzen, sich aber ein solches Gerät anschaffen möchten. Gezeigt werden vielfältige Möglichkeiten der mobilen Kommunikation: Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Sprachen lernen, Reisen planen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. Selbstverständlich kann man mit Smartphones auch telefonieren oder Nachrichten

verschicken. Nach dem Vortrag verstehen Sie, warum viele Menschen die Möglichkeiten der digitalen Welt lieben. Sie erhalten eine Entscheidungshilfe, welches Gerät und welcher Mobilfunktarif für Sie passt.

Inhalt:

- Was ist und was kann ein Smartphone und ein Tablet?
- Welche Betriebssysteme sind die gängigsten, was sind die Unterschiede?
- Welche Leistungsmerkmale gibt es (z. B. Displaygröße, Speichergröße, Akku, Prozessor)?
- Welche Mobilfunk-Tarifarten und nutzer*innenabhängige Tarife gibt es?

A2192

Di, 7.1., 13:15–15:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

2192

Di, 15.7., 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

Android Smartphone oder Tablet-PC in Betrieb nehmen und Google-Konto einrichten

Praxis-Workshop mit Jutta Bundschuh

Dieser Praxis-Workshop richtet sich an all diejenigen, die ihr neues Smartphone oder Tablet zum allerersten Mal in Betrieb nehmen und die grundlegenden Schritte der Inbetriebnahme kennenlernen und Apps herunterladen wollen. Zu diesem Kurs dürfen Sie Ihr neu gekauftes und noch verpacktes Gerät mit der SIM-Karte (falls vorhanden) und allen Zugangsdaten wie PIN und Kennwörtern mitbringen. Sie erhalten Hilfe beim Einrichten des Benutzer*innenkontos, beim Einrichten eines Google-Kontos und erste Tipps zur Bedienung des Geräts. Im Anschluss haben Sie im Kurs „Smartphones mit Google/Android/Samsung und Co.“ die Möglichkeit, viele Praxistipps für Ihren Alltag mit dem Android-Smartphone zu erhalten.

Aus dem Inhalt:

- Benutzer*innenkonto einrichten (notwendig für verschiedene Funktionen)
- Ein- und Ausschalten des Smartphones/Tablets
- SIM-Karte einstecken; Speicherkarte einstecken (optional)
- Grundlegendes zur Bedienung des Displays
- Verbinden mit einem WLAN-Netz
- Welche Funktionen sollten ein- und welche ausgeschaltet sein?
- Einrichtung eines Google-Kontos

Geben Sie bei der Anmeldung bitte Ihren Gerätetyp an (keine Apple-Geräte).

A2193

Di, 4.2., 13–16 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 29

2193

Di, 22.7., 13–16 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 29

Smartphone Treff (Google/Android/Samsung und Co.)



Treffs mit Jutta Bundschuh

Regelmäßig treffen sich begeisterte Smartphone-Besitzer*innen zum Austausch. Es gibt kein festes Thema – jeder bringt sein Smartphone mit und berichtet von seinen Erfahrungen und stellt Probleme oder Fragen in die Runde. Sie treffen andere Interessierte, können sich austauschen und unsere erfahrene Dozentin steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Sie wird jedesmal Infos oder Empfehlungen zu den neuesten Apps oder Trends für Sie bereit halten. Gerätespezifische „Eigenarten“ und Ihre persönlichen bzw. individuellen Herausforderungen bekommen Sie mit Unterstützung im Smartphone-Treff in den Griff!

Das eigene Smartphone und nach Möglichkeit das Passwort des Google-Accountes sollte mitgebracht werden. Bitte Absatz blau unterlegen

2195A-2195E

Di, 25.3., Di, 29.4., Di, 27.5., Di, 8.7.
jeweils 13:30–15:30 Uhr

Mo, 28.7., 10–12 Uhr

Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei im Rahmen des Projektes
Verbraucherbildung, Anmeldung erforderlich

KURSE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE



Foto: Alexandra Neff-Sulz

Die Kurse mit dem Logo „Kleesattel-Stiftung“ können aufgrund der Förderung durch die Kleesattel-Stiftung mit einer Gebühr von 5 € angeboten werden.

Reise in die Welt der IT

Basiskompetenzen für Kinder der 3. und 4. Klasse

Vormittagskurs mit Jutta Bundschuh

Unser spannendes IT-Camp für Kinder der 3. und 4. Klasse zielt darauf ab, IT-Basiskompetenzen auf spielerische und interaktive Weise zu vermitteln und das Interesse der Kinder an Technologie zu fördern. In einer entspannten Atmosphäre lernt Ihr Kind zunächst die Grundlagen der Computer-





benutzung und erarbeitet in der Gruppe gemeinsam den Unterschied zwischen Hard- und Software. Mit viel Spaß wird Ihr Kind den sicheren Umgang mit dem Internet, Grundlagen des Datenschutzes und das sichere Surfen erlernen. In entspannter Atmosphäre werden gemeinsam die ersten Schritte im Programmieren mit Scratch gewagt und die Erstellung eines eigenen Jump Run Game ausprobiert. Auch die Kreativität wird nicht zu kurz kommen und wir designen verschiedene Dinge am PC – lass Dich überraschen. Es warten spannende Vormittage auf Ihre Kinder.

2200 IT-Camp in den Osterferien

Di, 22.4. bis Fr, 25.4., jeweils 8:30–12:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

2201 IT-Camp in den Sommerferien

Mo, 4.8. bis Do, 7.8., jeweils 8:30–12:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

Kinder-PC-Kurs (Einstieg in Office)

Für 5. und 6. Klasse in den Osterferien

Nachmittagskurs mit Jutta Bundschuh

Gerade bei Kindern in der 5. und 6. Klasse sind die Unterschiede der bereits vorhandenen Computerkenntnisse besonders groß. In diesem Kurs lernen alle Teilnehmenden die Grundlagen von Windows, Office und dem Internet. In abwechslungsreichen, spannenden Kurseinheiten werden spielerisch die wichtigsten Funktionen und Nutzungsmöglichkeiten des Computers vermittelt. In diesem Kurs wird die Medienkompetenz gestärkt, die den Kindern hilft, selbst die richtigen Entscheidungen zu treffen, mit dem Computer selbstbewusster umzugehen und Gefahren zu erkennen.

2203

Di, 22.4. bis Do, 24.4., jeweils 13:30–17:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

Scratch Jr – Einführung ins Programmieren

Für Grundschulkindern 1. und 2. Klasse

Nachmittagskurs mit Jutta Bundschuh

Dieser Kurs richtet sich an computerinteressierte Grundschul*innen der 1. und 2. Klasse, die schon etwas Erfahrung am Computer (Tablet, Laptop) haben, und gerne spielerisch eine Programmiersprache lernen wollen. Anfangen werden wir mit den logischen Schritten, die für ein funktionierendes Programm notwendig sind und werden uns danach Schritt für Schritt in die App einarbeiten, um unsere eigene Geburtstagsparty oder ein Aquarium mit vielen umherschwimmenden Fischen zu programmieren.

Ist die Begeisterung geweckt, kann problemlos auf Scratch umgestellt und dort noch detaillierter programmiert werden.

Gerne Tablet (Smartphone) mit installierter App Scratch Jr mitbringen; es kann aber auch am vhs-PC programmiert werden.

2204 in den Sommerferien

Mo, 4.8. und Di, 5.8., jeweils 13:30–15:45 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5



Foto: Vitalii Perushenko, Getty Images;
bearbeitet von Elisa Fischer

Scratch – Programmierung für Kinder

Für Kinder ab Klasse 3

Nachmittagskurs mit Jutta Bundschuh

Egal ob Programmieranfänger*in oder ob Du schon erste Erfahrungen mit Scratch Jr oder Scratch gesammelt hast – zusammen werden zuerst grundlegende Programmierkenntnisse erarbeitet, um dann unter anderem animierte Karten oder ein Quiz zu erstellen. Zum Abschluss werden wir noch ein kleines Spiel programmieren. Deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Nach erfolgreicher Beendigung des Kurses hast Du das Rüstzeug, selbstständig weitere Spiele zu programmieren.

2205 in den Sommerferien

Mi, 6.8. und Do, 7.8., jeweils 13:30–16 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5

3D-Druck-Workshop

für Kinder und Jugendliche im Alter von 11–15 Jahren

Vormittags-Workshop mit Andreas Schlenker

Unter Anleitung unseres erfahrenen Dozenten lernt Ihr, wie man einen Gegenstand, einen Schlüsselanhänger, eine Figur oder ähnliches am Computer dreidimensional gestaltet.

Direkt im Kurs werdet Ihr einen Schlüsselanhänger konstruieren. Dieser kann anschließend auf dem vorhandenen 3D-Drucker ausgedruckt und von Euch mit nach Hause genommen werden.

Inhalte:

- Wie funktioniert ein 3D-Drucker?
- Wie erstellt man ein 3D-Modell am Computer?
- Internet-Plattformen zum Download von 3D-Modellen

Voraussetzung:

Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC

2208 in den Faschingsferien

Do, 6.3. und Fr, 7.3., jeweils 8:30–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 60

2209 in den Sommerferien

Mo, 1.9. und Di, 2.9., jeweils 8:30–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 60

Arduino Einstieg – der Mikroprozessor für jedermann

Für Kinder im Alter von 9–13 Jahren in den Osterferien

Nachmittagskurs mit Marco Bimbös

Viele moderne Geräte werden von kleinen Computern, sogenannten Mikroprozessoren gesteuert. Das klingt allerdings komplizierter als es ist. Wir möchten Dir zeigen, wie diese kleinen Computer arbeiten, wie man sie programmiert und dass auch Du tolle Dinge damit anstellen kannst.

A2212

Sa, 11.1., 13:30–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 40

2211 in den Osterferien

Sa, 26.4., 13:30–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 40

2212

Sa, 7.6., 13:30–18 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
€ 40

Erfolgreich zum Ausbildungsplatz – Tipps für Online- Bewerbungen

Tages-Workshop mit Pamela Briem

Du möchtest nach der Schulzeit mit einer Ausbildung starten und hast keinen Plan, was die neuesten Trends im Bewerbungsverfahren sind? Du hast vielleicht schon eine Bewerbung als E-Mail für ein Praktikum versandt, jedoch keine Antwort erhalten? Eine Motivationsseite ist für Dich ein Buch mit sieben Siegeln? Diese und viele weitere Themen klären wir in einem sehr praktischen Tagesworkshop.

Tatsächlich passieren viele Fehler, wenn nicht einige Regeln exakt beachtet werden. In diesem Kurs mit wenigen Teilnehmer*innen setzen wir Deine persönliche Bewerbung um. Tipps und Tricks vom Profi speziell für Dich!

Inhalt:

- Aus der Masse hervorheben
- Regeln einer Online-Bewerbung
- Technik einfach erklärt
- Online-Bewerbungsformulare
- Motivationsseite
- Vollbewerbungen – gestalte Deinen persönlichen Auftritt
- Anlagen & Co – Tücken und Fallstricke
- Dateiformate
- Tricks vom Profi

Dieser Workshop ist auf max. 6 Teilnehmende begrenzt, damit individuell auf jeden Einzelnen eingegangen werden kann. Wir sprechen über die Technik und wichtigen Regeln am Vormittag. Nachmittags wird das Erlernte sofort in die Praxis umgesetzt. Bringe hierfür Deinen Laptop mit. Wer keinen hat, dies bitte bei der Anmeldung angeben, damit wir einen Rechner für Dich reservieren.

Du hast schon einen Lebenslauf geschrieben? Super! Einfach auf dem Laptop oder USB-Stick speichern und mitbringen.

2215

Sa, 21.6., 9–16 Uhr (45 Minuten Mittagspause)
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum, € 5
Bitte Vesper und Getränk für die Mittagspause mitbringen.

BERUFLICHE BILDUNG

Fachbereichsleitung:
Dr. Alexandra Kohlberger-Bauer (Kulturwissenschaftlerin)
Assistenz: Martina Jürgensen-Mohrs, Felix Böpple

ANGEBOTE FÜR ERWACHSENE**Individuelle Weiterbildungsberatung – gebührenfrei**

Persönlich – online – telefonisch – im Chat: Alles möglich

Die vhs ist dem Landesnetzwerk Weiterbildungsberatung (LN WBB) beigetreten. Im Rahmen des Landesnetzwerks bietet die vhs ab sofort allen, die sich für eine Weiterbildung interessieren, eine kostenfreie, unabhängige Beratung an.

Ob ein Sprachkurs in der Freizeit, eine berufliche Weiterbildung, gewünschter Jobwechsel oder der Wiedereinstieg nach einer (Familien-) Pause – das Angebot an Weiterbildungsmöglichkeiten ist groß und unübersichtlich. Deswegen fällt es Interessierten oft schwer, einen passenden Kurs zu finden. Hier hilft die Beratung der vhs im Rahmen des Landesnetzwerks: In individuellen Gesprächen können sich Interessierte kostenfrei und unverbindlich zu allen Fragen rund um das Thema Weiterbildung informieren und beraten lassen. Die Gespräche werden von erfahrenen Berater*innen durchgeführt, die auf die individuellen Anliegen der Interessierten eingehen und verschiedene Anbieter*innen berücksichtigen. So leisten sie eine umfassende Beratung, die über das reine Suchen und Finden von Kursen weit hinausgeht. Termine sind individuell vereinbar, nicht an unsere Öffnungszeiten gebunden und auch telefonisch oder online möglich. Zudem auch in Englisch und bei den Sprachkursen in Italienisch und Französisch.

Ihre Ansprechpartnerin:
 Martina Jürgensen-Mohrs, Tel.: 0711 7003-4376
 E-Mail: mjuergensen-mohrs@filderstadt.de

2300
 Termine nach Vereinbarung, gebührenfrei

Einzelcoaching – Online-Vorstellungsgespräche – Nähe zeigen auf Distanz

Einzeltermin jederzeit möglich

Pamela Briem, HR-, Trainer-, Health- und Psychologischer Constellation Coach

Online-Videovorstellungsgespräche sind nicht erst seit Pandemiezeiten bekannt. Allerdings erlebt dieses Format gerade einen echten Boom.

Personalverantwortliche erkannten, dass ein Videointerview deutlich weniger Zeit in Anspruch nimmt, der Recruiting-Radius größer wird und Bewerber*innen viel mehr von sich preisgeben. Oft herrscht eine lockere Atmosphäre durch die eigenen vier Wände. Ein grandioses Format für die Zukunft.

Ob Sie sich aktuell in der Bewerbungsphase befinden oder demnächst die Rückkehr in den Beruf planen: eine professionelle Vorbereitung ist wichtig, denn dieser virtuelle Austausch ist nicht zu unterschätzen. Nutzen Sie die Chance mit einem professionellen Einzelcoaching. Zeigen Sie Nähe auf Distanz!

Inhalte:

- Plattformen für Videointerviews
- Hintergrund, Lautstärke, Ton
- Lichtquellen optimal nutzen
- Outfit & Co – Körperhaltung
- Sprache und Tonalität – Vorbstellungsfragen

Methode: In diesem Einzelcoaching helfen wir Ihnen, sich aus der sicheren Distanz ins berufliche Rampenlicht zu stellen. Sie erhalten wertvolle Tipps & Tricks für dieses Zukunftsformat. Sie benötigen dazu lediglich einen internetfähigen PC/Laptop mit Kamera sowie ein Headset mit Mikrofon.

Die Dozentin: Frau Pamela Briem ist als Master Coach QRC vielfach zertifiziert und arbeitet seit vielen Jahren mit und für Unternehmen im Outplacement. Sie kennt die Anforderungen und Wünsche der Firmen deshalb ganz genau.

2302

Termine nach Vereinbarung, Kosten für eine individuelle Beratung von 60 Minuten € 110

Coach & Walk – für Ihre persönliche Herausforderung

Pamela Briem, HR-, Trainer-, Health- und Psychologischer Constellation Coach

Das Coach & Walk-Format ist ein neuer Beratungsansatz, der ausschließlich an der frischen Luft stattfindet.

Die Wirksamkeit beruht auf der Kombination von Coaching, persönlicher Beratung Ihrer Anliegen und Walk (Gehen).

Gedanken fließen, der körperliche und seelische Bereich wird gesteigert. Der Horizont erweitert sich und neue Perspektiven

ermöglichen einen ganz anderen Blick auf Ihre persönliche Herausforderung.

Dieses Format gibt neue Impulse, im privaten und im beruflichen Kontext, in einem vertraulichen Einzelgespräch.

2303

Montags, ab 5.5., 18–19:30 Uhr oder nach individueller Vereinbarung.
 Treffpunkt Bäckerei Schill Bernhausen
 € 105

www.schneller-schlau.de

- Meister IHK in 45 Tagen
- IHK Fach- und Betriebswirte in 25-30 Tagen
- Technische IHK Fach- und Betriebswirte in 30-37 Tagen
- Bachelor & Master Professional CCI
- Prüfung in 20 Tagen

Wichtig:
 Bis zu 75% staatl. Förderung! Kostenlos Infoabende in Fellbach oder Online-Live.
 Anmeldung online oder 0300 466 5 466

Die folgenden drei Veranstaltungen finden in Kooperation mit dem Volkshochschulverband Baden-Württemberg und dem Landesverband Baden-Württemberg, der Vereinigung der Schöffinnen und Schöffen (DVS-BW e. V.) statt.

Fortbildung für das Schöffenam I**Elemente einer Restorative Justice als maßgeblicher Strafzumessungsgrund – Wiedergutmachung statt Vergeltung?**

Referentin: Dr. Birgitta Stückrath, stellvertretende Direktorin am Amtsgericht Lörrach

In den letzten zwanzig Jahren hat bezogen auf die Strafzwecke ein Paradigmenwechsel stattgefunden. Schadenswiedergutmachung und ein Täter-Opfer-Ausgleich können in vielen Fällen eine Strafe entbehrlich machen. Sogar bei Verbrechen kann von Strafe abgesehen werden oder eine Verwarnung mit Strafvorbehalt ausgesprochen werden und stattdessen die Interessen und Bedürfnisse der Opfer in den Mittelpunkt des Strafverfahrens gerückt werden.

2325

Di, 11.2., 18–19:30 Uhr
 Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer gebührenfrei

Fortbildung für das Schöffenam II**Aufgaben und Grundsätze des Strafprozesses**

Referent: Jens Münch, Richter am Amtsgericht Lörrach

Das Strafverfahren dient der Prüfung und ggf. Durchsetzung des staatlichen Strafanspruchs gegenüber dem straffällig gewordenen Bürger. Im Rechtsstaat liegt das Gewaltmonopol beim Staat und die Prüfung und Durchsetzung des Strafanspruchs folgt speziellen, verfassungsmäßigen Regeln. An die Stelle der Selbstjustiz des durch die Straftat Geschädigten tritt die Verfolgung der Straftat durch den Staat in einem rechtsförmigen Verfahren. Diese Grundsätze sollen im Seminar beleuchtet werden.

2326

Di, 11.3., 18–19:30 Uhr
 Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer gebührenfrei



Fortbildung für das Schöffenamts II



Die Verständigung im Strafverfahren – kein Handel mit Gerechtigkeit

Referentin: Dr. Birgitta Stückrath, stellvertretende Direktorin am Amtsgericht Lörrach

In Zeiten begrenzter Ressourcen kann eine Verständigung über die Rechtsfolgen zwischen allen Verfahrensbeteiligten im Strafverfahren Sinn machen und helfen, überlange Strafverfahren zu vermeiden. In der Praxis werden Verständigungsvorschläge oft im Vorfeld vorbereitet. Wie können Sie als Schöffinnen und Schöffen daran verantwortlich mitwirken? Worüber darf keine Verständigung erfolgen? Ist der Schuldspruch „verhandelbar“? In welchem Umfang dürfen Strafrabatte in Aussicht gestellt werden?

2327

Di, 8.4., 18–19:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
gebührenfrei

Führungsimpulse kompakt



Anregende Impulse zu Führung, Umgang mit Kritik und Motivation

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Diese 45 Minuten Online stärken Sie für den kommenden Arbeitstag und darüber hinaus. Kurz und bündig werden zentrale Herausforderungen besprochen und konkrete Anregungen gegeben. Unser Leitmotiv auf der Grundlage der Erfahrungen der Teilnehmenden: Aus der Praxis für die Praxis. Jedes Modul endet mit praktischen 5 Impulsen.

Diesen nützlichen Benefit können und sollten Sie in der Arbeitspraxis beherzigen.

Termin 1: Grundlagen der Führung/Motivation. Gemeinsames Führungsverständnis schaffen/sich und andere motivieren

Termin 2: Delegation und Ziele – verlässliche Vereinbarungen als Regelfall

Termin 3: Kritikstau – kritisieren und kritisiert werden

Termin 4: Personalbindung – Mitarbeiter*innen an das Unternehmen binden

2340

Di, 11.3., 7:30–8:15 Uhr 4 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 75 (€ 67,50)

Schlagfertigkeit

Strategien für sofortige und treffende Antworten



Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Bemerkten Sie manchmal, dass Ihnen die passenden Worte zu spät einfallen?

Haben Sie großartige Ideen erst, wenn die Gelegenheit schon vorbei ist? Dann ist unser Online-Seminar „Schlagfertig on Point: Strategien für sofortige und treffende Antworten“ genau das Richtige für Sie!

Schlagfertigkeit ist die Kunst, in jedem Moment die richtigen Worte zu finden. In unserem Seminar lernen Sie, spontaner mit Ihrer Sprache umzugehen und Ihren aktiven Wortschatz spürbar zu erweitern. Selbst in Belastungssituationen werden Sie flüssig und treffend formulieren können, was Ihnen dabei hilft, mutiger und selbstbewusster aufzutreten.

Wir trainieren gemeinsam spontane, humorvolle und spritzige Antworten, die Ihr Gegenüber verblüffen werden. Dieses Impulsseminar bietet zahlreiche Anregungen für das Training zu Hause und macht Sie wortgewandt, sicher und selbstbewusst.

Nutzen Sie dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen zu besprechen und Ihre Schlagfertigkeit auf ein neues Level zu bringen. Melden Sie sich jetzt an und seien Sie bereit, jeder Herausforderung gekonnt zu begegnen!

Kursinhalte:

- spontan mit Sprache umgehen
- sicher und überzeugend argumentieren
- eigene Betroffenheit überwinden
- Einwände schlagfertig behandeln
- Wortschatz erweitern

Diese Veranstaltung richtet sich an alle, die mit Einwänden und Angriffen sicher, souverän und schlagfertig umgehen möchten.

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2341

Di, 11.3., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)

50 Jahre Filderstadt - feiern Sie mit!

Einzigartige Projekte zur Geschichte Filderstadts und den besonderen Merkmalen aller Stadtteile

Unter diesem Logo finden Sie in diesem Programmheft Kurse und Veranstaltungen zum Jubiläum

50 JAHRE

FILDERSTADT

Freuen Sie sich auf ein unvergessliches Jubiläumsjahr 2025 mit vielfältigen Programmpunkten für Groß und Klein!

Theaterprojekt großes Stadtfest uvm.
Auftakt am 12. Januar 2025

Ausführliche Informationen im Internet und regelmäßig im Amtsblatt Filderstadt



Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen

Entfesseln Sie Ihre Stärke



Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Entfesseln Sie Ihre Stärke im Seminar „Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen“!

Manchmal fällt es schwer, Forderungen durchzusetzen, im Mittelpunkt zu stehen oder „nein“ zu sagen. Mangelndes Selbstvertrauen kann eine Ursache sein: Sie erhalten nicht das, was Sie wollen, werden von anderen überholt und ärgern sich im Nachhinein über sich selbst. Aber gute Nachrichten: Selbstvertrauen lässt sich erlernen. In diesem Online-Seminar trainieren Sie, sich selbst zu vertrauen, sich zu motivieren und das Ruder in die Hand zu nehmen. Sichere Argumentation, flüssiges Sprechen und Überzeugungskraft werden Ihre Partner sein, während Sie Schritt für Schritt den Zugang zu Ihren eigenen Kraftquellen und Ressourcen gewinnen.

Darüber hinaus bietet Ihnen dieses Seminar zahlreiche Tipps und Anregungen zur Umsetzung, um Ihre Stärke auch über das Seminar hinaus zu entfesseln. Melden Sie sich jetzt an und nehmen Sie Ihre Zukunft in die Hand!

Kursinhalte:

- Ge- und Verbote für eine starke Persönlichkeit
- Vom Mut, aus dem Schatten herauszutreten
- Die Rolle von Sprache und Körpersprache
- Strategien der Motivation und der Selbstmotivation
- Aufmerksamkeit erzeugen
- Souverän und überzeugend auftreten
- Anregungen für karriereentscheidende Situationen

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2342

Mo, 17.3., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)

Der Online Rhetorik Workshop



Sicher auftreten – überzeugend argumentieren – souverän ankommen

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Tauchen Sie ein in die Kunst des Wortzaubers im Seminar „Mit Wörtern zaubern: Sicher auftreten – überzeugend argumentieren – souverän ankommen“!

Ein überzeugendes und sicheres Auftreten in Reden und Verhandlungen ist der Schlüssel zum Erfolg. Doch die wahre Kunst liegt darin, den Spannungsbogen so zu gestalten, dass Ihr Gegenüber emotional berührt wird und der Funke der Begeisterung überspringen kann. Besseres Argumentieren und ein sicheres Auftreten steigern Ihre Überzeugungskraft enorm.

In unserem Online-Workshop erhalten Sie viele praktische Übungen, die Sie auch zu Hause nutzen können, um Ihre rhetorischen Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Wir legen besonderen Wert darauf, wie Sie souverän mit Blackouts und Störern umgehen und Einwände erfolgreich behandeln können.

Nutzen Sie dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen zu besprechen und Ihre Fähigkeiten im Umgang mit

Worten und Menschen auf ein neues Niveau zu heben. Melden Sie sich jetzt an und werden Sie zum/zur Meister*in des Wortzaubers!

Kursinhalte:

- Die Wirkungsmittel (z. B. Haltung, Gestik, Mimik) überzeugend einsetzen
- Reden oder Verhandlungen richtig aufbauen
- Der wirkungsvolle Einstieg
- Redeängste und Lampenfieber abbauen
- Sicher argumentieren
- Umgang mit Blackout
- Störer*innen und Einwänden sicher begegnen

Zielgruppe sind Personen, die ihre Rede- und Verhandlungsfähigkeiten verbessern möchten.

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2343

Mi, 19.3., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)

Online-Impulsseminar: Moderationstraining



Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Meetingmeister*in: Erfolgreiche Moderation für effiziente Teamsitzung

Tauchen Sie ein in die Welt der erfolgreichen Moderation mit dem Seminar „Meetingmeister*in: Erfolgreiche Moderation für effiziente Teamsitzungen“! Moderation ist mehr als nur die Leitung einer Gruppe – es geht darum, die Teilnehmer*innen zielgerichtet durch sachliche und prozessorientierte Impulse zu führen. In diesem Seminar reflektieren wir den Moderationsprozess in verschiedenen Kontexten, sei es im beruflichen Umfeld, in Vereinen oder in der politischen Arbeit. Die wertvollen Erfahrungen der Teilnehmenden fließen dabei maßgeblich in den Lernprozess ein, um Ideen und Strategien zu entwickeln und Fähigkeiten zu trainieren. Wir beginnen mit der Organisation und der Motivation der Teilnehmenden, führen sie durch die gesamte Arbeitsphase und schließen mit einer umfassenden Reflexion ab. Zu jeder Phase erhalten Sie praktische Empfehlungen und wertvolle Tipps, um Ihre Moderationsfähigkeiten zu stärken.

Treten Sie ein und werden Sie zum/zur Meetingmeister*in, der/die effiziente Teamsitzungen souverän moderiert und zum Erfolg führt!

Melden Sie sich jetzt an und entdecken Sie die Geheimnisse einer erfolgreichen Moderation!

Kursinhalte:

- Die Moderation professionell vorbereiten
- Das rollenadäquate Verhalten von Moderator*in und Gruppenmitglied
- Die Autorität des/der Moderator*in steigern
- Unbeteiligte Gruppenmitglieder in den Prozess integrieren
- Sicher mit Vielredner*innen und Störer*innen umgehen
- Eine Lerneinheit gruppenbezogen strukturieren
- Die Gefühle der Gruppe steuern
- Argumentation, Frage- und Einwandtechnik zielorientiert einsetzen
- Kritik- und Streitgespräche sowie Diskussionen steuern.

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2344

Do, 27.3., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)



Power Rhetorik für Frauen

Überzeugen, das an den Genen liegt!

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler



In unserem Workshop „PowerRhetorik für Frauen“ ist überzeugendes und sicheres Auftreten in Reden und Verhandlungen der Schlüssel zum Erfolg. Wenn Sie aus dem Stegreif sicher und selbstbewusst argumentieren können, erreichen Sie Ihre Ziele leichter, auch in einer von Männern dominierten Welt. Besseres Argumentieren und sicheres Auftreten steigern Ihre Überzeugungskraft enorm.

Dieses Seminar ist speziell für Frauen konzipiert und bietet eine einzigartige Plattform, um in einer unterstützenden und inspirierenden Umgebung zu lernen und zu wachsen. Wir bieten gezielte Strategien und Techniken, um spezifische Herausforderungen in der Kommunikation und Rhetorik erfolgreich zu meistern.

In diesem Online-Workshop erhalten Sie viele praktische Übungen, die Sie auch zu Hause nutzen können, um Ihren persönlichen Erfolg zu steigern. Wir legen besonderen Wert darauf, wie Sie souverän bleiben, auch wenn die Emotionen überschäumen. Zudem werden Sie lernen, sich groß und kraftvoll zu fühlen und damit sicher und standfest aufzutreten.

Nutzen Sie dieses Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen zu besprechen, die speziell Frauen betreffen. Lernen Sie, Ihre Stimme kraftvoll und authentisch einzusetzen und Ihre natürliche Überzeugungskraft zu entfalten.

Melden Sie sich jetzt an und gehen Sie mit uns den Weg zur Meisterin der PowerRhetorik!

Kursinhalte:

- Überzeugendes und sicheres Auftreten von Anfang an
- Stark sein, auch gegen Widerstand
- Der wirkungsvolle Einstieg
- Redeängste und Lampenfieber abbauen
- Umsetzungsanregungen für Zuhause
- Groß und kraftvoll fühlen, gerade in stressigen Situationen
- das vorhandene Können sicher abrufen können.

Zielgruppe sind Damen, die mit ihren Rede- und Verhandlungsfähigkeiten ihre Umwelt aktiv gestalten wollen.

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2345

Mo, 7.4., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)



3-tägiger Online-Bildungsurlaub



Motivieren – Delegieren – Kritisieren

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Dieser Bildungsurlaub beinhaltet drei erfolgsentscheidende Bereiche der Führung:

Motivieren:

Die Führungskraft sollte sich selbst und andere motivieren können. Dazu gibt es Methoden und Werkzeuge, die in diesem Seminar besprochen und trainiert werden.

Damit entsteht Freude an der Arbeit, Wir-Gefühl und ein gutes Betriebsklima.

Delegieren:

Fehlende Verlässlichkeit in den Absprachen ist oft eine Frustquelle in der Führung. Hier erhalten die Teilnehmenden Gesprächsstrukturen, die verlässliche Absprachen ermöglichen.

Kritisieren:

Störende Faktoren gilt es aus dem Weg zu räumen, um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten. Der Aufbau von Kritikgesprächen wird praxisnah dargestellt und trainiert. Dieses Online-Seminar erarbeitet praktische Führungshilfen zu diesen drei Arbeitsfeldern der Führungskraft. Gerne nutzen wir dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen und praxisnahe Lösungen zu erarbeiten.

Kursinhalte:

- Herausforderungen für die moderne Führungskraft
- Strategie zur Selbstmotivation
- Mitarbeiter*innen nachhaltig motivieren
- Das „Können“ und „Wollen“ der Mitarbeiter steigern
- Mit Kritik und Anerkennung zur Leistungssteigerung
- Delegation als praktisches Führungsinstrument
- Erfahrungsaustausch
- Training, Training, Training

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2346

Di, 6.5. bis Do, 8.5., jeweils 9–17 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 255 (€ 229,50)

Den Wortschatz online trainieren



Sprechen Sie flüssig und überzeugend in jeder Situation

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Tauchen Sie ein in die Welt der Worte und entdecken Sie Ihren Weg zum erweiterten Wortschatz im Seminar „Wortgewandt und wirkungsvoll“!

In entscheidenden Momenten wie öffentlichen Reden, Prüfungen oder wichtigen Gesprächen ist es wichtig, die passenden Wörter schnell zur Hand zu haben. Doch das fällt nicht immer leicht.

Unser Wortschatztraining bietet Ihnen wirkungsvolle Methoden und Trainingsmöglichkeiten, um einen raschen Zugriff auf Wörter zu erlangen.

Dadurch entwickeln Sie nicht nur Ihren aktiven, sondern auch Ihren passiven Wortschatz.

Teilnehmende unseres Schlagfertigkeitstrainings können dieses Seminar sogar als zusätzliches Trainingsforum nutzen, um ihre Fähigkeiten weiter zu stärken und zu vertiefen.

Lassen Sie uns gemeinsam die Kraft der Worte entfesseln und Ihren Ausdruck auf ein neues

Level heben! Melden Sie sich jetzt an und bereichern Sie Ihre Kommunikation mit einem erweiterten Wortschatz.

Kursinhalte:

- kurzer theoretischer Hintergrund
- Trainingsmethoden zur Entwicklung des Wortschatzes
- Training in spezifischen Stresssituationen
- Tipps und Anregungen für schwierige Gesprächssituationen
- den gewonnenen Wortschatz gezielt und überzeugend einsetzen
- Training, Training, Training

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2347

Mi, 14.5., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)

3-tägiger Online-Bildungsurlaub



Vom Mitarbeiter zur Führungskraft

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Zum Seminar:

Häufig werden neue Führungskräfte ohne viel Vorbereitung „ins kalte Wasser“ geschmissen. Oft lassen die Gegebenheiten vor Ort nur wenige Tage zur Vorbereitung. Gleichzeitig ändern sich Aufgaben und Erwartungen deutlich. In den Bereichen

- Umgang mit Mitarbeiter*innen
- Ziele setzen und erreichen (Delegation) und
- Umgang mit Fehlverhalten

wird führendes Handeln erwartet, wo bisher geführtes Verhalten passend war. Diese geänderten Anforderungen an die neue Führungskraft stellen die zentrale Herausforderung in der Führungspraxis dar. Ziel des Bildungsurlaubes ist es, den Rollenwechsel aktiv zu managen. Außerdem werden schwierige Situationen der Führungspraxis besprochen und trainiert. Tipps und Anregungen für die speziellen Situationen der Teilnehmenden runden das Seminar ab. Gerne nutzen wir dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

Kursinhalte:

- Akzeptanz schaffen in der Rolle der Führungskraft
- Erwartungen und Anforderungen an die moderne Führungskraft
- Kommunikatives Handwerkzeug
- Techniken der Motivation und Selbstmotivation
- Delegation über Zielvereinbarungen
- Kontrolle und Motivation
- Kritikgespräche und andere Instrumente der Verhaltensänderung

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2348

Di, 3.6. bis Do, 5.6., jeweils 9–17 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 255 (€ 229,50)



**Die Geschenkidee
für jeden Anlass!**
Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Motivieren, Delegieren, Kritisieren



Erfolgsfaktoren der Führungskraft

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Treten Sie in das Online Seminar ein und stärken Sie Ihre Führungskompetenzen!

Unser Seminar fokussiert sich auf drei entscheidende Erfolgsfaktoren:

Motivieren:

Erfolgreiche Führungskräfte müssen nicht nur selbst motiviert sein, sondern auch andere motivieren können. Wir besprechen Methoden und Werkzeuge zur Entwicklung dieser Fähigkeit, um eine motivierende Arbeitsumgebung zu schaffen.

Kritisieren:

Regelmäßiges Feedback, sowohl kritisch als auch anerkennend, ist entscheidend für die Mitarbeiter*innenentwicklung. Wir präsentieren praxisnahe Ansätze für den Aufbau von Kritikgesprächen, um eine konstruktive Feedbackkultur zu fördern.

Delegieren:

Die effektivste Personalentwicklungsmethode ist oft die Delegation anspruchsvoller Aufgaben. Im Seminar erhalten Sie bewährte Gesprächsstrukturen, die eine zuverlässige Delegation ermöglichen.

Nutzen Sie dieses Online-Seminar, um Ihre Führungskompetenzen zu stärken und eine erfolgreiche Zukunft zu gestalten!

Kursinhalte:

- Herausforderungen für die moderne Führungskraft
- Strategie zur Selbstmotivation
- Mitarbeiter*innen nachhaltig motivieren
- Das „Können“ und „Wollen“ der Mitarbeiter*innen steigern
- Mit Kritik und Anerkennung zur Leistungssteigerung
- Delegation als praktisches Führungsinstrument
- Erfahrungsaustausch

Diese Veranstaltung richtet sich an Führungskräfte, die sich in schwierigen Führungssituationen besser durchsetzen möchten.

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2349

Di, 24.6., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)

Die Kunst des Smalltalks



Vom Small Talk zum Smart Talk

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Talk im Seminar „Die Kunst des Smalltalks: Vom Small Talk zum Smart Talk“!

Freundlich und offen auf Menschen zugehen – das ist eine Fähigkeit, die sich viele wünschen. Doch sie kann weit mehr bewirken als nur einen vielversprechenden Beginn. Möchten Sie geschäftlich oder privat mit Leichtigkeit und Charme mit Fremden ins Gespräch kommen? In unserem Online-Seminar zeigen wir Ihnen Strategien, um aus einem banalen Thema ein interessantes Gespräch zu entwickeln. Sie werden trainieren, über Ihre Fähigkeiten und Leistungen ansprechend zu sprechen. Außerdem lernen Sie, kommunikative Verhaltensweisen gezielt einzusetzen, um eine angenehme Gesprächsatmosphäre zu schaffen, Verbindungen zu knüpfen und sogar Geschäfte



anzubauen. Nehmen Sie an diesem Seminar teil und meistern Sie die Kunst des Smalltalks, um Ihre zwischenmenschlichen Beziehungen zu vertiefen und Ihren beruflichen und persönlichen Erfolg zu steigern!

Kursinhalte:

- Den Gesprächseinstieg finden
- Kontakte sicher aufbauen, auch zu Fremden
- Ihr (Arbeits-) Leben interessant gestalten und darüber reden
- Spontan und unterhaltend sein
- Offene und versteckte Komplimente machen
- Ihre Leistungen und Fähigkeiten in den Vordergrund stellen
- Kreativer werden und phantasievoller formulieren

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2350

Do, 26.6., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)

Von der Kunst ein exzellenter Mitarbeitender zu sein

Strategien für Spitzenleistung und erfolgreiches Selbstmarketing

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler



Entdecken Sie die Geheimnisse beruflicher Exzellenz und lernen Sie, wie Sie Ihre Fähigkeiten gezielt vermarkten! In unserem Online-Seminar erfahren Sie, wie Sie Ihre beruflichen Ziele effektiv erreichen und sich in Ihrem Unternehmen fest verurzeln und unverzichtbar machen.

Dieses praxisorientierte Seminar bietet Ihnen wertvolle Einblicke in bewährte Methoden der attraktiven Positionierung und vermittelt Ihnen Techniken, um Ihre Stärken optimal zur Geltung zu bringen. Lernen Sie, wie Sie durch effektives Selbstmarketing Ihre Karrierechancen maximieren und sich als kompetenter und vertrauenswürdiger Mitarbeitender positionieren.

Sie bekommen Gelegenheit, das Gelernte sofort in die Praxis umzusetzen und entscheidende Situationen zu trainieren. Egal, ob Sie Ihre aktuelle Position festigen oder den nächsten Karriereschritt vorbereiten möchten: Dieses Seminar ist Ihr passender Schlüssel zum Erfolg!

Melden Sie sich jetzt an und investieren Sie in Ihre berufliche Zukunft. Seien Sie dabei und heben Sie Ihre Karriere auf das nächste Level!

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2351

Fr, 27.6., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)

Vom Mitarbeitenden (Kollegen*in) zur Führungskraft



online Impulsseminar

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Oft werden neue Führungskräfte unvorbereitet „ins kalte Wasser geworfen“, während sich Aufgaben und Erwartungen drastisch ändern. Plötzlich wird führendes Handeln in Bereichen wie dem Umgang mit Mitarbeiter*innen, dem Setzen und Erreichen von Zielen sowie dem Umgang mit Fehlverhalten erwartet, wo zuvor geführtes Verhalten ausreichte. Dieser Rollenwechsel stellt eine zentrale Herausforderung in der Führungspraxis dar. Unser Seminar hat das Ziel, diesen Rollenwechsel aktiv zu managen und schwierige Situationen in der Führungspraxis zu besprechen und zu trainieren. Wir bieten Tipps und Anregungen für die speziellen Situationen der Teilnehmenden und nutzen gerne dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen zu besprechen. Bereite Dich darauf vor, den nächsten Schritt in Deiner Führungskarriere zu machen und melde Dich jetzt zum Online-Seminar „Wecke den/die Chef*in in Dir!“ an!

Kursinhalte:

- Akzeptanz schaffen in der Rolle der Führungskraft
- Erwartungen und Anforderungen an die moderne Führungskraft
- Kommunikatives Handwerkszeug
- Techniken der Motivation und Selbstmotivation
- Delegation über Zielvereinbarungen
- Kontrolle und Motivation
- Kritikgespräche und andere Instrumente der Verhaltensänderung

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2352

Mo, 7.7., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)

3-tägiger

Online-Bildungsurlaub



Schlagfertigkeit und sicheres Auftreten

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Tauchen Sie ein in unseren 3-tägigen Online-Bildungsurlaub: „Schlagfertigkeit und sicheres Auftreten“!

Fehlen Ihnen manchmal die passenden Worte im entscheidenden Moment? Haben Sie großartige Ideen erst im Nachhinein? Dann ist dieses Seminar perfekt für Sie. Schlagfertigkeit ist die Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden. Wir zeigen Ihnen, wie Sie spontaner mit Ihrer Sprache umgehen können und Ihren aktiven Wortschatz spürbar erweitern, damit Sie auch in Belastungssituationen flüssig und treffend formulieren können. Sie trainieren spontane, humorvolle und spritzige Antworten, die Ihr Gegenüber verblüffen werden.

Denn nicht nur das, was Sie sagen, sondern auch wie Sie es sagen, ist entscheidend. Mit Sicherheit in Ihrer Kommunikation strahlen Sie Selbstbewusstsein, Souveränität und Mut aus.

Dieser Bildungsurlaub ist ein wichtiger Baustein Ihrer persönlichen Entwicklung. Er bietet Ihnen zahlreiche Anregungen für das Training zu Hause und stärkt Ihre Wortgewandtheit, Sicherheit und Selbstbewusstsein. Zudem nutzen wir gerne dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

Melden Sie sich jetzt an und machen Sie den ersten Schritt zu einem selbstbewussten und souveränen Auftreten!

Kurs buchbar: regulär oder mit ganzer/anteiliger Bildungszeit

Kursinhalte:

- Spontan mit Sprache umgehen
- Sicher und überzeugend argumentieren
- Eigene Betroffenheit überwinden
- Einwände schlagfertig behandeln
- Wortschatz erweitern
- Souverän auftreten, auch in Stresssituationen

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2353

Di, 15.7., 9–17 Uhr
Mi, 16.7., 9–17 Uhr
Do, 17.7., 9–17 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 255 (€ 229,50)

STEUERBERATER ALBER & PFINDEL



SIE SIND
WILKOMMEN!

KOMMEN SIE
IN UNSER TEAM!

Wir sind eine moderne, familiäre Steuerberatungs-Kanzlei in Filderstadt mit über 45 Teammitgliedern. Wichtig sind uns Respekt, Empathie und Aufgeschlossenheit – weit über die fachlichen Fähigkeiten hinaus.

Unsere aktuellen Stellungsangebote (m/w/d):

- ➔ Finanz- und Lohnbuchhalter in Teilzeit oder Vollzeit
- ➔ Steuerfachangestellter / Steuerfachwirt in Teilzeit oder Vollzeit
- ➔ Ausbildungsplatz zum Steuerfachangestellten 2024

INTERESSE an weiteren Angeboten?

www.alber-pfindel.de/karriere

Bewerben Sie sich per Mail bei Alina Brucher:
brucher@alber-pfindel.de
Oder schauen Sie doch einfach mal bei uns rein.





Gelassen durch den Alltag



Stressbewältigung und Resilienz stärken

Matthias Dahms, Dipl.-Ök., Personal- u. Organisationsentwickler

Möchten Sie lernen, wie Sie Stress effektiv bewältigen und mehr Gelassenheit in Ihren Alltag bringen können? Unser Online-Seminar bietet Ihnen fundierte und praktisch erprobte Techniken, die Ihnen helfen, besser mit Stress umzugehen. In diesem interaktiven Seminar stellen wir Ihnen bewährte Methoden zur Stressreduktion, inklusive Atemübungen, Zeitmanagement und Achtsamkeitstechniken vor. Sie erhalten wertvolle Einblicke, wie Sie Stressoren in Ihrem Leben erkennen und diese effektiv minimieren können. Egal ob Sie im Berufsleben stehen, studieren oder andere Herausforderungen meistern – dieses Seminar ist für alle geeignet, die ihren Stresslevel nachhaltig senken möchten.

Melden Sie sich jetzt an und gehen Sie den ersten Schritt in ein entspannteres Leben!

online – bequem vom Sofa oder Schreibtisch aus

2354

Mo, 21.7., 18:30–21:30 Uhr
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 65 (€ 58,50)

Im Rahmen der Ehrenamtsakademie ist dieser Kurs gebührenfrei – nähere Infos zur Ehrenamtsakademie auf S. 20

Die Kurse 2355 bis 2365 haben eine Durchführungsgarantie und können alle online – bequem vom Schreibtisch aus besucht werden.

Vorbereitende Buchführung



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Mit einer funktionierenden laufenden Buchführung wird der Grundstein für eine effiziente Unternehmensführung gelegt. Lernen Sie die vorbereitende Buchhaltung kennen, entlasten Sie Ihre/n Steuerberater*in und lernen Sie, Zahlen zu interpretieren. Zusätzlich profitieren Sie von diversen Tipps und Checklisten zum Thema.

2355

Di, ab 4.3., 18–19:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

Im Rahmen der Ehrenamtsakademie ist dieser Kurs gebührenfrei – nähere Infos zur Ehrenamtsakademie auf S. 66

Entgeltabrechnung



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Auch in kleineren Unternehmen gehört die Entgeltabrechnung zum zentralen Bestandteil der Personalführung. Zwar werden sie meist extern erstellt, dennoch muss ein entsprechendes Fachwissen vorgehalten werden.

Lernen Sie die Grundlagen der Entgeltabrechnungen kennen, um Angestellte und Arbeiter*innen zu beraten.

2356

Di, ab 4.3., 20–21:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

E-Commerce Basics



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Dieser kurze Kurs bietet eine solide Basis für alle, die in das Thema einsteigen möchten. Sie erhalten ein grundlegendes Verständnis, wie E-Commerce funktioniert und welche Aspekte dabei zu beachten sind.

Der Kurs richtet sich an Kaufleute und Interessent*innen, die den Online-Handel zukünftig aktiv oder nebenbei betreiben möchten.

2357

Do, ab 6.3., 18–19:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

Büroprozesse



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Bürowirtschaftliche Abläufe bilden das Gerüst jeden Unternehmens. Dabei spielen neben dem Informationsmanagement und der Informationsverarbeitung besonders Koordinations- und Organisationsaufgaben eine wichtige Rolle. Mit diesem Modul bieten wir Ihnen einen gelungenen Einstieg.

2358

Mo, ab 10.3., 18–19:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

Im Rahmen der Ehrenamtsakademie ist dieser Kurs gebührenfrei – nähere Infos zur Ehrenamtsakademie auf S. 66

Finanzbuchhaltung



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Gewinnen Sie einen Überblick über die komplexe Welt der Finanzbuchhaltung. Lernen Sie wichtige Aufgabenfelder sowie Zahlungsstrukturen richtig zu deuten und betriebswirtschaftlich umzusetzen.

2359

Mo, ab 10.3., 20–21:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

Einführung in die Buchführung



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Für alle, die es etwas genauer wissen wollen, bieten wir eine leicht verständliche Einführung in das Thema Buchhaltung an. Lernen Sie die Bilanz kennen, verstehen und zu bearbeiten. Das Erstellen von Buchungssätzen sowie das Einordnen von Geschäftsvorfällen rundet das Modul ab.

2360

Di, ab 25.3., 18–19:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

Im Rahmen der Ehrenamtsakademie ist dieser Kurs gebührenfrei – nähere Infos zur Ehrenamtsakademie auf S. 66

Unternehmerische Abläufe gewinnbringend optimieren



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Laufende Buchführung, Entgeltabrechnung und betriebliche Kalkulation gehören ebenso zu den täglichen Aufgaben wie betriebliche Auswertungen. Neben der Ermittlung der Unternehmens-

ertragslage lernen Sie, Kosten zu überwachen und Prozessdaten zu bearbeiten.

2361

Di, ab 25.3., 20–21:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

Kundenbetreuung im Onlinehandel



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Lernen Sie die wichtigsten Grundlagen für die Kund*innenbetreuung im digitalen Handel kennen. Dabei liegt der Fokus auf der Pflege von Kund*innenbeziehungen sowie auf der Sichtweise des/der Kunden*in und des/der Lieferanten*in.

Der Kurs bietet eine gute Basis für eine erfolgreiche Kundenbetreuung im Onlinehandel.

2362

Do, ab 27.3., 18–19:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

Personal-sachbearbeitung



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Personalakten führen, Entgeltabrechnungen vorbereiten, Personalstatistiken führen sowie die allgemeinen Personalbearbeitungen sind nur einige Arbeitsaufgaben, die großer Sorgfalt bedürfen und gesetzlichen Regelungen unterliegen.

Lernen Sie, wie Sie souverän die Personalarbeit in Zukunft meistern werden.

2363

Mo, ab 5.5., 18–19:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

Kosten- und Leistungs-Rechnung



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Als Grundregel gilt, jedes Unternehmen sollte zumindest einmal jährlich eine Kosten- und Leistungsrechnung absolvieren und sich den tatsächlichen Zahlen widmen.

Lernen Sie, gewinnbringende unternehmerische Entscheidungen anhand der „richtigen Zahlen“ zu treffen.

2364

Mo, ab 5.5., 20–21:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)

Vertiefende Buchführung



Michael Menze, Freiberufl. Dozent und Coach

Aufbauend auf den Kurs „Einführung in die Buchführung“ wird das vorhandene Wissen vertieft und weiter ausgebaut. Komplexere Buchungssätze und Geschäftsvorfälle sind zentrale Bestandteile des Moduls.

2365

Di, ab 6.5., 18–19:30 Uhr, 3 x
Online-Seminar, virtuelles Klassenzimmer
€ 36 (€ 32,40)



In Kooperation mit der vhs Ostfildern.
Anmeldung unter www.vhs-ostfildern.de oder
unter Tel. 0711 3404-800

Mit offener Gruppenarbeit Menschen beteiligen und kreative Ideen fördern



Marco Schwind

BarCamp, World Café oder Open Space sind Methoden für Meetings und Konferenzen, die eine offene und inklusive Atmosphäre schaffen. Diese Methoden zeichnen sich durch ihre Ergebnisoffenheit und die Einbindung der Teilnehmenden in Entscheidungsprozesse aus. Diese können selbst Themen vorschlagen, die sie interessieren oder aktuelle Probleme in ihrer Organisation oder ihrem Verein darstellen. Diese Themen werden dann in selbstorganisierten Kleingruppen diskutiert und am Ende allen präsentiert und dokumentiert. Das Ziel dieser Fortbildung ist es, Ihnen die Grundlagen dieser Methoden zu vermitteln und zu zeigen, wie Sie sie in Ihrer Praxis anwenden können. Sie lernen, eine Konferenz vorzubereiten, durchzuführen und nachzubereiten, und erfahren die Vorteile dieser Methoden.

Weitere Informationen zum Dozenten finden Sie unter: www.marcoschwind.de

OFI 251-500303

10.3.2025, 17–20:30 Uhr

An der Halle, Esslinger Straße 26,
Ostfildern-Nellingen, € 150 €

In Kooperation mit der vhs Ostfildern.
Anmeldung unter www.vhs-ostfildern.de oder
unter Tel. 0711 3404-800

Thinking out of the box: Öffentlichkeitsarbeit mal anders



Marco Schwind

Öffentlichkeitsarbeit ist die Kunst, das Interesse der Öffentlichkeit für eine Organisation, ein Projekt oder eine Idee zu wecken, indem man nicht nur Informationen, sondern auch Emotionen vermittelt. Kreative PR-Arbeit erfordert keine großen Budgets. Vielmehr geht es darum, vorhandene Ressourcen anders zu nutzen und mutig neue Wege zu gehen. In diesem Seminar erhalten Sie Anregungen, um Ihre Öffentlichkeitsarbeit effektiv und originell zu gestalten, z. B. indem Sie Ihre Zielgruppe ansprechen, klare Botschaften formulieren, geeignete Kanäle nutzen und Kreativität fördern. Teilnehmer*innen sind eingeladen, ihre bisherigen Werbematerialien mitzubringen.

Weitere Informationen zum Dozenten finden Sie unter: www.marcoschwind.de

OFI 251-500501

29.3.2025, 10–16:30 Uhr

An der Halle, Esslinger Straße 26,
Ostfildern-Nellingen, € 150

X-PERT KURSE



Kofinanziert von der Europäischen Union

ESF-Fachkursförderung möglich.



Xpert Business
LernNetz

Unsere Xpert Kurse finden Sie auf unserer Homepage unter den Kursnummern B2366–2377

BERUF

Willkommen im Leben

Unterstützen Sie uns mit Ihren Stärken!

Bei uns können Sie:

- Im Nebenjob oder Ehrenamt flexibel aushelfen
- Als Fachkraft Teilhabe und Inklusion fördern
- Neu starten im Quereinstieg

Keine Vorerfahrung? Kein Problem!

In unseren verschiedenen Angeboten für Menschen mit Behinderung finden wir gemeinsam den richtigen Einsatz für Sie. Ihre Aufgaben und Arbeitszeiten können wir flexibel besprechen. Die Entlohnung erfolgt nach Tarif.

Rufen Sie an oder schreiben Sie uns:

In Esslingen: Telefon 0711 931854-303,
leben-wohnen-esslingen@diakonie-stetten.de

In Filderstadt: Telefon 0711 217438-8101,
leben-wohnen-filderstadt@diakonie-stetten.de

**Nebenjob
Ehrenamt
Fachkraftstelle
Quereinstieg**
Für alle Teamplayer
mit Herz für Menschen
mit Behinderung!



Hier geht's
zu unseren
Standorten und
ambulanten
Angeboten in
Esslingen
und Filderstadt.

www.leben-wohnen-regional.de

SPRACHEN



Fachbereichsleitung Deutsch als Fremdsprache:
Marianne Brunke (Philologin, Pädagogin)

Fachbereichsleitung Deutsch als Fremdsprache, Französisch, Italienisch, Spanisch:
Bettina Spitzenberger (Romanistin)
Assistenz: Patricia Manger, Thi Minh Hang Nguyen, Reinhard Lange und Elisabeth Wein



Fachbereichsleitung Englisch und weitere Fremdsprachen: Dr. Glenda Olfens, Literatur- und Sprachwissenschaftlerin
Assistenz: Ines Paul-Weiß

SPRACHENLERNEN AN DER vhs



Die Volkshochschulen können auf eine langjährige Erfahrung als führende Anbieterinnen von Sprachkursen für Erwachsene zurückgreifen; die vhs-Sprachkurse sind Teil eines umfassenden Weiterbildungsangebotes, hinter dem ein hohes Maß an erwachsenenpädagogischer Kompetenz steht. Das Sprachkursangebot der vhs 3 sprachenschule ist sehr vielfältig:

Sie können an allen drei Volkshochschulen auf den Fildern bei gleichem Semesterbeginn, bei gleicher Semesterdauer, bei weitgehend gleichen Lehrwerken und Kursstufen wählen zwischen:

- Standardkursen mit ca. 30 Unterrichtsstunden/Semester (2 Unterrichtsstunden pro Woche)
- Intensivkursen (mehr als 2 Unterrichtsstunden pro Woche)
- Kompaktkursen (mehr als 16 Unterrichtsstunden innerhalb eines begrenzten Zeitraums).

Außerdem gibt es Kurse mit speziellen Inhalten (z. B. Touristikurse, prüfungsvorbereitende Kurse, berufsbezogene Sprachtrainingskurse) und Kurse, die sich an besondere Zielgruppen wenden (Senior*innen, Schüler*innen, einzelne Berufsgruppen).

Das Kursangebot der vhs 3 sprachenschule ist an den so genannten „Gemeinsamen Europäischen

Referenzrahmen“ (GER) angepasst, der europaweit gültig ist. Der GER unterscheidet die Niveaustufen A1, A2, B1, B2, C1 und C2 (nähere Informationen siehe nachstehende Tabelle).

Fremde Sprachen – eigene Methoden

Die vhs-Sprachkurse werden nach modernen sprachpädagogischen Grundsätzen gestaltet, u. a. erleben Sie von Anfang an echte alltägliche Gesprächssituationen. Die vorrangigen Lernziele des vhs-Sprachunterrichts sind Hörverstehen und Sprechfähigkeit, denn diese beiden Fertigkeiten sind am meisten gefragt, wenn man sich in einem fremden Land oder im Kontakt mit ausländischen Gesprächspartner*innen zurechtfinden will. Ergänzend dazu wird das Lesen und Schreiben geübt und vertieft.

Das Lernen in der Gruppe hat in den vhs-Sprachkursen einen besonders hohen Stellenwert. Lehrbücher und Lernmaterialien sind darauf abgestimmt.

Fachliche Beratung im persönlichen Gespräch

Die vhs3 sprachenschule bietet einen Informations- und Beratungsservice an. Erfahrene Mitarbeiter*innen beraten Sie in einem individuellen Gespräch, welcher Kurs bei Ihren Zielvorstellungen und Wünschen und Ihrem Kenntnisstand geeignet ist. Darüber hinaus bietet Ihnen das Programmheft eine erste Orientierung.

vhs3-sprachenschule

für Leute, die mobil sind und ein Ziel vor Augen haben



Dank der engen Kooperation der Filder-Volkshochschulen finden Sie bei uns ein vielfältiges Kursangebot für unterschiedliche Lernbedürfnisse, gesicherte Lernwege von der Grundstufe bis zum Zertifikat in vier Hauptsprachen. Durch die Arbeit im Verbund wird das Programm der einzelnen Volkshochschulen erweitert und ergänzt.

Unser Angebot auf einen Blick:

- Englisch, Französisch, Italienisch
- Spanisch, Portugiesisch,
- Neugriechisch, Latein, Niederländisch
- Dänisch, Schwedisch
- Russisch, Ukrainisch, Polnisch
- Hebräisch, Arabisch, Türkisch
- Japanisch, Chinesisch,
- Deutsch als Fremdsprache

Wenn Sie uns einen Abbuchungsauftrag erteilen, können Sie sich für jeden der mit dem

vhs-Zeichen gekennzeichneten Kurse bei jeder der drei Filder-Volkshochschulen anmelden. Ihre Anmeldung wird dann weitergeleitet. Achtung: Abmeldungen sind jedoch persönlich bei der jeweiligen Volkshochschule vorzunehmen.

Falls Sie Fragen haben oder nähere Informationen wünschen, rufen Sie uns an:

vhs Filderstadt (FI)
Tel. 0711 7003-4378 oder 7003-4374

vhs Leinfelden-Echterdingen (LE)
Tel. 0711 1600-315

vhs Ostfildern (OFI)
Tel. 0711 3404-800

Sprachenlernen mit System: Internationale Prüfungen an der vhs3 sprachenschule

Für die Sprachen Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch werden sowohl internationale Sprachprüfungen aus den Zielsprachenländern (z. B. Deutsch: Goethe-Institut; Englisch: University of Cambridge ESOL Examinations; Italienisch: Università per stranieri di Perugia; Spanisch: Instituto Cervantes), als auch folgende Sprachprüfungen der telc GmbH angeboten:



Die Europäischen Sprachzertifikate telc

In vielen Sprachen können Sie telc-Zertifikate bis Niveau B2 ablegen. In Deutsch, Englisch und Türkisch werden auch Prüfungen bis Niveau C1/C2 angeboten.

Nähere Informationen beim vhs-Verband Baden-Württemberg unter www.vhs-bw.de

ALLGEMEINE HINWEISE ZU DEN SPRACHKURSEN:

- Die Lehrbücher für die Sprachkurse müssen von den Teilnehmenden selbst gekauft werden.
- Bitte gehen Sie nicht unangemeldet zu Kursen, außer, Sie haben das zuständige Fachbereichssekretariat verständigt und wissen, dass der entsprechende Kurs auch wirklich stattfindet.
- Kursgebühren werden nicht vor Kursbeginn abgebucht. Bitte überweisen Sie Beträge erst nach Erhalt einer Rechnung von uns.



Neuerungen beim Familienpass!

Prüfen Sie Ihre Berechtigung – und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 3!



Kostenlose Sprachberatung

vhs Filderstadt, Plattenhardt
Schulstraße 13/1
Tel. 0711 7003-4372

Englisch und Business English

Mi, 5.2., 17:30–20 Uhr, Raum 21

Französisch

Nach Terminvereinbarung

Italienisch

Nach Terminvereinbarung

Spanisch

Nach Terminvereinbarung

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE GERMAN FOR FOREIGNERS

Learn German Now | Apprenez l'allemand | Imparate il tedesco | Uczenie sie niemieckiego | Aprenda Ud. alemán | Almanca Öğreniniz | Ucite njemacki

Überblick Organisatorisches

Basis-Angebot: Sprachkurse Basic Language Programme

Das Basis-Angebot umfasst vor allem intensives Hören, Verstehen und Sprechen, aber auch Schreiben und Lesen. Wenn Sie in Ihrem Heimatland nicht oder fast nicht lesen und schreiben gelernt haben, sollten Sie zuvor einen Alphabetisierungskurs besuchen.

The basic language course includes intensive listening, comprehension and conversation. If you have not learned reading and writing at all, please attend a reading and writing class (Alphabetisierungskurs) before.

Unsere Sprachkurse sind strukturiert in drei Niveau-Stufen:

Made up of three levels:

- **A1–A2/Basic**
wenn Sie kaum oder kein Deutsch verstehen in case you cannot understand any or hardly any German
- **B1/Intermediate**
ab Zertifikats-Niveau
wenn Sie schon relativ gut Deutsch sprechen, lesen und schreiben können
- **B2–C2/Advanced**
ab Mittelstufenprüfung
wenn Ihnen nur noch die letzten Feinheiten des Deutschen fehlen und Sie an weitergehenden Kenntnissen über deutsche Kultur, Geschichte, Politik usw. interessiert sind.

Welcher Kurs passt für Sie?

Wenn Sie unsicher sind, kontaktieren Sie uns bitte telefonisch unter Tel. 0711 7003-4378.

If you are not sure which course to choose, please contact us at tel. 0711 7003-4378.

Organisatorisches Formalities

Registration for courses

Please use the registration form, last page of the programme booklet, or step by the vhs-office.

Payment

Please wait until you have received the bill and pay within two weeks on receipt of the bill.

Methods of payment

- Direct debit (Einzugsermächtigung): authorizes the vhs to collect school fees directly from your bank account.
- Credit transfer: money order to transfer money from bank to bank (valid only once).
- For courses which cost more than € 120, you may pay by instalments (Ratenzahlung) however only via direct debit.
- In cash: especially for persons who have just arrived in Germany and do not have a bank account.

Reductions:

10% for students and seriously handicapped persons with written proof there of.

60% for persons with a "Familienpass" from Filderstadt (NOT a "Landesfamilienpass" but a municipal one).

Cancellation:

within the first week after the course started - in writing only. Second week or later only in case of unforeseeable circumstances. If you realize that you are unable to complete a course please inform us in writing as soon as possible. The course fee will then be adjusted according to the number of days you attended. We regret to tell you that for every cancellation a fee of € 5 will be charged.

Prüfungen Examinations/Certificates

Wir bieten Vorbereitungskurse für Prüfungen des Goethe-Instituts, die in der vhs abgenommen werden und von vielen Institutionen, Behörden und Arbeitsvermittlungen anerkannt werden, z. B. als Nachweis von Deutschkenntnissen zur Erlangung der deutschen Staatsbürgerschaft.

Examinations set by the Goethe-Institut and held in local institutions of adult education, also recognized by many institutions, authorities and job centres. Also accepted as proof of language proficiency for naturalization.

Anmeldung bitte so früh wie möglich!

I Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.

Sprachberatung Deutsch als Fremdsprache/ Integrationskurse

Dienstagnachmittag 14–15:30 Uhr

Donnerstagnachmittag 14–16 Uhr

vhs Filderstadt, Plattenhardt, Schulstr. 13/1

Termine für Einstufungstests vhs@filderstadt.de

INTEGRATIONSKURSE AN DER VHS

Der Integrationskurs ist ein staatlich unterstütztes Förderangebot der gesellschaftlichen, kulturellen und wirtschaftlichen Teilhabe von Zugewanderten.

Ziel des Sprachkurs-Teils des allgemeinen Integrationskurses ist die Vermittlung ausreichender Deutschsprachkenntnisse (Sprachniveau B1), während der Orientierungskurs-Teil insbesondere der Vermittlung demokratischer Grundprinzipien dient. Die Volkshochschulen sind der wichtigste Partner des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge (BAMF) bei deren Durchführung.

Die vhs Filderstadt ist vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) als Kursträger von Integrationskursen zugelassen.

Ein allgemeiner Integrationskurs besteht aus einem Deutschkurs mit 600 Unterrichtsstunden (gegliedert in 6 Module) und einem Orientierungskurs mit 100 Unterrichtsstunden. Der Orientierungskurs findet im Anschluss an den Sprachkurs statt und bietet eine Einführung in die Rechtsordnung, Kultur und Geschichte Deutschlands.

Der Sprachkurs schließt auf dem Niveau B1 mit dem Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ) ab.

Der Orientierungskurs beschließt das Kursmodul mit dem Test Leben in Deutschland (LiD).

Wir bieten sowohl Kurse vormittags als auch nachmittags, abends und online an.

Wenn Sie keine Berechtigung oder Verpflichtung für einen Integrationskurs haben, kontaktieren Sie bitte die vhs Geschäftsstelle in Filderstadt-Plattenhardt, Schulstr. 13/1. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Alle Integrationskurse, die die vhs Filderstadt im Herbst/Winter 2024 anbietet, finden Sie im Internet unter www.vhs-filderstadt.de.

Um einen Antrag auf Teilnahme am Integrationskurs zu stellen, müssen Sie persönlich in die Geschäftsstelle kommen. Bitte bringen Sie alle Ihre Unterlagen mit. (Ausweis, Berechtigung, andere amtliche Unterlagen).

Bitte melden Sie sich nur bei einer der drei Volkshochschulen an – wir vermitteln in alle Kurse!

Genereller Hinweis zu den Kursen

„Deutsch als Fremdsprache“:
In besonderen finanziellen Härtefällen wenden Sie sich bitte an den Sozialen Dienst Tel. 0711 7003-5030.

Im Einzelfall wird geprüft, ob eine finanzielle Unterstützung für einen Deutschkurs gewährt werden kann.



ENGLISCH

Sprachberatung Englisch

mit kostenlosem Einstufungstest

**Mi, 5. Februar
17:30–20 Uhr**

**vhs Filderstadt,
Plattenhardt**

Schulstr. 13/1, Raum 21

Die vhs bietet einen Informations- und Beratungsservice zu den Englischkursen an.

Erfahrene Kursleiter*innen beraten Sie am genannten Abend in einem individuellen Gespräch, welcher Kurs für Sie geeignet ist, zu Ihren Wünschen und zu Ihrem Kenntnisstand passt. Darüber hinaus bietet Ihnen das Programmheft eine erste Orientierung.

Es gibt auch die Möglichkeit, von zu Hause aus einen Online-Test zu absolvieren, selbst auszuwerten und so in Erfahrung zu bringen, welcher Niveaustufe Ihre Englischkenntnisse derzeit entsprechen.

Kommen Sie gern am Mittwoch, 5. Februar, im Zeitraum zwischen 17:30 und 20 Uhr zur kostenlosen Englischberatung in der vhs vorbei, oder kontaktieren Sie uns unter:

Tel.: 0711 7003-4385 bzw. 0711 7003-4374
Email: golfens@filderstadt.de

Europäische Sprachenzertifikate in Englisch:

- Telc English A2
- Telc English B1
- Telc English B1 Business
- Telc English B2
- Telc English B2 Business

Auskunft über Prüfungstermine und Anmelde-schluss erhalten Sie bei uns unter
Tel. 0711 7003-4385 oder -4374.

vhs

Die vhs Filderstadt sucht fortlaufend neue Kursleitungen für bestehende und gerne auch für neue Angebote.

Dozent*innen für alle Fachbereiche gesucht!

Melden Sie sich bei uns:
vhs@filderstadt.de

Sprachen – Lesungen – Führungen – Gesundheit – EDV – Verbraucherbildung und vieles mehr – egal ob im aktiven Ruhezustand, nebenberuflich, Studierende ...

Wir freuen uns auf Sie, Ihre Angebote, Ihre Ideen und Ihre Begeisterung. Werden Sie Dozent*in in einem engagierten Team!

FILDERSTADT

Cambridge Prüfungen August 2024–Juli 2025:

**KET (A2) – Cambridge English:
Key/KET for Schools**

Prüfungsgebühr: € 123,50, € 111,15 (Schüler*innen)

**PET (B1) – Cambridge English:
Preliminary/PET for Schools**

Prüfungsgebühr: € 144, € 129,50 (Schüler*innen)

**FCE (B2) – Cambridge English:
First/First for Schools**

Prüfungsgebühr: € 214 € 192,60 (Schüler*innen)

CAE (C1) – Cambridge English Advanced

Prüfungsgebühr: € 219, € 197,10 (Schüler*innen)

CPE (C2) – Cambridge English Proficiency:

Prüfungsgebühr: € 229, € 206,10 (Schüler*innen)

Die Angaben zu den Prüfungsgebühren sind ohne Gewähr.
Die Prüfungstermine und Anmeldefristen erfragen Sie bitte in der vhs Geschäftsstelle unter golfens@filderstadt.de oder Tel. 0711 7003-4385 bzw. -4374.

Nähere Infos zu den Prüfungen erhalten Sie über die Homepage des vhs-Landesverbands BW: www.vhs-bw.de

Ansprechpartnerin dort:
Stefanie Bretz, Tel. 0711 759 00-65/-24
vhs Landesverband Baden-Württemberg e. V.
Raiffeisenstraße 14
70771 Leinfelden-Echterdingen

**Auskunft und Anmeldung:
Geschäftsstelle der vhs Filderstadt
Schulstraße 13/1, 70794 Filderstadt
Tel. 0711 7003 4385
E-Mail: golfens@filderstadt.de**

Kurse für Schüler*innen



Foto: Alexis Brown, unsplash

- A2541** Kommunikationsprüfung Englisch Gymnasium
 - A2542** Schreibwerkstatt Englisch Gymnasium
 - A2543** Fit ins Abi – Englisch-Grammatik-training J1
 - B2504** Englisch Lernen mit Spiel und Spaß
 - B2505** Fit für die Realschulabschlussprüfung
 - B2506** School Holidays Abitur Bootcamp
 - B2507** Fit ins Abi – Englisch-Grammatik-training J1
 - B2508** Englisch Auffrischung Grammatik für angehende Schüler*innen Klasse 5
 - B2509** Englisch Auffrischung Grammatik für angehende Schüler*innen Klasse 6
 - B2510** Englisch Auffrischung Grammatik für angehende Schüler*innen Klasse 6
- Nähere Informationen zu unseren aktuellen Englisch-Kursen für Schüler*innen finden Sie auf Seite 8.

SPECIALS



Foto: Brittany Geckler

Inside America: Culture, Politics and Society

Brittany Geckler

This mini-course offers a focused exploration of American life, designed for learners at a B2 level and above. Each of the three sessions will dive into a specific theme – culture, politics, or society – providing students with engaging discussions sparked by thought-provoking media. The course aims to deepen participants' understanding of American identity, influence, and the forces that shape the nation today.

Misc. materials will be provided by the instructor

2501

Di, ab 18.2., 18–19:30 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 42 (€ 37,80)

ENGLISCH A1–A2

Englisch mit Muße A1 für Anfänger*innen

Intensiver Unterricht für Interessierte mit geringen Englischkenntnissen

Christel Birgit Reichle,
Diplomierte Lehrerin
& Pädagogin

Wir beginnen mit diesem Anfänger*innenkurs ganz von vorn, beschäftigen uns mit den Grundlagen der englischen Sprache und lernen, uns in alltäglichen

Situationen auf Englisch zu verständigen. Dabei gibt es interessante Dinge in englischsprachigen Ländern zu entdecken! Wir freuen uns über Teilnehmer*innen, die eine neue, dynamische Gruppe bilden und zusammen Englisch lernen wollen.

Lehrbuch: At your leisure A1, Hueber Verlag,
ISBN: 9-783190-095995

2511

Mo, ab 17.2., 9:15–10:45 Uhr, 15 x
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 134 (€ 120,80)

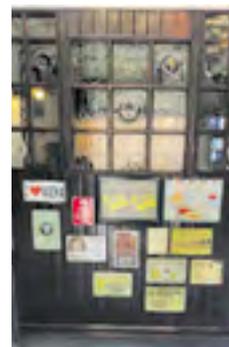


Foto: Minehead, Pub door, Ines Paul-Weiß

Travel Basics in English



Intensiver Unterricht für Interessierte

Janina Smirnow, Lehrerin im gehobenen Dienst/
Gymnasialstufe

Der Kurs richtet sich sowohl an
Reiseanfänger*innen als auch an Sprachbegeis-
terte: Dieser Kurs bietet praktisches Wissen und
kulturelle Einblicke, um Ihren Reisewortschatz
aufzubauen. Nehmen Sie an einem umfassenden
Kurs teil, der Sie auf alle Situationen während
Ihrer Reise in englischsprachigen Ländern vor-
bereitet und dafür sorgt, dass Sie mit Selbstver-
trauen und kulturellem Bewusstsein reisen.
Alle Sprachniveaus sind willkommen!

Material von der Dozentin.

2511A

Fr, ab 1.8., 10–12 Uhr, 2 x
Online-Zoom
€ 42 (€ 37,80)



Foto: Brittany Geckler

Englisch mit Muße A1

Intensiver Unterricht für Interessierte mit geringen Englischkenntnissen

Christel Birgit Reichle, Diplomierte Lehrerin &
Pädagogin

Wir beginnen mit diesem Anfänger*innenkurs ganz
von vorn, beschäftigen uns mit den Grundlagen der
englischen Sprache und lernen, uns in alltäglichen
Situationen auf Englisch zu verständigen. Dabei
gibt es interessante Dinge in englischsprachigen
Ländern zu entdecken! Wir freuen uns über Teil-
nehmer*innen, die eine neue, dynamische Gruppe
bilden und zusammen Englisch lernen wollen.

Lehrbuch: At your leisure A1, Hueber Verlag,
ISBN: 9-783190-095995

2512

Mo, ab 17.2., 11–12:30 Uhr, 15 x
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 134 (€ 120,80)

Englisch für unterwegs A1/A2 – Kompaktkurs



Sprachkenntnisse von ca. 3 vhs-Semestern

Shahana Balaji

Reisen Sie ins englischsprachige Ausland? Und
fehlen Ihnen dort manchmal buchstäblich die Worte,
obwohl Sie bereits Grundkenntnisse in Englisch
besitzen? Dann besuchen Sie doch diesen Kom-
paktkurs. Tauchen Sie an 4 Abenden in die eng-
lische Sprache ein und beschäftigen Sie sich mit
typischen Alltags- und Urlaubssituationen, wie
z. B. im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen und
am Flughafen. Dabei werden sprachliche Fertig-
keiten geschult, die Ihnen unterwegs weiterhelfen.

2513

Di, 10.6.–Fr, 13.6., 19–20:30 Uhr, 4 x
Online-Zoom
€ 50,80 (€ 45,90), inkl. 2 € Kursmaterial



Foto: Ines Paul-Weiß

Englisch mit Muße A2

Christel Birgit Reichle, Diplomierte Lehrerin &
Pädagogin

In diesem Kurs lernen Sie neue Aspekte des täg-
lichen Lebens auf Reisen in New York und Has-
tings kennen. Interessante und auch lustige Dinge
über die jeweiligen Länder erfahren Sie aus dem
Buch. Zusätzlich werden wir uns auch immer wie-
der mit anderen englischen „Specials“ beschäf-
tigen. Wie immer wird alles Gelernte in kleinen Ge-
sprächen in der Gruppe angewendet und vertieft.

Lehrbuch: Easy English A2.2, Cornelsen Verlag,
ISBN: 978-3065208178, ab Lektion 5

2514

Mo, ab 17.2., 13–14:30 Uhr, 15 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 134 (€ 120,80), inkl. 2 € Kursmaterial

Englisch mit Muße A2.2

Brittany Geckler

In diesem Kurs lernen Sie neue Aspekte des täg-
lichen Lebens mit spannenden Situationen in eng-
lischsprachigen Ländern der Welt kennen. Interes-
sante und auch lustige Dinge über die jeweiligen
Länder erfahren Sie aus dem vielseitigen Kurs-
material. Zusätzlich werden wir uns auch immer
wieder mit anderen englischen „Kleinigkeiten“
beschäftigen. Wie immer wird alles Gelernte in
kleinen Gesprächen in der Gruppe angewendet
und vertieft.

Lehrbuch: Easy English A2.2 Cornelsen Verlag,
ISBN: 978-3-06-520817-8

2515

Di, ab 18.2., 11:30–13 Uhr, 9 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 81,20 (€ 73,30), inkl. 2 € Kursmaterial

Englisch B1

Astrid Wiebelskircher

In diesem Kurs wird gezielt die mündliche und
schriftliche Ausdrucksfähigkeit verbessert.

Das Kursbuch beinhaltet 20 vielseitige Themen
zum lebhaften Gebrauch der englischen Sprache
und bietet anspruchsvolles Unterrichtsmaterial für
1 bis 2 Semester.

Lehrbuch: In conversation B1–B2 Klett,
ISBN 978-3-12-501555-5, ab Lektion 10 ca.

2516

Do, ab 20.2., 18:15–19:45 Uhr, 15 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 12
€ 134 (€ 120,80), inkl. 2 € Kursmaterial



Foto: Vera Kaulich

Everyday Conversation B1

Morgan Randle

Would you like to talk about various topics of every-
day life and develop your English in a free and easy
atmosphere? We'll use a course book but also all
sorts of extra material to practice conversation, im-
prove our grammar and learn new vocabulary. If you
are interested, we could read a short novel during the
course. Please join us and enjoy speaking English!

Empower Second edition B1 Pre-intermediate,
Klett Verlag, ISBN: 978-3-12-540763-3

2517

Mo, ab 17.2., 19:30–21 Uhr, 15 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 134 (€ 120,80), inkl. 2 € Kursmaterial

ENGLISCH B2–C1

Englisch B2

Alena Hemmel, Gymnasiallehrerin

Would you like to talk about various topics of
everyday life and develop your English in a free
and easy atmosphere? Join us! We will read new
materials about life in the UK, Australia or Ireland,
we will develop communication skills and improve
our vocabulary. Grammar will not be neglected
either. Together we are going to start our voyage
into a realm of culture, knowledge but also good
fun. We will work together to create an interesting
course for all the participants.

Lehrbuch: In Conversation B2, Klett Verlag,
ISBN 978-3-12-501559-3

2518

Mo, ab 17.2., 18–19:30 Uhr, 12 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 107,60 (€ 97), inkl. 2 € Kursmaterial

Mit OverDrive auf Englisch schmökern

- Englischsprachige eBooks und eAudios für Erwachsene, Jugendliche und Kinder
- Ausleihfrist 21 Tage
- Downloaden und offline lesen und hören
- Kostenlose Vormerkung von ausgeliehenen eMedien
- Lesen und hören mit der kostenlosen App Libby





English Morning Conversation B2/C1

Brittany Geckler

In this course you'll find a lot of interesting subjects including ecotourism, what makes you laugh or the power of images. In class we'll focus on listening, understanding, and talking. You'll brush up your grammar and expand your vocabulary without noticing. Vivid discussions, fun topics and having a good time are key elements of this course. We will make sure that there'll be always room for your ideas, too – everybody's welcome!



Foto: Ines Paul-Weiß

Lehrbuch: In Conversation B2/C1, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501560-9

2519

Di, ab 18.2., 9:30–11 Uhr, 9 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 81,20 (€ 73,30), inkl. 2 € Kursmaterial

Brush up your English C1

Brittany Geckler

You will already have a good command of English but want to increase your language skills through greater immersion in the more advanced themes and topics. The emphasis will be on spoken English using a variety of strategies to improve upon your current skills. You will benefit from learning in a relaxed environment discovering new and creative ways to build upon your existing knowledge. Ultimately you will have fun in using English to express yourself in a way which a native speaker will be impressed by.

Handouts will be used in this course.

2520

Di, ab 18.2., 19:30–21 Uhr, 9 x
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 81,20 (€ 73,30), inkl. 5 € Kursmaterial

KOOPERATIONSANGEBOT

In Kooperation mit den Volkshochschulen in Leinfelden-Echterdingen und in Ostfildern

Englisch Literaturtreff (ab B1) World literature: short stories

Sombal Abid

Building bridges to English-speaking societies and cultures! Enjoy your 5 o'clock tea and sandwiches while talking about English short stories selected by your teacher, a master of philosophy in English Literature.

OFI 251-406420

Fr, ab 4.7.2025, 17–19:15 Uhr, 4x
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen, 42 €, bis 80 € inkl. Lebensmittelkosten
Anmeldung: h.powalla@ostfildern.de oder
Tel. 0711 3404-826

Beachten Sie auch:
1385 Superhirn –
Vokabeln lernen im Sekundentakt, S. 44

FRANZÖSISCH

Sprachberatung Französisch

mit kostenlosem Einstufungstest nach Terminvereinbarung!

Wir organisieren gern einen individuellen Einstufungstest für Sie.

Infos und Terminvergabe erhalten Sie bei der Fachbereichsleitung: Tel. 0711 7003-4379

ISBN Kursbücher:

Chapeau A1!
Hueber Verlag: 978-3-19-003434-5

Chapeau A2!
Hueber Verlag: 978-3-19-103434-4

On y va B1
Hueber Verlag: 978-3-19-103354-5

Training 2025 Realschule,
Stark Verlag: 978-3-8490-6130-2

Le français en vrai!
Pour communiquer au quotidien,
Verlag Ellipses: 978-2-34-004816-4)

Vive les vacances!
Hueber Verlag, 978-3-19-117243-5

SPEZIALITÄTEN

A propos!

Patricia Manger

Au cours de ce semestre nous consacrons une soirée au septième art à la découverte d'histoires vraies, ou presque, de la France d'aujourd'hui.

Le français s'apprend en lisant, en parlant, en écoutant et en regardant.

Pour plus d'informations sur la date prévue, veuillez nous contacter au 0711 7003-4378



Foto: Abbaye d'Hautecombe, Savoie, Patricia Manger

Französisch für Reisende

Claudia Geiger

Sie reisen nach Frankreich? Et parlez-vous français? Non? Machen Sie sich fit für den nächsten Frankeichurlaub!

Der Kurs vermittelt Ihnen neben viel Landeskunde das Einüben von Sprechfertigkeiten in verschiedenen Alltagssituationen.

Teil 1 richtet sich an Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse, Teil 2 kann aufbauend besucht werden und richtet sich an Interessent*innen mit geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: Vive les vacances! Hueber Verlag

2611

Für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse – Teil 1
Mi, ab 12.3., 20–21:30 Uhr, 5 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 41 (€ 37,10), (inkl. Materialkosten 2 €)

2612

Für Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen (oder als Fortsetzung von Teil 1 gedacht) – Teil 2
Mi, ab 7.5., 20–21:30 Uhr, 5 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 41 (€ 37,10), (inkl. Materialkosten 2 €)

Eine Entdeckungsreise durch die Regionen Frankreichs

Niveau B1/B2

Kleingruppe mit 5–10 Teilnehmenden

Solita Larcher-Meier

Hätten Sie Lust, die berühmtesten Regionen Frankreichs besser kennenzulernen? In diesem Kurs werden wir jede Woche ein Gebiet des „Hexagone“ und Übersee entdecken und lernen Spezialitäten, Charakteristika und Sehenswürdigkeiten kennen. Durch Videos, Bilder und Hörbeispiele entlocken wir jeder Region ihre Geheimnisse.

LE 251-3320

Di, ab 11.3.2025, 16:45–18:15 Uhr, 6 x
vhs-Webseminar – live im Internet, € 77
Anmeldung vhs LE, Tel. 0711 1600-315

Kurse für Schüler*innen

Vorbereitung auf den Realschulabschluss – Französisch

Für Schüler*innen der 10. Klasse

Claudia Geiger

Braucht ihr Unterstützung in Französisch? Gemeinsam erarbeiten wir uns die wichtigsten Kompetenzen in der Fremdsprache. Als Grundlage dient uns das „Training 2025 Französisch für Realschulen in BaWü“ vom Stark-Verlag. Hörverständnis, Textverständnis, Wortschatz, Grammatik, Texte schreiben, Übersetzung und Sprechen sowie Konversation stehen auf dem Programm.

Lehrbuch: Training 2025 Realschule, Stark Verlag

2615

Mo, 3.3.–Mi, 5.3., 9–12 Uhr, 3 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21
€ 5

FAMILIEN PASS

Neuerungen beim Familienpass!

Prüfen Sie Ihre Berechtigung –
und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 3!

Vorbereitung auf den Realschulabschluss – Französisch



Für Schüler*innen der 10. Klasse

Claudia Geiger

Braucht ihr Unterstützung in Französisch? Gemeinsam erarbeiten wir uns die wichtigsten Kompetenzen in der Fremdsprache. Als Grundlage dient uns das ‚Training 2025 Französisch für Realschulen in BaWü‘ vom Stark-Verlag. Hörverständnis, Textverständnis, Wortschatz, Grammatik, Texte schreiben, Übersetzung und Sprechen sowie Konversation stehen auf dem Programm.

Lehrbuch: Training 2025 Realschule, Stark Verlag

2616

Mo, 14.4.–Mi, 16.4., 9–12 Uhr, 3 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21
€ 5

FRANZÖSISCH A1



Foto: Castelnou, Bettina Spitzenberger

Französisch A1 für Anfänger*innen

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse

Claudia Geiger

Lehrbuch: Chapeau! A1, Hueber-Verlag,
ab Lektion 1

2600

Mi, ab 19.2., 18:30–20 Uhr, 12 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 95,60 (€ 86,20), (inkl. Materialkosten 2 €)

Französisch A1

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen

Irmgard Högg-Maier

Lehrbuch: Chapeau! A1, Hueber-Verlag,
ab Lektion 4

2601

Di, ab 18.2., 18:45–20:15 Uhr, 14 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 12
€ 111,20 (€ 100,30), (inkl. Materialkosten 2 €)

Französisch A1

Für Interessierte mit Vorkenntnissen

Claudia Geiger

Lehrbuch: Chapeau! A1, Hueber Verlag,
ab Lektion 8

2602

Mi, ab 19.2., 16:30–18 Uhr, 12 x
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 95,60 (€ 86,20), (inkl. Materialkosten 2 €)



Französisch A1

Intensives Lernen

Antje Pilsl

Lehrbuch: Chapeau! A1, Hueber-Verlag,
ab Lektion 10/11

2603

Di, ab 18.2., 19–20:30 Uhr, 10 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 80 (€ 72,20), (inkl. Materialkosten 2 €)

FRANZÖSISCH A2



Foto: Paris, Musée du Louvre (iankellsall1)

Französisch A2

Intensives Lernen

Antje Pilsl

Lehrbuch: Chapeau! A2, Hueber Verlag,
ab Lektion 7

2606

Mi, ab 19.2., 19–20:30 Uhr, 10 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 104 (€ 93,80), (inkl. Materialkosten 2 €)

Französisch A2

Thomas Eilrich

In diesem Kurs steht die mündliche Kommunikation im Vordergrund. Sie lernen, sich in wichtigen Alltagssituationen zu behaupten und vertiefen Ihren Zugang zu Frankreich und seinen Bewohner*innen. Die notwendigen sprachlichen Mittel dafür erwerben Sie spielerisch. Immer wieder werden wir bereits Gelerntes wiederholen und anwenden.

Lehrbuch: Chapeau! A2, Hueber Verlag,
ab Lektion 8

2605

Mo, ab 17.2., 19–20:30 Uhr, 14 x
Kein Unterricht am 7.4.2025
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 89,60 (€ 80,60)

FRANZÖSISCH B1–B2



Foto: Mont-Saint-Michel, mikikon

Französisch B1

Patricia Manger

Nous continuons notre apprentissage du français en laissant beaucoup de place à la conversation. Tout cela dans une ambiance détendue et conviviale.

Lehrbuch: On y va B1, Hueber Verlag, ab Lektion 8/9

2607

Mi, ab 19.2., 18:45–20:15 Uhr, 12 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 78,80 (€ 71,10), (inkl. Materialkosten 2 €)

Französisch B1/B2

Intensives Lernen

Giovina Peccerella

Dans ce cours, nous allons approfondir et rafraîchir les connaissances déjà acquises de la langue française en révisant des chapitres importants de grammaire et en faisant des exercices de conversation. Le vocabulaire sera enrichi et la capacité d'expression orale renforcée. Nous apprendrons également à mieux connaître les différentes régions de France.

Lehrbuch: Le français en vrai! Pour communiquer au quotidien, Verlag Ellipses

2608

Do, ab 20.2., 18:15–19:45 Uhr, 12 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21
€ 95,60 (€ 86,20), (inkl. Materialkosten 2 €)

Französisch B2

Intensives Lernen

Irmgard Högg-Maier

Venez parler français avec nous! Dans notre cours du mardi après-midi vous pouvez rafraîchir ou entretenir vos connaissances de français. Nous lirons des textes divers, nous répèterons la grammaire déjà connue et vous aurez la possibilité de discuter sur des sujets variés.

Lektüre wird zu Beginn des Kurses ausgewählt.

2609

Di, ab 18.2., 15:15–16:45 Uhr, 14 x
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 111,20 (€ 100,30), (inkl. Materialkosten 2 €)



ITALIENISCH

Sprachberatung Italienisch

mit kostenlosem Einstufungstest nach Terminvereinbarung!

Wir organisieren gern einen individuellen Einstufungstest für Sie.

Infos und Terminvergabe erhalten Sie bei der Fachbereichsleitung: Tel. 0711 7003-4379

ISBN Kursbücher:

Dieci lezioni italiano A1
Hueber Verlag: 978-3-19-005647-7

Passo dopo passo PLUS A1
Hueber Verlag: 978-3-19-479599-0

Allegro nuovo A2
Klett Verlag: 978-3-12-525593-7

Dieci lezioni italiano B1
Hueber Verlag: 978-3-19-025647-1

Con piacere nuovo B1
Klett Verlag: 978-3-12-525212-7

SPEZIALITÄTEN

A proposito!

Federica Zaninetti

Anche questo semestre dedichiamo una serata alla settimana arte, alla scoperta di storie vere, o quasi, dell'Italia di oggi.

L'italiano si apprende leggendo, parlando, ascoltando e guardando.

Curiosi? Per maggiori informazioni e per conoscere la data prevista rivolgersi alla vhs, Tel. 0711 7003-4378

Leggere l'Italia. Eine Lesereise durch Italien in mehreren Etappen

Zweisprachige Lesung in Kooperation mit der Stadtbibliothek Filderstadt

Claudia Taglioli,
Bettina Spitzenberger
'Nur jemand mit einem steinernen Herzen könnte vermeiden, in selbigem eine Schwäche für Italien zu hegen ...'
(Peter Ustinov).

Im Norden der italienischen Halbinsel liegt eine der größten und wohlhabendsten Regionen Italiens, die Lombardei. Ihre



Foto: Comer See, Camera-man

Metropole Mailand ist bekannt für ihr pulsierendes Geschäftsleben, ihre Kulturschätze und als das Herz der ‚Alta Moda‘. Ganz anders sind die großen Seen der Lombardei, der Lago Maggiore und der Lago di Como, legendär für ihr mildes Klima, die mediterrane Vegetation, für prachtvolle Villen und opulente Gartenanlagen. Aber auch die weitläufigen Berg- und Hügelregionen bieten Ent-

deckungsmöglichkeiten in Hülle und Fülle, von denen zahlreiche Dichter und Schriftsteller fasziniert waren und wo sie Inspiration fanden.

Die zwölfte Etappe unserer Lesereise führt uns nochmals in die Lombardei und beschert uns einen abwechslungsreichen, vergnüglichen und spannenden Abend auf den Spuren von Geschichte und Geschichten.

2724

Fr, 28.3., 19:30–21:30 Uhr
Bernhausen, Stadtbibliothek, Volmarstr. 16
€ 14, inklusive einem Glas Wein und Fingerfood-
Buffet

Verbissimo: Italienische Verben mit Leichtigkeit meistern

Dr. Glenda Olfens

Sie lernen Italienisch, aber manche Besonderheit der Verben macht Ihnen noch Schwierigkeiten?

Dafür haben wir drei Power-Einheiten konzipiert, die gezielt einzelne Verbformen thematisieren und in denen Sie Ihre Fragen stellen können.

Machen Sie mit und Sie werden von Anfänger*innen zu Expert*innen der Verbformen!

Die Kurse sind einzeln buchbar.

Material der Dozentin.

2721

Teil 1: Thema: presente/verbi regolari
Di, 8.4., 18:30–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 12 (€ 11), (inkl. Materialkosten 2 €)

2722

Teil 2: Thema: c'è/ci sono, mi piace/mi piacciono
Di, 3.6., 18:30–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 12 (€ 11), (inkl. Materialkosten 2 €)

2723

Teil 3: die Besonderheiten von essere und avere, Unterschiede zwischen Deutsch und Italienisch
Di, 1.7., 18:30–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 12 (€ 11), (inkl. Materialkosten 2 €)

Italienisch für die Reise

Für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Susanne Hinze de Arana

Lernen Sie in drei Tagen das Wichtigste für Ihren nächsten Urlaub in Bella Italia! Dieser Kurs ist für alle gedacht, die sich auf einen Urlaub in Italien vorbereiten möchten. Typische Urlaubssituationen wie Restaurantbesuch, Einkaufen und sich in einer Stadt zurecht zu finden werden anhand von kommunikationsorientierten Aktivitäten eingeübt. Benvenuti!

Material der Kursleiterin.

2720

Di, 10.6.–Do, 12.6., 18:15–20:15 Uhr, 3 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21
€ 34,20 (€ 31,10), (inkl. Materialkosten 3 €)



Foto: Cinque Terre (Kookay)

Italienisch Workshop: Die italienische Aussprache vhs

Kleingruppe mit 5–8 Teilnehmenden

Renata Canestrari

Verständigungsschwierigkeiten entstehen am meisten durch falsche Aussprache und nicht durch falsch angewandte Grammatik. Diese ein-
einhalb Stunden sind dem Wiederholen der Ausspracheregeln und dem Üben der Aussprache gewidmet.

LE 251-3406A

Sa, 15.3., 9:30–11 Uhr
Leinfelden, vhs am Neuen Markt, Raum 2
€ 12, Anmeldung vhs LE, Tel. 0711 1600-315

Ihre „Giro d'Italia“-Tour durch die italienischen Regionen (ab Ende A1) vhs

Cristina Pesetti-Ruthardt

Der diesjährige „Giro d'Italia“ läuft! Nehmen auch Sie teil, ohne nach Italien fahren zu müssen: Wir begeben uns auf die Spuren und Spezialitäten der Regionen, durch die die Tour führt. Anhand von Alltagssituationen lernen Sie Redewendungen und Vokabeln sowie Wissenswertes über die Landschaften Italiens kennen. Viel Spaß auf Ihrer Tour!

OFI 251-409130

Mi, 7.5, 17:30–19:15 Uhr, 5 x
Online-Kurs, € 39 €, bis 72 € (je nach Teilnehmerzahl lt. Gebührentabelle)
Anmeldung vhs OFI, Tel. 0711 3404-800

ITALIENISCH A1

Italienisch A1 für Anfänger*innen

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse

Li Schwarz

Lehrbuch: Dieci lezioni d'italiano A1,
Hueber Verlag, ab Lektion 1

2700

Mi, ab 19.2., 18:45–20:15 Uhr, 15 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21
€ 98 (€ 88,40), (inkl. Materialkosten 2 €)

Noch mehr Zeit für Italienisch – Italienisch A1 mit Muße 2.0

Für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen

Alexandra Sagert

Die schönste Sprache der Welt eignen wir uns in diesem Kurs weiterhin mit viel Muße und Übungsanteil an. In der Kleingruppe nehmen wir uns die notwendige Zeit, die Sprache langsamer und vertiefter zu erlernen. Der Fokus liegt dabei klar auf der praktischen mündlichen Anwendung. Spiele und Lieder sorgen für Abwechslung.

Dieser Kurs richtet sich an Lernende mit geringen Vorkenntnissen, deren Ziel es ist, im Land mit Muttersprachlern sicher frei zu kommunizieren. Quereinsteiger sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Passo dopo passo plus A1, Hueber Verlag, ab Lektion 2/3

2702

Do, ab 20.2., 9:30–11 Uhr, 11 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 12
€ 87,80 (€ 79,20), (inkl. Materialkosten 2 €)

Italienisch A1

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen

Susanne Hinze de Arana

Lehrbuch: Dieci lezioni d'italiano A1, Hueber Verlag, ab Lektion 2

2701

Di, ab 25.2., 17–18:30 Uhr, 10 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21
€ 80 (€ 72,20), (inkl. Materialkosten 2 €)

Italienisch A1

Für Interessierte mit Vorkenntnissen

Daniel Festante

Lehrbuch: Dieci lezioni d'italiano A1, Hueber Verlag, ab Lektion 7

2704

Mi, ab 19.2., 18–19:30 Uhr, 14 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 91,60 (€ 82,60), (inkl. Materialkosten 2 €)

Italienisch A1

Für Interessierte mit Vorkenntnissen

Daniel Festante

Lehrbuch: Dieci lezioni d'italiano A1, Hueber Verlag, ab Lektion 7

2705

Di, ab 18.2., 18–19:30 Uhr, 12 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 78,80 (€ 71,10), (inkl. Materialkosten 2 €)

Italienisch A1

Für Interessierte mit Vorkenntnissen

Claudia Taglioli

Lehrbuch: Dieci lezioni d'italiano A1, Hueber Verlag, ab Lektion 9/10

2706

Fr, ab 14.3., 9–10:30 Uhr, 9 x
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 59,60 (€ 53,80), (inkl. Materialkosten 2 €)

ITALIENISCH A2



Foto: Venedig, San Marco; Bettina Spitzenberger

Italienisch A2+

Susanne Hinze de Arana

In diesem Kurs arbeiten wir an der Festigung der A2-Kenntnisse und an der Vorbereitung auf das B1-Niveau. Ein Kursbuch als Grundlage wird zu Beginn des Kurses gemeinsam ausgewählt.

Auf Wunsch kann eine Italienisch-Lektüre mit ins Programm genommen werden.

2708

Mi, ab 12.3., 18–19:30 Uhr, 12 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 78,80 (€ 71,10), (inkl. Materialkosten 2 €)

Italienisch A2

Intensives Lernen

Bettina Spitzenberger

Materialien der Dozentin. Eine Lektüre wird zu Beginn des Kurses ausgewählt.

2709

Di, ab 11.3., 18:45–20:15 Uhr, 10 x
Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21
€ 90 (€ 81,20), (inkl. Materialkosten 2 €)

ITALIENISCH B1–B2



Foto: Villa La Rotonda, Veneto, Bettina Spitzenberger

Italienisch B1

Dr. Glenda Olfens

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1, Klett Verlag, ab Lektion 6

2710

Do, ab 20.2., 18:30–20 Uhr, 14 x
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 91,60 (€ 82,60), (inkl. Materialkosten 2 €)

Italienisch B1 am Vormittag

Intensives Lernen

Claudia Taglioli, Bettina Spitzenberger

In questi incontri del giovedì mattina avete modo di riattivare le proprie competenze dell'italiano parlato, discutendo su svariati temi sia con l'ausilio di testi scritti sia con video e altro materiale multimediale. Il corso è rivolto a chi ha già delle competenze avanzate in italiano.

Kursbuch: Dieci lezioni de italiano B1, Hueber Verlag, ab Lektion 6/7

2714

Do, ab 13.3., 9:30–11 Uhr, 12 x
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 107,60 (€ 97), (inkl. Materialkosten 2 €)



Foto: Toskana (kolibri5)

L'italiano per chi impara in fretta B2

Intensives Lernen

Claudia Taglioli

Questo corso è rivolto a tutti coloro che studiano l'italiano da diversi anni e desiderano avere l'opportunità di parlare e di ampliare la conoscenza del vocabolario e della grammatica. Sono benvenuti anche i nuovi arrivati e coloro che desiderano rinfrescare le proprie conoscenze.

Kursbuch wird am ersten Kurstag besprochen.

2715

Do, ab 13.3., 11:15–12:45 Uhr, 9 x
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 93,80 (€ 84,60), (inkl. Materialkosten 2 €)

Parlare parlare B2

Conversazione

Beate Caruana

Come lo dice il nome del corso la nostra attività principale è parlare – di tutto quello che vi interessa. Tra l'altro leggiamo anche gialli, romanzi e piccoli testi – qualche esercizio grammaticale non deve mancare!

Se questo ti ispira sei la/il benvenuto/a nel nostro corso! A presto

2717

Mo, ab 10.3., 18:30–20 Uhr, 12 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 107,60 (€ 97), (inkl. Materialkosten 2 €)



Die Geschenkidee

für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.



SPANISCH

Sprachberatung Spanisch

mit kostenlosem Einstufungstest nach Terminvereinbarung!

Wir organisieren gern einen individuellen Einstufungstest für Sie.

Infos und Terminvergabe erhalten Sie bei der Fachbereichsleitung: Tel. 0711 7003-4379

ISBN Kursbücher:

Impresiones A1
Hueber Verlag: 978-3-19-304545-4

Impresiones A2
Hueber Verlag: 978-3-19-034545-8

Impresiones B1
Hueber Verlag: 978-3-19-074545-6

Aula internacional 5 B2.2
Klett Verlag: 978-3-12-515754-5

SPEZIALITÄTEN

A propósito!

Luz-Alejandra Lopez-Medina

Para los amantes del séptimo arte hispano, como todos los semestres, están cordialmente invitados a disfrutar de una noche de cine. Se les pide llamar a la vhs e inscribirse, allí recibirán la información respectiva. Tel. 0711 7003-4378.



Foto: Tapas (planet_fox)

Tarde de tapas hablando español

Spanisch-Kenntnisse auf Niveau A2 sind von Vorteil

Maria Dolores Zafra Sanchez

Te apetece hablar español mientras se preparan unas deliciosas tapas que comeremos juntos al final de la tarde acompañadas de alguna que otra bebida? Entonces te invito a cocinar, charlar, tomar y comer conmigo este día.

Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrtücher und Vorratsdosen für mögliche Reste mit.

2813

Fr, 18.7., 18–21:30 Uhr

Plattenhardt, Küche Weilerhauschule

€ 22 (€ 19,80), Lebensmittelgebühr: ca. € 25 direkt im Kurs zu bezahlen

Spanisch für die Reise

Für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Susanne Hinze de Arana

Lernen Sie in drei Tagen das Wichtigste für Ihren nächsten Urlaub in Spanien oder Lateinamerika. Dieser Kurs ist für alle gedacht, die sich auf den Urlaub in einem spanischsprachigen Land vorbereiten möchten. Typische Urlaubssituationen wie Restaurantbesuch, Einkaufen und sich in einer Stadt zurecht zu finden werden anhand von kommunikationsorientierten Aktivitäten eingeübt.

Bienvenidos!

Material der Kursleiterin.

2815

Mo, 11.8.–Mi, 13.8., 18:15–20:15 Uhr, 3 x Bonlanden, Alte Mühle, Raum 21

€ 34,20 (€ 31,10), (inkl. Materialkosten 3 €)

SPANISCH A1

Spanisch A1 für Anfänger*innen

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse

Susanne Hinze de Arana

Lehrbuch: Impresiones A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag, ab Lektion 1

2800

Mo, ab 17.2., 18–19:30 Uhr, 14 x Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium € 91,60 (€ 82,60), (inkl. Materialkosten 2 €)



Foto: Asturien, ELG21

Spanisch A1

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen

Antonieta San Martín de Freundorfer

Lehrbuch: Impresiones A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag, ab Lektion 4

2801

Di, ab 18.2., 18–19:30 Uhr, 15 x

Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium € 98 (€ 88,40), (inkl. Materialkosten 2 €)

Spanisch A1

Für Interessierte mit Vorkenntnissen

Maria Dolores Zafra Sanchez

Lehrbuch: Impresiones A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag, ab Lektion 7/8

2802

Mi, ab 19.2., 20–21:30 Uhr, 13 x Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium € 85,20 (€ 76,90), (inkl. Materialkosten 2 €)

Spanisch A1

Für Interessierte mit Vorkenntnissen

Maria Dolores Zafra Sanchez

Lehrbuch: Impresiones A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag, ab Lektion 10/11

2804

Mi, ab 19.2., 18:30–20 Uhr, 13 x Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium € 85,20 (€ 76,90), (inkl. Materialkosten 2 €)

SPANISCH A2



Foto: Besalú, Jaimefpec

Spanisch A2

Gabriela Hahn

Lehrbuch: Impresiones A2, Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag, ab Lektion 1

2805

Mi, ab 19.2., 19:45–21:15 Uhr, 15 x Kein Unterricht am 28.5.2025 Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium € 98 (€ 88,40), (inkl. Materialkosten 2 €)

Spanisch A2

Maria Dolores Zafra Sanchez

Lehrbuch: Impresiones A2, Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag, ab Lektion 8

2808

Mo, ab 17.2., 18–19:30 Uhr, 13 x Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium € 85,20 (€ 76,90), (inkl. Materialkosten 2 €)

Spanisch A2

Gabriela Hahn

Lehrbuch: Impresiones A2, Lehr- und Arbeitsbuch, Lektion 8/9

2807

Mi, ab 19.2., 18–19:30 Uhr, 15 x Kein Unterricht am 28.5.25 Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium € 98 (€ 88,40), (inkl. Materialkosten 2 €)

GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN

**Die Geschenkidee
für jeden Anlass!**

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

SPANISCH B1-B2



Foto: Sevilla, MrsBrown

Spanisch B1

Intensives Lernen

Antonieta San Martín de Freundorfer

Lehrbuch: Impresiones B1,
Hueber Verlag, ab Lektion 11

2809

Do, ab 20.2., 18:30–20 Uhr, 12 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 95,60 (€ 86,20), (inkl. Materialkosten 2 €)

Spanisch B2

Intensives Lernen

Luz-Alejandra Lopez-Medina

Este curso es para alumnos del nivel B2. Estudiamos gramática de una manera práctica, leemos un libro del cual discutimos juntos y hablamos de temas actuales. Así que practicamos sobre todo la conversación. ¡Ánimate a participar con nosotros!

Lehrbuch: Aula International 5, B2.2 Lección 4/5

2811

Mo, ab 10.3., 20–21:30 Uhr, 9 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 93,80 (€ 84,60), (inkl. Materialkosten 2 €)

vhs

Die vhs Filderstadt sucht fortlaufend neue Kursleitungen für bestehende und gerne auch für neue Angebote.

Dozent*innen für alle Fachbereiche gesucht!

Melden Sie sich bei uns:
vhs@filderstadt.de

Sprachen – Lesungen – Führungen – Gesundheit – EDV – Verbraucherbildung und vieles mehr – egal ob im aktiven Ruhestand, nebenberuflich, Studierende ...

Wir freuen uns auf Sie, Ihre Angebote, Ihre Ideen und Ihre Begeisterung. Werden Sie Dozent*in in einem engagierten Team!

FILDERSTADT

WEITERE SPRACHEN



Fachbereichsleitung:
Dr. Glenda Olfens, Literatur- und Sprachwissenschaftlerin
Assistenz: Ines Paul-Weiß

Preisgestaltung bei Sprachkursen

Erfahrungsgemäß sind die Lerngruppen der „seltener gelernten Sprachen“ sehr viel kleiner als in Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch. Damit Ihr Chinesisch- oder Schwedischkurs trotzdem zustande kommt, sind diese Kurse von vorne herein auf weniger Teilnehmer*innen berechnet. So besteht eine reale Chance, dass der Kurs auch bei einer niedrigen Teilnehmendenzahl stattfindet und möglichst nicht verkürzt werden muss – und Sie lernen schneller und intensiver.



Foto: johilton, unsplash

Deutsche Gebärdensprache A1 für Anfänger*innen

Stefanie Estosere Bertey

Wir lernen die Grundlagen der Deutschen Gebärdensprache. Dazu gehören das Fingeralphabet, Grammatik, Mimik und ein Grundwortschatz. Der Kurs soll dazu beitragen, dass Hemmschwellen abgebaut werden. Am Ende des Kurses üben wir uns in einfacher Kommunikation.

Für den Kurs werden Materialkosten in Höhe von 10€ erhoben.

2901

Di, ab 25.2., 17–18:30 Uhr, 10 x
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 102 (€ 91,80)

Deutsche Gebärdensprache A1

Karl-Otto Baurle

Das vom DGS-Grundkurs Gelernte wird weiter vertieft: DGS-Wortschatz erweitern, Wissen über DGS-Grammatik vergrößern, Personen und Gegenstände genauer beschreiben, einfache Erzählungen fließender ermöglichen und Tipps für bessere Kommunikation mit Hörbehinderten geben.

Für den Kurs werden Materialkosten in Höhe von 10€ erhoben.

2902

Mi, ab 26.2., 17–18:30 Uhr, 10 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 102 (€ 91,80)

DÄNISCH

Dänisch A1 für Anfänger*innen

Marianne Brunke, M. A. Skand. Phil./Pädagogik

Sie wollen im Urlaub nach Dänemark reisen? Sie möchten die Sprache Ihres Urlaubslandes erlernen und sich mit den Dän*innen ein bisschen unterhalten oder die Familie Ihres/r Partner*in endlich verstehen können? Oder Sie interessieren sich einfach für Dänemark und die dänische Sprache und Kultur? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie!

Im ersten Semester können Sie Folgendes üben: Gruß- und Höflichkeitsformeln, Zahlen, einfache Einkaufsgespräche, Bestellungen im Restaurant, über sich und Ihre Familie berichten u.v.m. Ganz nebenbei erfahren Sie auch Einiges über Land und Leute!

Lehrwerk: Vi snakkes ved, Hueber Verlag, ISBN 978-3191053796

2903

Do, ab 13.2., 18–19:30 Uhr, 5 x
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 61 (€ 54,90)



Foto: Marianne Brunke

Dänisch A1.2

Marianne Brunke, M. A. Skand. Phil./Pädagogik

Sie wollen im Urlaub nach Dänemark reisen? Sie möchten die Sprache Ihres Urlaubslandes erlernen und sich mit den Dän*innen ein bisschen unterhalten oder die Familie Ihres/r Partner*in endlich verstehen können? Oder Sie interessieren sich einfach für Dänemark und die dänische Sprache und Kultur? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie!

Im zweiten Semester können Sie Folgendes üben: Gruß- und Höflichkeitsformeln, Zahlen, Einchecken im Hotel, Ankunft im Ferienhaus, einfache Einkaufsgespräche, Bestellungen im Restaurant, über sich und Ihre Familie berichten, brieflichen Kontakt aufnehmen u. v. m. Ganz nebenbei erfahren Sie auch Einiges über Land und Leute!

Lehrwerk: Vi snakkes ved, Hueber Verlag, ISBN 978-3191053796

2904

Do, ab 27.3., 18–19:30 Uhr, 5 x
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 63 (€ 56,90)



GRIECHISCH

Griechisch für Anfänger*innen A1

Eleni Kritsotaki, Grundschullehrerin

In diesem Kurs werden wir über Alltagsaktivitäten sprechen, wie man Termine und Pläne für die nächste Woche vereinbart, Einkaufsgespräche führt, Tageszeiten, Uhrzeiten und die Zahlen bis 1000 lernen.

Lehrbuch: Pamel A1, der Griechischkurs, Kursbuch, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005462-6

2905

Sa, ab 22.2., 12:30–14 Uhr, 12 x
Plattenhardt, vhs, Raum 21
€ 148,40 (€ 133,80)



Foto: Eleni Kritsotaki

Griechisch A2

Eleni Kritsotaki, Grundschullehrerin

In diesem Kurs werden wir über Alltagsaktivitäten sprechen, wie man Termine und Pläne für die nächste Woche vereinbart, Einkaufsgespräche führt, Tageszeiten, Uhrzeiten und die Zahlen bis 1000 lernen. Wir vertiefen die Grammatik und die Kommunikation in Alltagssituationen.

Lehrbuch: Pamel A2, der Griechischkurs, Kursbuch, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005462-6

2906

Sa, ab 22.2., 10:30–12 Uhr, 12 x
Plattenhardt, vhs, Raum 21
€ 148,40 (€ 133,80)

Griechisch B1

Für Interessierte mit Kenntnissen

Eleni Kritsotaki, Grundschullehrerin

Wir setzen den Kurs vom letzten Semester fort. Interessierte, die noch zu unserer kleinen Gruppe hinzukommen möchten, sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: wird am Kursbeginn bekannt gegeben.

2907

Mi, ab 19.2., 18:30–20 Uhr, 12 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 148,40 (€ 133,80)



Die Geschenkidee

für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

JAPANISCH

Japanisch für Anfänger*innen



Für Interessierte ohne Vorkenntnisse

Stefanie Koyanagi, M. A. Japanologie

Gemeinsam tauchen wir ein in die japanische Sprache und Kultur! Sie erlernen die Grundlagen der japanischen Sprache und einfache Kommunikation in Alltagssituationen. Sie eignen sich die Silbenschriften Hiragana und Katakana an als Fundament für das Lesen und Schreiben einfacher japanischer Texte. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse nötig.

Lehrbuch: Marugoto Starter A1 Katsudoo und Marugoto A1 Rikai, ISBN 9783875487077 und 9783875487084

2908

Di, ab 18.3., 19–20:30 Uhr, 12 x
Online-Zoom-Raum 7
€ 146,40 (€ 131,80)



Foto: Julia Swoboda

Japanisch A2.1

Für Interessierte mit Vorkenntnissen

Stefanie Koyanagi, M. A. Japanologie

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen. Sie können sich in einfachen Alltagssituationen wie z. B. dem Fragen nach dem Weg oder Beschreiben des eigenen Tagesablaufs auf Japanisch verständigen. Sie lesen die Silbenschriften Hiragana und Katakana sowie einfache Kanji Schriftzeichen. Gemeinsam vertiefen wir nun die Kommunikation in Alltagssituationen und das Lesen von einfachen Texten. Interessierte, die noch zu unserer Kleingruppe hinzukommen möchten, sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Marugoto Elementary 1 A2 Katsudoo (ISBN 9783875487138) und Marugoto Elementary 1 A2 Rikai (ISBN 9783875487145)

2909

Mo, ab 17.3., 19:30–21 Uhr, 13 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 189,20 (€ 170,50)

Japanisch A2.2

Stefanie Koyanagi, M. A. Japanologie

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen ungefähr ab dem Level des JLPT N5 bis N4. Sie können die beiden Silbenschriften Hiragana und Katakana sowie grundlegende Kanji lesen. Nun erweitern und vertiefen wir das Gelernte, so dass die alltägliche Kommunikation und das Lesen von Texten noch etwas lockerer und flüssiger stattfinden kann. Interessierte mit Kenntnissen, die noch zu unserer Kleingruppe hinzukommen möchten, sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Marugoto Elementary 2 A2 Katsudoo (ISBN 9783875487527) und Marugoto Elementary 2 A2 Rikai (ISBN 9783875487534)

2910

Mo, ab 17.3., 18–19:30 Uhr, 13 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 189,20 (€ 170,50)

NIEDERLÄNDISCH

Niederländisch für Anfänger*innen



Libusa Van de Pavert

In diesem Online-Kurs steigen wir gemeinsam in die Welt der niederländischen Sprache ein. Wir lernen, wie man sich vorstellt, wie man erzählt, wie es einem geht, und wie man etwas bestellt, z. B. een lekker kopje koffie. Keine Vorkenntnisse erforderlich, nur Lust auf das Entdecken einer neuen Sprache!

Lehrbuch: Welkom! Neu A1–A2, Niederländisch für Anfänger, Klett 2015, ISBN: 978-3-12-528990-1

2911

Mo, ab 17.2., 18–19:30 Uhr, 10 x
Online-Zoom-Raum 6
€ 122 (€ 109,80)



Foto: Libusa Van de Pavert

Niederländisch A1.1

Für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen

Libusa Van de Pavert

In diesem Folgekurs setzen wir unser Niederländisch-Abenteuer fort und steigen ab Kapitel 4 des Lehrbuchs wieder ein. Interessierte, die hinzukommen möchten, sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Welkom! Neu A1–A2, Niederländisch für Anfänger, ab Lektion 4, Klett 2015, ISBN: 978-3-12-528990-1

2912

Mo, ab 17.2., 19:45–21:15 Uhr, 10 x
Online-Zoom-Raum 6
€ 122 (€ 109,80)

Anmeldung bitte so früh wie möglich!

i Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.

RUSSISCH

Russisch für Anfänger*innen A1

Elena Schleinzer

In diesem Kurs werden Sie in die russische Sprache eingeführt und lernen das russische Alphabet kennen. Wir lesen anhand eines Lehrbuchs Texte und üben erste Dialoge in russischer Sprache ein. Dabei werden auch Kenntnisse und Informationen zur Landeskunde, Geschichte und Kultur Russlands vermittelt.

Lehrbuch: Otlitschno! aktuell A1, Der Russischkurs (Neuaufgabe!), Hueber Verlag, ISBN: 978-3192-044779

2913

Mi, ab 12.3., 18:15–19:15 Uhr, 12 x
Bernhausen, Elisabeth-Selbert-Gymnasium
€ 117,20 (€ 105,70)



Foto: egor-myznik-unsplash

Russische Lektüre und Lektionen B1

Russische Lektüre, B1

Johannes Schleinzer

In diesem Kurs lesen wir die Werke russischer Schriftsteller im Original. Dies können Gedichte, Erzählungen oder Ausschnitte aus Romanen sein. Durch die Lektüre und die Besprechung der Werke erhalten die Teilnehmer*innen einen guten Einblick in die reiche russische Literatur. Ergänzt wird die Lektüre durch die Arbeit mit dem Lehrbuch Most 2.

Lehrbuch: Most 2 B1, Kurs- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 978-3125276604

2914

Di, ab 11.3., 17–18:30 Uhr, 12 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 174,80 (€ 157,50), inkl. 2 € Kursmaterial



Foto: Saira Malik

URDU

Pakistanische Kultur Schnupperabend

NEU

Saira Malik

Urdu ist die nationale Sprache in Pakistan und in bestimmten Regionen Indiens weit verbreitet. Auch in Bahrain, in den Vereinigten Arabischen Emiraten, im Oman, in Katar und in Saudi-Arabien sprechen viele Menschen Urdu. Urdu ist mit rund 232 Millionen Sprechern die zehnte meistgesprochene Sprache der Welt. Urdu weist dabei starke Einflüsse aus dem Arabischen, Persischen und Hindi auf. (<https://www.iq-lingua.de/>)

Pakistan ist ein faszinierendes Land in Südasien, das reich an Geschichte, Kultur und natürlicher Schönheit besteht. Pakistan hat vier Staaten und jeder hat seine eigene Kultur und eigene Sprache.

In diesem Schnupperkurs stelle ich Ihnen meine Muttersprache Urdu vor und bringe Ihnen einfache Worte und Ausdrücke der pakistanischen Sprache bei.

Themen, über die wir uns unterhalten werden:

Überblick über die Kultur, historische Entwicklung, Musik, Tanz, Filme, Serien, Feste und Bräuche, Kulturkleidung und Essen.

2915

Sa, 28.6., 18–20 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 14

Beachten Sie auch unsere Kochkurse zur indisch-pakistanischen und afghanischen Küche auf S. 101 (Kurse 3611–3613)

KOOPERATIONSANGEBOT

In Kooperation mit den Volkshochschulen in Leinfelden-Echterdingen und in Ostfildern

vhespresso –
Chinesisch (A1)



Für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Dr. Mui Mui Sim

Der Kurs bietet eine Einführung in die chinesische Sprache. Sie lernen deren Besonderheiten kennen und erhalten einen Einblick in die Kultur. Ein Schwerpunkt ist die praktische Anwendung des Chinesischen. Sie benutzen ein neues, modernes und abwechslungsreiches Lehrwerk. Viel Spaß beim Chinesisch Lernen!

Lehrwerk: HSK Standard Course 1 Textbook (Beijing Language and Culture University Press, ISBN 978-7-5619-3709-9), ab Lektion 1

OFI 251-402110

Do, ab 7.3.2025, 18–19:30 Uhr, 10x
112 €, bei 5 TN, 128 € bei 4 TN, 168 € bei 3 TN,
Anmeldungen: h.powalla@ostfildern.de oder
Tel. 0711 3404-826

vhespresso – Israelisch
Kochen, Essen und
Sprechen auf
Hebräisch (ab A1)



Durchführungsgarantie ab 3 Personen mit Hebräisch-Kenntnissen ab einem vhs-Semester

Varda Hirsch

Shakshuka, Humus und Co. – die israelische Küche ist ein Potpourri von Einflüssen aus der ganzen Welt und eine der abwechslungsreichsten und gesündesten der Welt. Im Kurs besprechen wir freitags gemeinsam israelische (vegetarische und vegane) Gerichte, während Begriffe aus der Küche und rund ums Essen auch in Dialogen angewendet werden. Am Samstag kochen wir gemeinsam und wenden das Gelernte an. Ein Glas israelischer Wein am Freitagabend sorgt sicherlich für gute Laune, und als Abschluss am Samstag verzehren wir die zubereiteten Gerichte. Bete'avon! (Guten Appetit!).

OFI 251-413110

Fr, 4.4.2025, 17:30–21 Uhr und Sa, 5.4.2025, 10–14 Uhr, Treffpunkt Scharnhausen, Großer Raum, 58 €, bei 5 TN, 73 € bei 4 TN, 97 € bei 3 TN. Zzgl. 7 € Lebensmittelkosten inkl. Wasser und Wein, sind im Kurs zu bezahlen. Anmeldungen: h.powalla@ostfildern.de oder Tel. 0711 3404-826



KÄRCHER

**SCHMUTZ IST DA.
SCHMUTZ IST WEG.
PHÄNOMENAL.**

Die aktive Bodendüse des Kärcher VC 4 Cordless Premium myHome nimmt den Schmutz, der sich ihm in den Weg legt, direkt auf. Hey, es ist ein Staubsauger – damit holst du dir immer und immer wieder das WOW zurück. Mehr Infos über den phänomenal guten VC findest du hier: karcher.com





vhespresso – Polnisch (A1) für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse



**Kleingruppe mit Durchführungsgarantie
ab 3 Personen**

Dr. Rozalia Slodczyk

Planen Sie eine Reise nach Polen, brauchen Sie die polnische Sprache im Berufs- oder Privatleben, kennen Sie polnische Mitbürger*innen, sind Sie an unserem Nachbarland und seiner Kultur interessiert? Nach diesem Kurs mit der jungen, promovierten Muttersprachlerin können Sie wichtige mündliche und schriftliche Informationen verstehen und sich auf einfachem Niveau verständigen.

Lehrwerk: Razem neu, Polnisch für Anfänger (Klett, ISBN: 978-3-12-528641-2), ab Lektion 1

OFI 251-417110

Mo, ab 24.3.2025, 18–19:30 Uhr, 10x
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen, 112 €, bei 5 TN, 128 € bei 4 TN, 168 € bei 3 TN,
Anmeldungen: h.powalla@ostfildern.de oder
Tel. 0711 3404-826

Portugiesisch (A1) für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse



Kleingruppe mit 6–10 Teilnehmenden

Leticia Rosa da Silva

In einer kleinen Gruppe lernen Sie durch abwechslungsreiche Methoden die portugiesische Sprache. Der Unterricht wird durch vielfältige Konversationsübungen angereichert, bei denen die Teilnehmer*innen in simulierten Situationen aus dem privaten oder beruflichen Alltag sofort aktiv werden können! Außerdem lernen Sie die brasilianische Lebensfreude und Kultur anhand von zahlreichen Beispielen kennen. Die Kursleiterin kommt aus Brasilien und unterrichtet brasilianisches Portugiesisch. Auf zentrale Unterschiede zum europäischen Portugiesisch, den Wortschatz betreffend, kann am Rande eingegangen werden. Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Lehrwerk: Oi, Brasil! aktuell A1, ab Lektion 1, ISBN: 978-3-19-125420-9

LE 251-3650

Do, ab 20.2.2025, 20–21:30 Uhr, 12 mal Leinfelden, vhs am Neuen Markt, Raum 3, € 128, Anmeldungen: vhs@le-mail.de oder
Tel. 0711 1600-315

Schwedisch (A1) für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse



Ruth Kreuzer

Hej allihopa! Lust auf schwedische Mittsommerluft? Kaffee und Kuchen in den Schären, ein leckeres Knäckebröt? Dann kommen Sie zum Schwedischkurs und packen auch gleich noch erste Begrüßungsworte mit in den Koffer.

Auf bald – hejhej!

Das Lehrwerk wird im Kurs besprochen.

OFI 251-420110

Do, ab 27.2.2025, 17:15–18:45 Uhr, 10x
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen, 65 €, bis 120 € (je nach Teilnehmer*innenzahl lt. Gebührentabelle)
Anmeldungen: h.powalla@ostfildern.de oder
Tel. 0711 3404-826

Türkisch A1 für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse



Kleingruppe mit 5–8 Teilnehmenden

Habibe Berber

Bei einer Muttersprachlerin lernen Sie die ersten Grundlagen der türkischen Sprache, wie Begrüßung, Vorstellung, Zahlen und mehr!

Lehrwerk: Kolay gelsin! neu, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528661-0

LE 251-3879

Di, ab 18.2.2025, 18–19:30 Uhr, 12 x Leinfelden, vhs am Neuen Markt, Raum 2, € 154, Anmeldungen: vhs@le-mail.de oder
Tel. 0711 1600-315

vhespresso – Schnupperkurs Ukrainisch (A1) für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse



**Kleingruppe mit Durchführungsgarantie
ab 3 Personen**

Iryna Yakubenko

Kennen Sie Menschen aus der Ukraine? Brauchen Sie die ukrainische Sprache im Berufs- oder Privatleben? Nach diesem Kurs mit der jungen, promovierten Muttersprachlerin können Sie wichtige mündliche und schriftliche Informationen verstehen und sich auf einfachem Niveau verständigen.

Das Lehrmaterial wird im Kurs besprochen.

OFI 251-426110

Mo, ab 28.4.2025, 16–17:30 Uhr, 3x
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen, 35 €, bei 5 TN, 44 € bei 4 TN, 58 € bei 3 TN,
Anmeldungen: h.powalla@ostfildern.de oder
Tel. 0711 3404-826

Bilinguale und mehrsprachige Kinder – Chancen und Herausforderungen



Vortrag mit (Erfahrungs-)Austausch

Elena Gutzmann

„Brücken schlagen“ zu unterschiedlichen Kulturen in der eigenen Familie? Die Dozentin Elena Gutzmann weiß, wovon sie spricht. Sie gibt Input für gutes Gelingen der Sprecherziehung in bi- oder multilingualen Familien und lädt Sie zum Austausch ein. Profitieren Sie vom flexiblen Zugang über ZOOM, den Ihnen die vhs Ostfildern zur Verfügung stellt.

Anmeldeschluss: 9.3.2025

OFI 251-400100

Sa, 15.3.2025, 14–15:30 Uhr
14 €, 50% Ermäßigung bei Vorlage des Ostfildernpasses A oder B und des Schwerbehindertenausweises
Anmeldungen: h.powalla@ostfildern.de oder
Tel. 0711 3404-826

Origami-Nachmittag Faltkunst und Japanisch für Anfänger*innen



Kleingruppe mit 6–8 Teilnehmenden

Ayaka Yoshihara

In diesem einzigartigen Kurs vereint die Dozentin Origami-Kunst mit Grundlagen der Japanischen Sprache sowie der Kultur Japans. In einer kreativen Umgebung werden Sie nicht nur Ihre Fingerfertigkeit verbessern, sondern auch Ihre ersten Sprechversuche machen. Sie werden beispielsweise die Namen der gefalteten Tiere lernen und verschiedene Konversationsübungen machen, wie z. B. sich selbst vorzustellen. Die Dozentin führt Sie behutsam durch jede Faltung und jeden Sprachschritt, sodass Sie, sowohl künstlerisch als auch sprachlich, ein Stück japanische Kultur fühlen und mitnehmen können. Ab 16 Jahren geeignet.

LE 251-3704

Sa, 5.4.2025, 15–17:30 Uhr
Leinfelden, vhs am Neuen Markt, Raum 3
€ 21 (Keine Ermäßigung möglich)
Anmeldungen: vhs@le-mail.de oder
Tel. 0711 1600-315



GESUNDHEIT GEMEINSAM ERLEBEN



Fachbereichsleitung: Elisa Fischer,
Germanistin und Historikerin
Assistenz: Alexandra Neff-Sulz

Kurse mit Gymnastikmatten

Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Ihre eigene Matte mit zum Kurs.
Vielen Dank!

GESUNDHEIT & HEILMETHODEN

Nacken- und Schulter- beschwerden selbst behandeln

Susanne Däumling, Heilpraktikerin

Im Alltag sitzen wir sehr häufig und bewegen uns zu wenig. Dazu kommt, dass wir sowohl im Arbeitsumfeld als auch im privaten Bereich Computer, Tablet oder Handy nutzen und dabei oft unbewusst in eine Fehlhaltung geraten, die die Muskulatur unter Stress setzt.



Foto: Karolina Kaboompix

Alles zusammen kann zu Muskelverspannungen im Bereich der Nacken- oder Schultermuskulatur führen. Mögliche Folgen sind eine vorgeschobene Kopfhaltung, Schmerzen im Nacken-/Schulterbereich bis in den Hinterkopf, eingeschränkte Beweglichkeit bis hin zu Taubheitsgefühl in den Händen oder Fingern.

In diesem Workshop lernen wir Methoden und Handgriffe zur Linderung dieser Beschwerden. Wir wenden dabei unter anderem Methoden aus der Wirbelsäulentherapie nach Dorn/Breuß und der Hock-Schmerztherapie an.

Mit Übungen für den Vagusnerv entspannen wir unser vegetatives Nervensystem und dehnen dabei die verspannten Bereiche.

Sie erfahren, welchen Einfluss Matratze und Kopfkissen haben, worauf Sie an einem Bildschirmarbeitsplatz achten müssen und was Sie im Alltag verbessern können.

Bitte tragen Sie lockere Kleidung.

Kurze Fingernägel sind von Vorteil bei einigen der Übungen.

3221

Sa, 22.3., 10–12 Uhr
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 11,20 (€ 10,10)

R.E.S.E.T. Basis – entspannter Kiefer = entspannter Körper

Dysfunktionen des Kiefergelenkes und deren Folgen – Hilfe zur Selbsthilfe

Angelika O. Rau, Heilpraktikerin, Reset-Therapeutin/-Lehrerin, Lernberaterin, Migräne-therapeutin

In vielen Zahnarztpraxen wird festgestellt, dass CMD, die craniomandibuläre Dysfunktion des Kiefergelenkes, zu Störungen beim Kauen, zum Zähneknirschen und reduziertem Mundöffnungswinkel führt. Praxen auf dem neuesten Stand der Medizin wissen, dass diese Störung zu weitreichenden Gesundheitsbeeinträchtigungen führen kann. Die Palette reicht von Verspannung der Nacken- und Schultermuskulatur, Rückenproblemen, Schmerzen im Bewegungsapparat der Knie und Beine, bis hin zu Schlafstörungen.

Mit der vom Australier Philip Rafferty entwickelten RESET-Methode kann über die Entspannung des Kiefergelenkes ein Loslassen von Muskelverspannungen im gesamten Körper erreicht werden. Auf diese Weise können die entsprechenden Beschwerden im Laufe der Zeit gelindert oder gar behoben werden.

Im Workshop lernen Sie nach einer theoretischen Einführung in die Hintergründe von Schmerzen im Körper und deren Auflösung theoretisch und praktisch zahlreiche Methoden kennen, wie Sie sich selbst helfen können. Sie können das Gelernte sofort umsetzen.

Die Seminarleiterin ist eine von wenigen Fachleuten in Stuttgart mit RESET-Qualifikation. Sie bildet auch Fachleute auf diesem Gebiet weiter.

Bitte Wasser zum Trinken mitbringen.

3010

Fr, 16.5., 17–22 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 23
€ 40,30 (€ 36,60), inkl. 9 € Arbeitsmaterial

Erste Hilfe Kurs für Kinder – Pflasterpass®



Verena Bosch-Nix, Gesundheits- und Krankenpflegerin

Bei dem Pflasterpass®-Gold Kurs für Kinder von 6–10 Jahren werden die Kinder spielerisch an die Erste-Hilfe herangeführt und für Gefahren im Alltag sensibilisiert. Gelernt wird: Notrufnummer, Notruf absetzen, Wundversorgung mit Pflaster/Verband/Dreieckstuch, Bewusstlosigkeit, Stabile Seitenlagen und Reanimation.

Bitte mitbringen: Trinkflasche, kleines Vesper und bequeme Kleidung tragen.

3001

Sa, 22.3., 9:30–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 21
€ 25

3002

Sa, 17.5., 9:30–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 21
€ 25

3003

Mi, 6.8., 9:30–12 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 21
€ 25

Erste Hilfe Outdoor



Frank Eisenbraun, DRK Plattenhardt

Erste Hilfe im Gelände – bei Wanderungen, Ausflügen, bei der Radtour oder beim Inlinern. Jeder kann mal Hilfe brauchen. Vom Pflaster über ein gebrochenes Bein bis hin zur Bewusstlosigkeit.

Gut, wenn man sich dann zu helfen weiß. Kleine Tricks und Kniffe, wie man sich ohne/wenig Material behilft und wie setze ich einen Notruf ab.

Bitte Rucksackvesper und Getränke mitbringen. Wir beenden dann den Tag gemeinsam und gemütlich mit Kaffee und Kuchen.

3004

Mi, 2.4., 9–16 Uhr
Treffpunkt Plattenhardt, Tennisplätze
im Rahmen der Ehrenamtsakademie kostenfrei
für Externe € 60

3005

So, 23.3., 9–16 Uhr
Treffpunkt Plattenhardt, Tennisplätze
im Rahmen der Ehrenamtsakademie kostenfrei
für Externe € 60

KLANG, RHYTHMUS & STIMME



Foto: Silvia Jansen, Getty Images

Tanzabend: Tanz dich frei

Raus aus dem Kopf – rein in den Körper!

Dr. Georg Kenntner, Arzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Chirotherapie und Akupunktur, Brigitte Rauth, Erlebnispädagogin, Hans-Martin Burghardt

Tanzen ist ein wundervoller Weg zur Entfaltung und zur Entwicklung, zu einem freien inneren Prozess!

Wir tanzen gemeinsam zu fünf unterschiedlichen Rhythmen, die geeignet sind, all die Dinge in Dein Leben zu bringen, die bereit sind, gelebt zu werden und lebendig zu sein. Nach einer kurzen Einführung tanzen wir frei. Es geht nicht um richtig oder falsch. Es geht um die Wirkung auf uns selbst.

Ein Abend für alle, die sich gerne zu Musik bewegen, die sich gerne weiterentwickeln.

3200

Mi, 19.2., 20–22 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37
€ 5 (€ 3)

3201

Mi, 19.3., 20–22 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37
€ 5 (€ 3)

3202

Mi, 30.4., 20–22 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37
€ 5 (€ 3)



3203

Mi, 14.5., 20–22 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37
€ 5 (€ 3)

3204

Mi, 25.6., 20–22 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37
€ 5 (€ 3)

3205

Mi, 23.7., 20–22 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37
€ 5 (€ 3)

Wir bitten um Anmeldung – telefonisch, per E-Mail oder über unsere Homepage.



Foto: Cora Schäfer

Klang-Oase

Wohlklang für Körper, Geist und Seele

Gabriele Hüller, Tanz- & Musiktherapeutin

An diesem Klangabend sind Sie eingeladen, in schöner Atmosphäre sitzend oder liegend in ein Klangmeer einzutauchen.

Klang ist Schwingung und berührt uns bis in unsere Zellstruktur. Unser Körper ist wie ein Orchester und kann mit Klang wieder gestimmt werden. Klang führt ins Erleben, in innere Räume jenseits des Denkens, in Räume des Fühlens. Die Klang-oase ist eine tief erholsame Auszeit für Körper, Geist und Seele.

Folgende Instrumente kommen zum Klingen: Koshis, Klangschale, indianische Flöte und Trommel, Handpan, Sansula, Elfenharfe, Monochord.

Bitte bringen Sie eine Decke, eine Matte und evtl. warme Socken mit.

3211

So, 6.4., 18–20 Uhr
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 18,70 (€ 16,80)

Anmeldung bitte so früh wie möglich!



Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.



Foto: Gabriele Hüller

Handpan spielen lernen

Basis-Workshop für Interessierte mit & ohne Grundkenntnisse

Gabriele Hüller, Tanz- & Musiktherapeutin

Die Handpan, ein relativ junges Musikinstrument, das von den Steeldrums inspiriert ist, wird mit den Fingern gespielt. Dieses wunderschöne Klanginstrument verbindet auf besondere Weise Himmel und Erde. Die äußeren Klänge entführen in himmlische Welten, der warme tiefe Basston in der Mitte verbindet mit der Erde.

Das Spielen der Handpan ist leicht zu lernen. Im Basisworkshop widmen wir uns dem Spielen von Klängen, dem Gestalten von einfachen Melodien und rhythmischen Figuren.

Für den Unterricht stehen hochwertige Instrumente in d-Moll zur Verfügung. Bei der Anmeldung bitte angeben, ob eine Leih-Handpan benötigt wird (15 € Leihgebühr wird im Kurs abgerechnet).

Eigene Handpans in d-moll können mitgebracht werden (andere Stimmungen sind leider nicht möglich).

Bitte bringen Sie eine Decke, eine Matte und evtl. warme Socken mit.

3210

So, 6.4., 14–16:30 Uhr
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 50 (€ 45), Kleingruppe max. 7 TN

Handpan spielen lernen – Aufbauworkshop

für Spieler*innen mit gefestigten Grundkenntnissen

Gabriele Hüller, Tanz- & Musiktherapeutin

Du bringst deine Handpan klar zum Klingen, deine Hände können im „hand-to-hand“ einfache Rhythmen und Melodien spielen?

Du möchtest Deine gefestigten Grundlagen vertiefen und erweitern? Dann ist das der passende Workshop für dich.

Es stehen hochwertig Instrumente für den Unterricht zur Verfügung. Sie sind alle in d-moll gestimmt. Bei der Anmeldung bitte angeben, ob eine Leih-Handpan benötigt wird (15 € Leihgebühr wird im Kurs abgerechnet).

Eigene Instrumente können nur in d moll Stimmung mitgebracht werden.

Bitte eine Decke, eine Matte und evtl. warme Socken mitbringen.

3212

So, 18.5., 15:30–18 Uhr
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 50 (€ 45), Kleingruppe max. 7 TN

FERNÖSTLICHE METHODEN

Qi Gong – Hui Chun Gong

Die Verjüngungsübungen der chinesischen Kaiser

NEU

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Diese Art des Qi Gong's dient der Verjüngung und Gesunderhaltung. Die Übungen aktivieren den Energiefluss, die vitalen Kräfte werden gesteigert. Das hormonelle System und der Stoffwechsel werden angekurbt. Beschwerden können gelindert werden, das Immunsystem wird gestärkt. Die Übungen schenken tiefe Ruhe und Gelassenheit, die Achtsamkeit auf den Körper wird geschult. Die Übungen werden im Stand ausgeführt und sind auch für Anfänger geeignet. Bei schönem Wetter auch draußen.

Bitte bringen Sie eine Decke, eine Matte, ein kleines Kissen und warme Socken mit.

3239

Do, ab 20.2., 9–10 Uhr, 8 x
Auch am 17.4.
Plattenhardt, Musikpavillon
€ 44,80 (€ 40,30)

TriloChi®

Harmonie in Bewegung

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

TriloChi® ist ein zeitgemäßes Bewegungs- und Entspannungskonzept und basiert auf den Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin. Die Synthese aus fernöstlichen Disziplinen und westlichen Trainingsmethoden dient der Harmonisierung von Körper und Geist.



Foto: Petra Hermann

Zum Einstimmen und Ankommen beginnen wir mit ChiFlowMotion®-Übungen – Tai-Chi, Qi Gong inspiriert und Entspannungsübungen. Die lockernden und schwingenden Bewegungen im PowerChi®-Teil wecken Freude und Leichtigkeit, die Meridiane und das Herz-Kreislaufsystem werden aktiviert. Mit dem ChiYoga-Teil, bestehend aus Yoga-, Pilates- und Rückenübungen, werden Kraft, Balance und Beweglichkeit geschult, den Abschluss bildet eine Endentspannung.

Vermeiden Sie große und schwer verdauliche Mahlzeiten vor dem Kurs und bringen Sie bitte eine warme Decke und eine Matte mit.

3245

Do, ab 20.2., 18–19 Uhr, 14 x
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, Pavillon
€ 78,40 (€ 70,60)

Workshop: Selbstbewusst in die Prüfungsphase mit Jin Shin Jyutsu

Kleingruppe

Diana Schmid, Shiatsu- und Akupressur-Therapeutin, Jin-Shin-Jyutsu-Praktikerin

Wir lernen nützliche Griffe, die das Selbstbewusstsein und das Immunsystem stärken. Den Schwerpunkt legen wir dabei auf Entspannungsgriffe, die uns vor Prüfungen zu mehr Konzentration und Entspannung verhelfen. So kommen Körper und Geist in Balance und wir lindern Prüfungsängste und Konzentrationsstörungen. Hilfreich auch bei LRS.

Jin Shin Jyutsu ist eine einzigartige Methode zur Selbsthilfe, die auf der Idee beruht, dass unser Körper von Energiebahnen durchzogen ist, die bei Blockaden Schmerzen und Symptome verursachen können. Durch das Lösen dieser Blockaden und das Ausbalancieren des Energieflusses im Körper kann Jin Shin Jyutsu bei einer Vielzahl von Beschwerden helfen und als Präventivmaßnahme eingesetzt werden.

Bitte tragt bequeme Kleidung und bringt Kissen und eine Decke mit.

3215

Di, ab 11.3., 16–17:30 Uhr, 3 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 25,20

KAHA®

Carola Schwingenschlögl, Physiotherapeutin, Dipl.-Sportwissenschaftlerin, Zertifizierte Liebscher-Bracht®-Therapeutin

KAHA® bedeutet „stark“ oder „energiegeladen“. Langsame und fließende Bewegungen gehen ineinander über und bilden eine gesunde Balance zwischen Beweglichkeit und Stabilität des Körpers. KAHA® kräftigt, dehnt und entspannt entscheidende Muskelgruppen und führt zu innerer Ruhe und Gelassenheit. Die Elemente sind inspiriert unter anderem von Qi Gong, Taiji und Yoga. Unterstützt wird die Wirkung der Bewegungen durch Musik unter anderem aus Neuseeland und Hawaii. Für eine Teilnahme sind keine Vorkenntnisse nötig.

Einen kurzen Einblick gibt es hier: <https://www.youtube.com/watch?v=GYhE2p8d1vE>

Bitte bequeme Kleidung tragen, es kann barfuß oder mit Turnschuhen geübt werden.

3257

Di, ab 11.3., 18–19 Uhr, 10 x
nicht am 29.4. und 27.5.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 56 (€ 50,40)

Online: Harmonisch und entspannt durch die Wechseljahre



mit Jin Shin Jyutsu – Kleingruppe

Diana Schmid, Shiatsu- und Akupressur-Therapeutin, Jin-Shin-Jyutsu-Praktikerin

Harmonisch und entspannt durch die Wechseljahre!

Wir stellen unsere körperliche und emotionale Balance wieder her und erleben ein neues Gefühl von Wohlbefinden durch gezielte Handgriffe und Energieausgleich.

Entdecken Sie das Geheimnis des Wohlbefindens während der Wechseljahre mit Jin Shin Jyutsu. In diesem Kurs lernen Sie die sanfte Kunst der

Energieharmonisierung kennen, um die Herausforderungen dieser Lebensphase auf natürliche Weise zu meistern. Tauchen Sie ein in die Welt der Selbstheilung durch einfache Handgriffe und erleben Sie die transformative Kraft von Jin Shin Jyutsu. Für mehr Balance, Ruhe und Vitalität in den Wechseljahren.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und legen Sie sich ein Kissen, eine Decke oder eine Yogamatte bereit.

3588

Mo, ab 5.5., 18:15–19:45 Uhr, 5 x
Online-Zoom-Raum 14
€ 68 (€ 61,20)

Online-Workshop: Kurzkurs Jin Shin Jyutsu



Kleingruppe

Diana Schmid, Shiatsu- und Akupressur-Therapeutin, Jin-Shin-Jyutsu-Praktikerin

Jin Shin Jyutsu ist eine einzigartige Methode zur Selbsthilfe, die auf der Idee beruht, dass unser Körper von Energiebahnen durchzogen ist, die bei Blockaden Schmerzen und Symptome verursachen können. Durch das Lösen dieser Blockaden und das Ausbalancieren des Energieflusses im Körper kann Jin Shin Jyutsu bei einer Vielzahl von Beschwerden helfen und als Präventivmaßnahme eingesetzt werden. Um Jin Shin Jyutsu zu praktizieren, können Sie Ihre Hände auf bestimmte Körperstellen legen, um den Energiefluss im Körper auszugleichen. Jeder Punkt hat einen spezifischen Zweck und hilft bei verschiedenen Beschwerden.

Die gute Nachricht ist, dass jeder die Grundlagen von Jin Shin Jyutsu erlernen und überall zu jeder Zeit anwenden kann.

Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet, auch für Kinder und Jugendliche.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung

3589

Mo, 24.3., 18:15–19:45 Uhr
Mo, 31.3., 18:15–19:45 Uhr
Mo, 7.4., 18:15–19:45 Uhr
Online-Zoom-Raum 16
€ 42 (€ 37,80)

Die Acht Brokate

Acht Übungen zum fit bleiben/werden

Susanne Däumling, Heilpraktikerin

Die 8 Brokate stammen ursprünglich aus dem Qi Gong und besteht aus 8 Übungen, die fließend ineinander übergehen. Die Übungen werden kombiniert mit der Atmung und erfassen dadurch sowohl den Körper als auch Geist und Seele.

Im Alltag sitzen wir sehr häufig und bewegen uns zu wenig. Die 8 Brokate mit ihren fließenden und weichen Bewegungen hilft uns, Stress und Fehllage aufzulösen. Die Übungen werden im Stehen ausgeführt und stärken den Rücken, entspannen die Nackenmuskulatur, vertreiben Müdigkeit, kräftigen den Beckenboden, verbessern die Atmung und stärken das Herz-Kreislauf-System.

Über die Übungen lernt der Körper langsam und mit Spaß, sich zu bewegen und zu dehnen.

In diesem Seminar lernen Sie die Übungen kennen und erfahren, worauf Sie achten müssen. Sie üben die richtige Atmung in Kombination mit den Übungen und erspüren mit Spaß und Konzentration Ihren Körper.

Bitte tragen Sie lockere Kleidung.

3219

Sa, 29.3., 10–11:30 Uhr
So, 30.3., 10–11:30 Uhr
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 16,80 (€ 14,80)

ZENbo® Balance

Sanftes Training für innere und äußere Balance

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Sanfte fernöstliche Übungen kombiniert mit Meditation und westlichen Entspannungsverfahren, das ist ZENbo® Balance. ZEN bedeutet im Hier und Jetzt zu sein, bo steht für Körper, also ZEN für und durch den Körper. Mit Balance ist die innere und äußere Balance gemeint. Das ganzheitliche Body & Mind Programm besteht aus drei Phasen und ist für jeden geeignet, der sich und seinem Körper etwas Gutes tun möchte.

- **SILENCE:** Ankommen und Bewusstsein herstellen (Meditation zur ZENtrierung)
- **MOVE:** Sanft fließende, bewusst und konzentriert ausgeführte Bewegungs- und Gymnastikübungen im Stand und am Boden zur Schulung der Körperwahrnehmung und Förderung des inneren und äußeren Gleichgewichts (angelehnt an Qi Gong, Tai Chi und Yoga). Ihr Atem gibt den Rhythmus vor.
- **RELAX & GO:** Abschlussentspannungsphase (Fantasiereisen, Körperreisen, Sequenzen aus Autogenem Training, Progressiver Muskelentspannung usw.)

Bitte bringen Sie eine Decke, eine Matte, ein kleines Kissen und warme Socken mit.

3270

Di, ab 18.2., 19:45–21 Uhr, 15 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 105 (€ 94,50)

Qi Gong der Vier Jahreszeiten, Frühling und Sommer

Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Ulrike Storm, Tai Chi- und Qi Gong-Lehrerin IF-BUB, Zheng-Yi-Dao

Der jedes Jahr zuverlässig wiederkehrende Kreislauf der Jahreszeiten begleitet uns unser ganzes Leben und birgt doch immer Neues.

Das Qi Gong der Vier Jahreszeiten ist ein modernes Qi Gong, das der chinesische Meister und TCM-Arzt (Traditionelle Chinesische Medizin) Zheng Yi entwickelt hat. Mithilfe dieser Methode lernen wir, uns auf die Veränderungen der Natur einzustellen und deren Kräfte für unseren Körper und Geist positiv zu nutzen. Es besteht aus einfachen, wirkungsvollen Übungen der Rehabilitation, Atemtechnik, Organübungen und Akupressur. Dabei steht jede Jahreszeit in Verbindung mit einem bestimmten Element, Organen, Farben und Emotionen. Jeder Jahreszeit sind entsprechend ihrer jeweiligen Energie elf unterschiedliche Übungen zugeordnet, die bestimmte Organe stärken und Beschwerden vorbeugen.

Die Übungen sind für Menschen jeden Alters geeignet.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Matte, leichte rutschfeste Schuhe oder Socken und eine Decke mit.

3293

Mi, ab 19.2., 19–20:30 Uhr, 15 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 126 (€ 113,40)



YOGA

Yoga Breathwalk

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Wir verbinden Yogaübungen mit Walking und Atemübungen. Wir wecken den Körper mit gezielten Yogaübungen auf und richten uns bewusst sowohl körperlich als auch mental aus. Die Hauptphase besteht aus dem aktiven Gehen, in dem wir bewusst im Rhythmus des Atems gehen. Am Schluss des Yoga Breathwalks dehnen wir uns und nehmen mit allen Sinnen bewusst wahr und schließen die Stunde mit einer Meditation, dem sog. Innerwalk, ab.

Bitte mitbringen: Wetterangepasste, lockere Kleidung/Schuhe und Getränk

3220

Di, 15.4., 18–19:15 Uhr
Plattenhardt, Weilerhau, Eingang Musikpavillon
€ 7,70 (€ 6,90)

Balance and Bliss Yoga: For Mind, Body and Spirit

Divya Thukkaram, Yoga-Lehrerin

Feeling the weight of societal expectations and daily pressures? Join my specially designed yoga course, crafted to restore harmony, vitality, and inner tranquility through a combination of Fascia Yoga, Pranayama and Chakra Meditation.

Course Highlights:

Fascia Yoga: Participate in gentle, restorative exercises targeting the fascia, your body's connective tissue, to achieve deep relaxation and stress relief.

Pranayama: Master controlled breathing techniques (pranayama) to boost your energy, sharpen your mind, and diminish stress.

Chakra Meditation: Enjoy guided meditations that foster mindfulness, relaxation, and a serene state of mind amidst life's chaos while delving into the ancient practice of chakra healing to balance your energy centers, fostering both emotional and physical wellness.

By the end of this course, you will feel revitalized, centered, and better prepared to face life's challenges with poise and confidence. Dedicate this time to yourself and experience the transformative benefits of yoga.

Don't worry about your English language skills – this course will be tailored to the group's proficiency level, and basic English is all you need. Believe in yourself and embark on this journey toward a harmonious and healthier you.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Decke, Matte, Yogakissen (falls vorhanden), warme Socken und ein Getränk mit.

3223

Di, ab 18.2., 19–20:15 Uhr, 15 x
Bonlanden, Bildungszentrum Seefälle,
Kleinturnhalle
€ 97,50 (€ 87,80)

Entspannung & Körpererfahrung: Gesundheit gemeinsam erleben

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Feldenkrais® 3576: 10 Uhr, Online Ab 17.2.25, 7 x 3576A: 10 Uhr Online Ab 5.5.25 10 x	Vinyasa Basic 3243: 8:30 Uhr, Plat. Ab 18.2.25, 16 x	Yoga nach Yesudian 3248: 9:15 Uhr, Bonl. Ab 12.3.25, 13 x	Qi Gong-Hui Chun Gong Verjüngungs- übungen der chinesischen Kaiser 3239: 9 Uhr, Plat. Ab 20.2.25, 8 x	Anusara Yoga für leicht Fortgeschrittene 3231: 8:45 Uhr, Bonl. Ab 14.2.25, 16 x	Die Acht Brokate – Acht Übungen zum fit bleiben/werden 3219: 10 Uhr, Bonl. 29.3.+30.3.25, 2 x
Vinyasa Yoga Go with the Flow 3254: 18 Uhr, Bonl. Ab 17.2.25, 12 x	Chi Yoga Flow am Morgen - Erfrischende Energie für den Tag 3233: 8:45 Uhr, Plat. Ab 18.2.25, 17 x	Rücken-Yoga 3244: 17 Uhr, Bonl. Ab 26.2.25, 14 x	Gentle Flow Yoga-Fas- zien 3237: 17 Uhr, Bonl. Ab 20.2.25, 8 x 3237A: 17 Uhr Bonl. Ab 15.5.25, 8 x	Vinyasa Basic 3240: 10:15 Uhr, Bonl. Ab 21.2.25, 15 x	
Hatha Yoga mit Vinyasa 3242: 19 Uhr, Plat. Ab 17.2.25, 12 x	Chi Yoga Flow am Morgen Frische Ener- gie für den Tag 3297: 9 Uhr, Plat. Ab 5.8.25, 4x	Power Yoga für leicht Fortgeschrittene 3236: 18:30 Uhr, Siel. Ab 19.2.25, 16 x	TriloChi® Harmonie in Bewe- gung 3245: 18 Uhr, Bern. Ab 20.2.25, 14 x	Yoga auf dem Stuhl 3262: 10:15 Uhr, Bonl. Ab 24.1.25, 10 x	
Yoga und Atem für Anfänger*innen und Wiederein- steiger*innen 3225: 19:00 Uhr, Hart. Ab 26.5.25, 7x	Balance and Bliss Yoga: For Mind and Spirit B3223: 19:00 Uhr, Bonl. Ab 18.2.25, 15 x	Yoga Work In 3246: 18:30 Uhr, Bonl. Ab 19.2.25, 14 x	Yin Yoga 3238: 18:30 Uhr, Bonl. Ab 20.2.25, 8 x 3238A: 18:30 Uhr, Bonl. Ab 15.5.25, 8 x	Yoga und Atem für Geübte 3241: 16:15 Uhr, Plat. Ab Fr, 21.2.25, 17 x	
Yoga für Menschen mit Skoliose 3230: 19:30 Uhr, Bonl. Ab 17.2.25, 10 x	ZENbo® Balance 3270: 19:45 Uhr, Bonl. Ab 18.2.25, 15 x	Qi Gong der Vier Jahreszeiten, Frühling und Sommer 3293: 19 Uhr, Bonl. Ab 19.2.25, 15 x	Yoga Breathwalk 3296: 9 Uhr, Plat. Ab 7.8.25, 4 x	Yoga mit Faszienübungen 3253: 17:15 Uhr, Bonl. Ab 21.2.25, 7 x	
Dance Yoga - Yoga, Tanz und Emotionen 3234: 20:15 Uhr, Plat. Ab 17.2.25, 7 x	Yoga und Tiefenent- spannung für leicht Fortgeschrittene 3235: 20:15 Uhr, Plat. Ab 18.2.25, 16 x	Raus aus dem Gedan- kenkarusell 3587: 19:30 Uhr, Online Ab 19.2.25, 5 x		Sommer-Yoga Flow 3295: 17:15, Bonl. Ab 1.8.25, 7 x	
Harmonisch und ent- spannt durch die Wechseljahre mit Jin Shin Jyutsu 3588: 18:15 Uhr, Online Ab 5.5.25, 5 x	KAHA® 3257: 18 Uhr, Plat. Ab 11.3.25, 10 x				
Jin Shin Jyutsu 3589: 18:15 Uhr, Online Ab 24.3.25, 3 x					



Foto: Anupam Mahapatra, unsplash

Yoga und Atem

Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen

Dina Otto, Yoga-Lehrerin (AYA)

In diesem Kurs vertiefen wir unsere Hatha-Yoga-Praxis mit Elementen aus Sivananda Yoga und Vinyasa-Flows. Aber auch Entspannungsphasen kommen nicht zu kurz. Meditation und Atemübungen helfen uns dabei, den Geist zu beruhigen und uns mit uns selbst zu verbinden, um so ins Annehmen, Loslassen und Beobachten zu gelangen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Decke, Matte, Yogakissen (falls vorhanden), warme Socken und ein Getränk mit.

3225

Mo, ab 26.5., 19–20 Uhr, 7 x
Harthausen, Jahnschule, Gymnastikraum
€ 36,40 (€ 32,80)

Yoga für Menschen mit Skoliose

Tina Lendl, Yoga-Lehrerin

Viele Menschen leiden unter Skoliose – d. h. die Wirbelsäule ist verkrümmt und zusätzlich verdreht.

Mit Atemübungen (Pranayama) werden wir die Atemräume öffnen und mit speziellen Asanas (Körperhaltungen) Kraft und Mobilisation im Rücken aufbauen um die Wirbelsäule zu unterstützen und Aufrichtung zu ermöglichen.

Dieser Kurs verspricht keine Heilung. Die Übungen sollen Euch guttun und Beschwerden lindern.

Bitte nur anmelden mit vorhandener Skoliose. Die Übungen werden speziell darauf ausgerichtet.

Yogakenntnisse sind von Vorteil.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Yogamatte (falls vorhanden), Decke und etwas zum Trinken mit. Bitte 2 Stunden vorher nichts Schweres essen.

3230

Mo, ab 17.2., 19:30–20:45 Uhr, 10 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 65 (€ 58,50)

Kurse mit Gymnastikmatten

Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Ihre eigene Matte mit zum Kurs.

Vielen Dank!

Anusara® Yoga für leicht Fortgeschrittene

Kerstin Almer, Anusara Elements Yoga-Lehrerin

Anusara Yoga ist eine moderne Form des Hatha Yoga. Auf physischer Ebene fördern wir durch regelmäßiges Üben Körpergefühl, Kraft und Flexibilität. Mithilfe der Ausrichtungsprinzipien, die auf modernen biomechanischen Erkenntnissen beruhen, üben wir die Yogastellungen (Asanas) sicher und präzise. Zum Teil wird dynamisch im Atemfluss, dann wieder langsam und genau geübt. Auf mentaler Ebene entwickeln sich Achtsamkeit, Ausgeglichenheit wie auch Vitalität. Jede Yoga-Stunde wird von einem Thema begleitet, das einen Impuls für den Alltag geben kann.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, eine Matte und eine Decke mit. Wenn vorhanden, einen Gurt und Yoga-Blöcke.

3231

Fr, ab 14.2., 8:45–10 Uhr, 16 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 104 (€ 93,60)

Chi Yoga Flow am Morgen – Frische Energie für den Tag

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Chi Yoga ist ein fließender Hatha-Yoga-Stil und kombiniert dynamisch-fließende Bewegungen mit Ruhe und einem bewusst gelenkten Atem. Chi Yoga ist weich, wellig, geschmeidig und kraftvoll zugleich. Der Schwerpunkt liegt je nach Jahreszeit bei verschiedenen Themen, Elementen, Organen und Meridianen. Der gesamte Organismus wird harmonisiert und revitalisiert. Die Chi Yoga-Übungen geben Energie und Kraft und bringen Dich wieder in die Balance.

Vermeide große und schwer verdauliche Mahlzeiten vor dem Kurs und bringe bitte eine warme Decke und eine Matte mit.

3233

Di, ab 18.2., 8:45–9:45 Uhr, 17 x
auch am 15.5. nicht am 3.6.
Plattenhardt, Musikpavillon
€ 88,40 (€ 79,60)

Dance Yoga – Yoga, Tanz und Emotionen

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Getragen von der Musik, verschmelzen beim Dance Yoga klassische Yogaelemente und tänzerische Bewegungen zu einem Flow. Die fließenden Bewegungsabläufe verbessern Koordination, Beweglichkeit, Kraft und Balance. Durch das Zusammenspiel von Musik, Bewusstsein und Bewegung wird das Wohlbefinden auf allen Ebenen gefördert. Mal berührend, mal sinnlich, mal mitreißend, mal spielerisch. Sich spüren, fließen, tanzen, träumen!

Vermeiden Sie große und schwer verdauliche Mahlzeiten vor dem Kurs und bringen Sie bitte eine warme Decke und eine Matte mit.

3234

Mo, ab 17.2., 20:15–21:15 Uhr, 7 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 36,40 (€ 32,80)



Foto: Ginny Rose Stewart, unsplash

Yoga und Tiefenentspannung für leicht Fortgeschrittene

Anna Simons, Yogalehrerin BYV, freischaffende Künstlerin

In unserer hektischen Welt ist Yoga ein effektiver Weg zu Ruhe, Gelassenheit und Lebensfreude. In diesem Kurs lernen Sie alle Aspekte des Ayuryoga kennen. Ayuryoga ist ein atembetonter, anatomisch fundierter und achtsamer Yoga. Um richtig zur Ruhe kommen zu können, beginnen wir unsere Stunde mit einer Vorentspannung bzw. Meditation. Danach folgen Atemübungen (Pranayama) und Körperübungen (Asanas). Die letzte Phase verbringen wir mit einer länger geführten Tiefenentspannung (Yoga Nidra). Der Hauptfokus des Kurses liegt auf Entspannung und Achtsamkeit, was nicht bedeutet, dass man bei den verschiedenen Übungen nicht auch mal ins Schwitzen kommt.

Voraussetzung: mind. ein paar Monate Yoga-Erfahrung.

Vermeiden Sie große und schwer verdauliche Mahlzeiten vor dem Kurs und bringen Sie bitte eine warme Decke und eine Matte mit.

3235

Di, ab 18.2., 20:15–21:45 Uhr, 16 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 124,80 (€ 109,40)

Vinyasa Yoga/Power Yoga für leicht Fortgeschrittene

Sabine Schmitt, Yoga-Lehrerin (AYA)

Vinyasa Flow Yoga ist eine dynamische Form des Yogas, in dem sich Bewegung und Atmung durch ein Wechselspiel von Kraft und Dehnung sowie Anspannung und Entspannung fließend miteinander verbinden. Mit präziser Ausrichtung werden verschiedene Körperpositionen angeordnet, so dass ein harmonischer Fluss von Bewegungsabläufen entsteht.

Im Mittelpunkt stehen die anspruchsvollen Körperhaltungen (Asanas), die uns fordern, körperlich und mental, und uns zu vermehrter Konzentration und Achtsamkeit führen. Der Kurs eignet sich für geübte Yogis, die eine gute Fitness, Ausdauer und Körpergesundheit mitbringen und sich sicher in den verschiedenen Körperhaltungen (Asanas) bewegen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Matte, Getränk und ein Handtuch mit.

3236

Mi, ab 19.2., 18:30–19:45 Uhr, 16 x
nicht am 4.6., 25.6. und 16.7.
Sielmingen, Gemeindehalle
€ 104 (€ 93,60)



Foto: Dylan Gillis, unsplash

Gentle Flow Yoga-Faszien

Marina Jovic, Yoga-Lehrerin (AYA)

Drücke auf den Reset-Button und schenke Dir ganz bewusst eine Pause. Stoppe das Gedankenkarussell und reduziere Stress. In dieser Stunde erwarten Dich sanfte, fließende Bewegungen, inspiriert aus dem Vinyasa Yoga sowie aus dem Faszien-Yoga.

Faszien-Yoga hilft dabei, das Bindegewebe gesund und geschmeidig zu halten. Durch die Übungen werden die Faszien gedehnt und in der Folge besser mit Flüssigkeit und Nährstoffen versorgt. Verklebungen werden gelöst, wodurch vor allem „Problem-Partien“ wie der Nacken-Schulter-Bereich oder der untere Rücken wieder beweglicher werden. Schmerzen und Verspannungen nehmen ab. Stärke mit kreativen Flows Deinen Körper und finde zu mehr Flexibilität – ganz ohne Hektik. Am Ende genießen wir noch eine schöne Endentspannung und fließen so in einen entspannten, wohlthuenden Abend.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, eine Matte und eine Decke mit. Wenn vorhanden, einen Gurt und Yoga-Blöcke.

3237

Do, ab 20.2., 17–18:15 Uhr, 8 x
auch am 6.3.

Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 52 (€ 46,80)

3237A

Do, ab 15.5., 17–18:15 Uhr, 8 x
auch am 12.6.

Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 52 (€ 46,80)

Yin Yoga

Marina Jovic, Yoga-Lehrerin (AYA)

Yin Yoga ist die liebevolle und tiefgehende Arbeit mit Deinem Körper. Ein langsamer Yoga-Stil, in dem wir die Posen mehrere Minuten halten, um dabei unser Bindegewebe und die Faszien gründlich zu dehnen. Im Fokus steht das Yin, das Loslassen, das Leben im „Jetzt“ und das „Annehmen“ um somit zu einem ruhigen Geist zu finden.

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

3238

Do, ab 20.2., 18:30–20 Uhr, 8 x
auch am 6.3.

Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 62,40 (€ 56,20)

3238A

Do, ab 15.5., 18:30–20 Uhr, 8 x

Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 62,40 (€ 56,20)



Foto: Petra Nickel-Harrer

Vinyasa Basic & mehr

Petra Nickel-Harrer, Yogalehrerin (AYA)

Sie haben schon etwas Yogaerfahrung gesammelt und möchten diese vertiefen? Dann sind Sie hier genau richtig. In diesem Kurs möchte ich Ihnen Yoga Schritt für Schritt näher bringen. Mit körperlichen Übungen (Asanas) werden wir dem eigenen Körper achtsam begegnen, ihn zur Ruhe kommen lassen, ihm Aufmerksamkeit schenken.

Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und etwas zum Trinken mit.

3240

Fr, ab 21.2., 10:15–11:45 Uhr, 15 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 117 (€ 105,30)

Yoga für Geübte nach Selvarajan Yesudian/ Rudolf Fuchs

Helga Döz, Yogalehrerin (BDY)

Yoga = Śiva als Natarāja

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

Bitte 10 Minuten früher da sein.

3241

Fr, ab 21.2., 16:15–17:30 Uhr, 17 x
auch am 7.3., 2.5. und am 30.5.

Plattenhardt, Schillerhalle
€ 110,50 (€ 99,40)

Hatha Yoga mit Vinyasa

Kraft und Balance

Anne Marquardt, Yoga-Lehrerin

NEU

In diesem Hatha Yoga Kurs mit Vinyasa-Elementen erwartet die Teilnehmer*innen eine harmonische Mischung aus ruhigen Haltungen und fließenden Sequenzen. Die Praxis stärkt gezielt die Muskulatur und fördert die Flexibilität, während durch sanfte Bewegungen und Atemtechniken innere Ruhe entsteht. Der Kurs richtet sich an Anfänger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen und bietet einen geschützten Raum, um Körper und Geist in Einklang zu bringen. Eine Stunde, die Kraft aufbaut, die Beweglichkeit verbessert und Gelassenheit bringt – ideal, um den Alltag hinter sich zu lassen und in die eigene Mitte zu finden.

Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und etwas zum Trinken mit.

3242

Mo, ab 17.2., 19–20:15 Uhr, 12 x
nicht am 19.5. und 26.5.

Plattenhardt, Musikpavillon
€ 78 (€ 70,20)

Vinyasa Basic

Petra Nickel-Harrer, Yogalehrerin (AYA)

Sie haben noch nie Yoga gemacht, wollen es aber unbedingt einmal ausprobieren? Dann sind Sie hier genau richtig. In diesem Kurs möchte ich Ihnen Yoga Schritt für Schritt näher bringen. Mit körperlichen Übungen (Asanas) werden wir dem eigenen Körper achtsam begegnen, zur Ruhe kommen lassen, ihm Aufmerksamkeit schenken. Dabei ist es nicht wichtig, gelenkig zu sein. Sie brauchen keine Vorkenntnisse für diesen Kurs!

Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und etwas zum Trinken mit.

3243

Di, ab 18.2., 8:30–10 Uhr, 16 x
nicht am 27.5.

Plattenhardt, Schillerhalle
€ 124,80 (€ 112,30)

Rücken-Yoga

Susanne Bauer, Yogalehrerin (BYV)

Schenke Dir selbst Kräftigung, Dehnung, Entspannung, bewusstes Atmen, Körperwahrnehmung, Stressabbau, zur Ruhe kommen.

Genieße am Beginn eine Achtsamkeitsübung, Atemtechniken, um zu entspannen und loszulassen und am Ende eine wunderbare Tiefenentspannung.

- Für Menschen mit und ohne Rücken- oder Gelenkbeschwerden
- Für einen starken und entspannten Rücken
- Für mobile und stabile Gelenke
- Für einen achtsamen Alltag mit Rücken und Gelenken

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

3244

Mi, ab 26.2., 17–18:30 Uhr, 14 x
nicht am 25.6.

Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 109,20 (€ 98,30)

Yoga Work In – die Ruhe in uns

NEU

Susen Reutter, Yoga-Lehrerin

Yoga ist ein ganzheitliches Übungssystem und gründet auf einer engen Verbindung von Körper, Geist und Seele. Mit Atem- und Körperübungen aus dem Hatha-Yoga erfahren wir die innere Ruhe und fördern gleichzeitig Beweglichkeit, Kraft und Balance. Jede Übungsstunde endet mit einer Phase der Stille und Entspannung.

Gerne mit Vorkenntnissen und Offenheit für Mantras & Chakras & Yogaphilosophie.

Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und etwas zum Trinken mit.

3246

Mi, ab 19.2., 18:30–19:45 Uhr, 14 x
Bonlanden, Bildungszentrum Seefälle,

Kleinturnhalle
€ 91 (€ 81,90)

Yoga nach Yesudian

Christiane Köhler, Yoga-Lehrerin (BDY)

Sie erleben eine sanfte Yogapraxis in ruhiger Atmosphäre.

Elemente, die zur Stunde gehören, sind Körperübungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama), Tiefenentspannungen und Meditationen.

Yesudian-Yoga ist ein gutes Beispiel dafür, dass Yoga ganzheitlich wirkt. Beschwerden, die durch Stress im Beruf und in der Freizeit verursacht worden sind, werden gelindert. Sie bekommen wieder neue Kraft und Energie.

Der Kurs ist für Anfänger*innen und Menschen aller Altersgruppen geeignet.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Matte, Yogakissen (falls vorhanden), warme Socken und ein Getränk.

3248

Mi, ab 12.3., 9:15–10:45 Uhr, 13 x nicht am 25.6.

Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 101,40 (€ 91,30)

Yoga mit Faszienübungen

Entdecke Deine Möglichkeiten mit Yoga Faszientraining

Dina Otto, Yoga-Lehrerin (AYA)

Der sanfte Weg für mehr Beweglichkeit, Kraft und innere Ausgeglichenheit. Stressmomente des Alltags können besser verarbeitet werden, wenn der Gedankenfluss und der Körper in Harmonie leben. Dazu mobilisieren wir den ganzen Körper, um Verspannungen zu lösen und unsere Gedanken positiv zu lenken. Dabei werden ausgiebig die tiefliegenden Faszien gezielt trainiert. Die meditative Endentspannung gehört in jeder Stunde dazu, damit wir mit neuer Energie unseren Alltag bewältigen können.

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

3253

Fr, ab 21.2., 17:15–18:15 Uhr, 7 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 36,40 (€ 32,80)

Vinyasa Yoga – Go with the Flow

Birgit Härlin, Yoga-Lehrerin (Yoga Alliance USA)

Vinyasa Yoga zeichnet sich durch eine fließende Yogaklasse aus. Um einen Zugang zu Deinem Körper zu erlangen und den Alltagsgeist etwas zur Ruhe zu bringen, beginnen wir die Stunde mit dem Ankommen auf deiner Matte. Die Stunde geht über in fließende und achtsame Körperhaltungen (Asanas), die mit dem Atem verbunden werden.

Diese Praxis ist sehr abwechslungsreich und bietet viele Möglichkeiten, Deinen Körper zu stärken, zu stabilisieren und Leichtigkeit zu erlangen.

Abschließend gibt es eine erholsame Endentspannung (Shavasana), die das Ziel hat, die Energie, die durch die Praxis aktiviert wurde, im Körper zu verteilen und zu entspannen.

Yogakennnisse sollten vorhanden sein.

Bitte bringe bequeme Kleidung, Decke, Matte, Yogakissen (falls vorhanden), warme Socken und ein Getränk mit. Bitte 2 Stunden vor Kursbeginn nichts Schweres essen.

3254

Mo, ab 17.2., 18–19:15 Uhr, 12 x nicht am 31.3. und 26.5.
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 78 (€ 70,20)



Foto: Silvia Janssen, Getty Images

Yoga auf dem Stuhl – Bleibe fit im Sitzen

Anja Putscher, Yogalehrerin

Yoga auf dem Stuhl ist sowohl für ältere Menschen als auch für Menschen, die in der Bewegung eingeschränkt sind, bestens geeignet. Yoga führt zudem zu innerer Harmonie und Balance.

In dieser Yogastunde werden wir den ganzen Körper sanft bewegen und dehnen. Für die Wirbelsäule und den Schulter-/Nackbereich sind ebenfalls viele schöne Übungen mit dabei.

Am Ende der Stunde wartet eine schöne Endentspannung – also ein Rundum-Wohlfühlprogramm für Körper, Geist und Seele.

Außerdem bringe ich immer eine Atemübung mit, die Du dann mit in Deinen Alltag übernehmen kannst.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bring bequeme Kleidung, warme Socken, eine Matte und eine Decke mit.

3262

Fr, ab 24.1., 10:15–11:30 Uhr, 10 x nicht am 31.1.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 65 (€ 58,50)

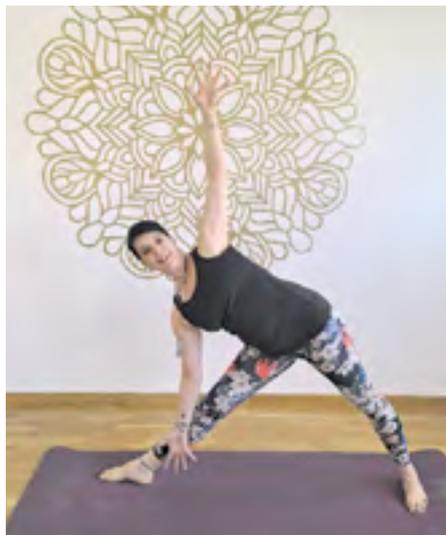


Foto: Anja Putscher

Detox Yoga: Entgiften – Loslassen – Entspannen

Anja Putscher, Yogalehrerin

Mit frischer Energie gut in den Frühling starten!

Dich erwartet eine fließende Vinyasa Stunde, in der mit vielen Drehungen und passenden Atemtechniken die Organe zur Entgiftung angeregt werden. Die Organe werden gestreckt, zusammengepresst und gedreht.

So entsteht das sog. „Schwammprinzip“, „Altes“ wird „ausgewrungen“, damit sich dann die Organe wieder mit frischem, nährstoffreichem Blut füllen können. Wir starten sanft und genießen hinterher eine wohltuende Entspannung. Der Abschluss ist ein Glas warmes Zitronen- oder Ingwerwasser.

Ein Wohlfühlpaket für Körper, Geist und Seele. Sei mit dabei. Ich freue mich!

3294

So, 9.3., 10–12 Uhr
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 10,40 (€ 9,40)

Sommer-Yoga Flow

Dina Otto, Yoga-Lehrerin (AYA)

Sommer bedeutet Lebendigkeit und Bewegung. Mit einer harmonisierenden Sommer-Yogapraxis finden wir zu uns und bleiben auch in der High-Energy-Zeit in Balance. Mit Elementen aus Vinyasa Yoga und Faszientraining. Vorkenntnisse in Yoga erforderlich.

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

3295

Fr, ab 1.8., 17:15–18:15 Uhr, 7 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 36,40 (€ 32,80)

ONLINE

Feldenkrais® – entdecken Sie neue Möglichkeiten in Ihren Bewegungen



Zeljka Crnogaj

Sie möchten sich wieder leichter bewegen können oder sich Ihre Beweglichkeit

ein Leben lang erhalten? Fangen Sie jetzt damit an. Es ist nie zu früh Verspannungen und Abnutzungen vorzubeugen und nie zu spät zu lernen, dass Ihr Körper auch anders kann.

Wieder gerne Spazieren, Wandern gehen, leicht Treppen steigen können, Fahrrad fahren, tanzen, Ihren Lieblingssport leicht und effektiv ausführen können, Ausdauer und Konzentration steigern, ungünstige Bewegungen erkennen und Alternativen erlernen, Körper und Geist anregen.

Das Alles können Sie entspannt, meist im Liegen auf der Matte, mit Leichtigkeit und Freude üben und lernen, frei nach dem Motto von Moshé Feldenkrais:

„Das Unmögliche möglich, das Mögliche leicht und das Leichte elegant machen.“

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und legen Sie sich eine Matte, eine Decke, evtl. warme Socken und etwas zu trinken bereit.

3576

Mo, ab 17.2., 10–11 Uhr, 7 x
Online-Zoom-Raum 11
€ 43,90 (€ 39,50)

3576A

Mo, ab 5.5., 10–11 Uhr, 10 x
Online-Zoom-Raum 11
€ 62,70 (€ 56,40)



Foto: Krakenimages, unsplash

Pilates und Rückentraining



Beata Hofmann, staatl. geprüfte Physio- und Sporttherapeutin

Die Pilates-Methode ist ein System aus Dehnungs- und Kräftigungsübungen, ausgehend von der Körpermitte (tiefe Bauchmuskeln, Muskeln rund um die Wirbelsäule/Powerhouse). In ruhig konzentriertem Fluss, unterstützt von begleitender Atemtechnik, wird trainiert und mit sehr feinen und genauen Korrekturen an eingefahrenen Bewegungsmustern und Schwachpunkten gearbeitet.

Durch das Zusammenspiel von Körper und Geist werden die Muskeln kräftig und geschmeidig, Körper und Ausstrahlung gestärkt und letztendlich äußere und innere Flexibilität und Gleichgewicht erhöht.

Bitte legen Sie sich eine Matte, ein Handtuch und etwas zu Trinken bereit.

3556

Mi, ab 19.2., 19–20 Uhr, 19 x
Online-Zoom-Raum 11
€ 93,80 (€ 84,40)

Raus aus dem Gedankenkarussell – Mehr Gelassenheit im Alltag



Susanne Schuhbauer, Entspannungs- und Vitalitätstrainerin

In der Routine des Alltags bleibt oft wenig Zeit, um aufmerksam mit sich selbst umzugehen.

Durch gezielte Bewegungen und einfache Atemübungen lernen Sie Ihre innere Kraft zu aktivieren und gut für sich zu sorgen, damit Sie den Alltag mit Leichtigkeit annehmen können.

In diesem Kurs bauen Sie Stress ab und bringen so wieder Gelassenheit und neue Energie in Ihren Alltag.

In jeder Stunde erlernen Sie einfache Tools, die Sie leicht in Ihre Alltagsroutine einbauen können. Eine geführte Meditation schließt die Stunde ab.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und legen Sie sich eine Decke/Matte und ein Getränk bereit.

3587

Mi, ab 19.2., 19:30–20:30 Uhr, 5 x
Online-Zoom-Raum 14
€ 31,30 (€ 27,60)

Online: Harmonisch und entspannt durch die Wechseljahre



mit Jin Shin Jyutsu – Kleingruppe

Diana Schmid, Shiatsu- und Akupressur-Therapeutin, Jin-Shin-Jyutsu-Praktikerin

Harmonisch und entspannt durch die Wechseljahre!

Wir stellen unsere körperliche und emotionale Balance wieder her und erleben ein neues Gefühl von Wohlbefinden durch gezielte Handgriffe und Energieausgleich.

Entdecken Sie das Geheimnis des Wohlbefindens während der Wechseljahre mit Jin Shin Jyutsu. In diesem Kurs lernen Sie die sanfte Kunst der Energieharmonisierung kennen, um die Herausforderungen dieser Lebensphase auf natürliche Weise zu meistern. Tauchen Sie ein in die Welt der Selbstheilung durch einfache Handgriffe und erleben Sie die transformative Kraft von Jin Shin Jyutsu. Für mehr Balance, Ruhe und Vitalität in den Wechseljahren.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und legen Sie sich ein Kissen, eine Decke oder eine Yogamatte bereit.

3588

Mo, ab 5.5., 18:15–19:45 Uhr, 5 x
Online-Zoom-Raum 14
€ 68 (€ 61,20)

Online-Workshop: Kurzkurs Jin Shin Jyutsu

Kleingruppe



Diana Schmid, Shiatsu- und Akupressur-Therapeutin, Jin-Shin-Jyutsu-Praktikerin

Jin Shin Jyutsu ist eine einzigartige Methode zur Selbsthilfe, die auf der Idee beruht, dass unser Körper von Energiebahnen durchzogen ist, die bei Blockaden Schmerzen und Symptome verursachen können. Durch das Lösen dieser Blockaden und das Ausbalancieren des Energieflusses im Körper kann Jin Shin Jyutsu bei einer Vielzahl von Beschwerden helfen und als Präventivmaßnahme eingesetzt werden. Um Jin Shin Jyutsu zu praktizieren, können Sie Ihre Hände auf bestimmte Körperstellen legen, um den Energiefluss im Körper auszugleichen. Jeder Punkt hat einen spezifischen Zweck und hilft bei verschiedenen Beschwerden.

Die gute Nachricht ist, dass jeder die Grundlagen von Jin Shin Jyutsu erlernen und überall zu jeder Zeit anwenden kann.

Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet, auch für Kinder und Jugendliche.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung

3589

Mo, 24.3., 18:15–19:45 Uhr
Mo, 31.3., 18:15–19:45 Uhr
Mo, 7.4., 18:15–19:45 Uhr
Online-Zoom-Raum 16
€ 42 (€ 37,80)

FITNESS & BEWEGUNG: GESUNDHEIT GEMEINSAM ERLEBEN



Fachbereichsleitung: Elisa Fischer, Germanistin und Historikerin
Assistenz: Sandra Kalestra

Kurse mit Gymnastikmatten

Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Ihre eigene Matte mit zum Kurs.

Vielen Dank!

OUTDOOR

Nordic Walking

Fortgeschrittene – gute Grundkondition erforderlich

Heike Freudenmann, Nordic Walking Trainerin, Fitnesstrainerin C (Akademie für Sport und Gesundheit)

Nordic Walking bringt durch den aktiven Arm- und Stockeinsatz den gesamten Bewegungsapparat sowie das Herz-Kreislauf-System in Schwung. Diese Outdoor-Sportart ist für jede*n geeignet, effektiv und gelenkschonend, denn die Stöcke geben zusätzlichen Halt und verbessern die Körperhaltung. Neben dem Erlernen der richtigen Technik runden Übungen für Rücken, Schulter und Beine die Stunde ab.

Nordic Walking in der Gruppe macht Spaß und verhilft zu einem guten Körpergefühl. Die gute Waldatmosphäre wirkt sich positiv auf unser Immunsystem aus. Dieser Kurs richtet sich an Fortgeschrittene mit einer guten Grundkondition.

Bitte bringen Sie wetterangepasste Kleidung, geeignete Schuhe und eigene Nordic Walking Stöcke mit.

3530

Mi, ab 12.3., 18–19:15 Uhr, 10 x
Plattenhardt, Weilerhau, Parkplatz vor Höhengsporthalle
€ 61,60 (€ 55,50)

3530A

Mi, ab 25.6., 17:30–18:45 Uhr, 9 x
Plattenhardt, Weilerhau, Parkplatz vor Höhengsporthalle
€ 55,50 (€ 49,90)

GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN

Die Geschenkidee für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Nordic Walking

Anfänger

Heike Freudenmann, Nordic Walking Trainerin, Fitnesstrainerin C (Akademie für Sport und Gesundheit)

Nordic Walking bringt durch den aktiven Arm- und Stockeinsatz den gesamten Bewegungsapparat sowie das Herz-Kreislauf-System in Schwung. Diese Outdoor-Sportart ist für jede*n geeignet, effektiv und gelenkschonend, denn die Stöcke geben zusätzlichen Halt und verbessern die Körperhaltung. Neben dem Erlernen der richtigen Technik runden Übungen für Rücken, Schulter und Beine die die Stunde ab.

Nordic Walking in der Gruppe macht Spaß und verhilft zu einem guten Körpergefühl. Die gute Waldatmosphäre wirkt sich positiv auf unser Immunsystem aus.

Bitte bringen Sie wetterangepasste Kleidung, geeignete Schuhe, eigene Nordic Walking Stöcke und gegebenenfalls eine Stirnlampe mit.

3531

Do, ab 27.3., 19:30–20:45 Uhr, 6 x
Treffpunkt Plattenhardt, Wanderparkplatz Uhlbergturm
€ 37 (€ 33,30),

3531A

Do, ab 3.7., 19:30–20:45 Uhr, 6 x
Treffpunkt Plattenhardt, Wanderparkplatz Uhlbergturm
€ 37 (€ 33,30)



Foto: Sandra Kalestra

Nordic Walking – Neueinsteiger*innen und Anfänger*innen willkommen

Heike Freudenmann, Nordic Walking Trainerin, Fitnesstrainerin C (Akademie für Sport und Gesundheit)

Nordic Walking bringt durch den aktiven Arm- und Stockeinsatz den gesamten Bewegungsapparat sowie das Herz-Kreislauf-System in Schwung. Diese Outdoor-Sportart ist für jede*n geeignet, effektiv und gelenkschonend, denn die Stöcke geben zusätzlichen Halt und verbessern die Körperhaltung. Neben dem Erlernen der richtigen Tech-

nik runden Übungen für Rücken, Schulter und Beine die die Stunde ab.

Nordic Walking in der Gruppe macht Spaß und verhilft zu einem guten Körpergefühl. Die gute Waldatmosphäre wirkt sich positiv auf unser Immunsystem aus.

Diese Stunde ist für Anfänger*innen und Neueinsteiger*innen geeignet.

Bitte bringen Sie wetterangepasste Kleidung, geeignete Schuhe und Ihre eigenen Stöcke mit.

3532

Fr, ab 14.3., 9–10 Uhr, 8 x
Plat., Weilerhau, Parkplatz vor Höhensporthalle
€ 39,40 (€ 35,50)

3532A

Fr, ab 27.6., 9–10 Uhr, 6 x
Plat., Weilerhau, Parkplatz vor Höhensporthalle
€ 29,60 (€ 26,60)

Sportlicher Walk mit Fitnesstraining in den Streuobstwiesen



Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Wir machen einen sportlichen Walk mit abwechslungsreichen Kraft- und Ausdauerübungen an einzelnen Haltepunkten und ganz nebenbei erleben wir die besondere Atmosphäre der Obstwiesen im ausgehenden Winter.

Bitte ziehen Sie lockere, wetterangepasste Kleidung und Sportschuhe an und bringen Sie ein Getränk mit.

3308

Sa, 22.2., 10–11 Uhr
Treffpunkt: Hasenheim Bonlanden
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Achtsamkeitsspaziergang durch die blühenden Streuobstwiesen



Ein meditativer Spaziergang mit allen Sinnen

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Eine Meditation in und mit der Natur durch die Streuobstwiesen. Ein Spaziergang, bei dem wir ganz bewusst mit allen Sinnen wahrnehmen, immer wieder auch die Aufmerksamkeit auf den Atem lenken und die Wiese, die Bäume als Meditationsobjekt mit reinnehmen.

Bitte ziehen Sie lockere, wetterangepasste Kleidung und Sportschuhe an und bringen Sie ein Getränk mit.

3309

Sa, 12.4., 15–16 Uhr
Treffpunkt: Unterhalb Friedhof Plattenhardt
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Beachten Sie auch unsere Veranstaltung „Besuch bei Doktor Wald – die positive Wirkung der Natur“ (1392) auf S. 45 und unsere Kräuterwanderungen (3634–3639) auf S. 17

FITNESSWOCHE



Foto: Sandra Kalestra

Fitness-Woche zum Sommerende

Nadja Beinschrodt, vhs-Physiotherapeutin, staatlich geprüfte Übungsleiterin C, Speedo® Aqua Fitness Instructor, Sandra Kalestra, staatlich anerkannte Übungsleiterin B Prävention und C Fitness und Gesundheit, Speedo® Aqua Fitness Instructor, Stretching Instructor, DTB-Rückentrainerin, ÜL B Rehasport

Sommersonnenlaune und Lust auf aktiv sein und Bewegung mit viel Abwechslung? Dann ist diese Woche vielleicht genau richtig für Sie!

Wir machen eine Woche lang jeden Abend eine andere Übungseinheit, natürlich mit Musik. Das Training beinhaltet die drei Komponenten Ausdauer, funktionelles Kräftigen und Dehnen sowie verschiedene Entspannungsformen.

MO: Fitnessmix mit Pezzi-Ball, Aero-Step

DI: Walking/Nordic Walking – Treffpunkt Parkplatz Höhensporthalle – wir walken in jedem Fall, auch bei sehr schlechtem Wetter/Regen. Wer hat, kann gerne Stöcke mitbringen, es geht aber auch ohne.

MI: Pilates

DO: Aquafitness – Kleinschwimmbad Plattenhardt, Am Weilerhau (nur bis 19:30 Uhr)

FR: Fatburner

3318

Mo, 15.9.–Fr, 19.9., 18–19:30 Uhr, 5 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 37 (€ 33,30)

Eine Studie belegt: vhs macht gesünder

„Lässt sich die Verbesserung der Gesundheit durch vhs Entspannungskurse wissenschaftlich belegen?“ lautet die zentrale Frage einer Studie, die das Uni-Klinikum Hamburg-Eppendorf im Auftrag des Deutschen Volkshochschul-Verbandes und mit Förderung der Ersatzkassen durchgeführt hat. Befragt wurden zu Kursbeginn, zum Kursende und nach drei Monaten bundesweit über 1.000 Teilnehmer*innen aus 132 Kursen (Yoga, Tai Chi, Qi Gong, Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung).

Ergebnis: Die Kurse verbessern die gesundheitsbezogene Lebensqualität und vermindern psychische und körperliche Beschwerden signifikant. Der Gesundheitsgewinn trat bei Männern und Frauen, Anfängern*innen und Fortgeschrittenen, Jüngeren und Älteren gleichermaßen ein und hielt sogar noch nach drei Monaten an.



MEN ONLY



Gesunde Männerymnastik 60+

Sandra Kalestra, staatlich anerkannte Übungsleiterin B Prävention und C Fitness und Gesundheit, Speedo® Aqua Fitness Instructor, Stretching Instructor, DTB-Rückentrainerin, ÜL B Rehasport
Ein Programm für Männer mit abwechslungsreichen Übungen, die zugleich fordern, aber auch gut tun. Jeder verbessert auf seinem Niveau Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit sowie koordinative Fähigkeiten wie Gleichgewicht und Reaktion. Auch das Training für unser Gehirn kommt nicht zu kurz – wir treffen auf Übungen, die die Verbindung beider Gehirnhälften ansprechen und dadurch die Konzentrations- und Merkfähigkeit verbessern können.

Bitte bringen Sie ein Getränk und Hallenschuhe mit.

3319

Mo, ab 17.2., 9–10 Uhr, 11 x
Nicht am 24.3.
Plattenhardt, Musikpavillon
€ 54,30 (€ 48,80)

Gesunde Männerymnastik 60+ Outdoor

Sandra Kalestra, staatlich anerkannte Übungsleiterin B Prävention und C Fitness und Gesundheit, Speedo® Aqua Fitness Instructor, Stretching Instructor, DTB-Rückentrainerin, ÜL B Rehasport
Ein Programm für Männer mit abwechslungsreichen Übungen, die zugleich fordern, aber auch gut tun. Jeder verbessert auf seinem Niveau Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit sowie koordinative Fähigkeiten wie Gleichgewicht und Reaktion. Auch das Training für unser Gehirn kommt nicht zu kurz – wir treffen auf Übungen, die die Verbindung beider Gehirnhälften ansprechen und dadurch die Konzentrations- und Merkfähigkeit verbessern können – und das Ganze findet draußen statt. Wir sind im Wald unterwegs und widmen uns dort unseren „Aufgaben“.

Tragen Sie bitte dem Wetter angepasste Kleidung und bringen Sie eventuell ein Getränk mit.

3320

Mo, ab 23.6., 9–10 Uhr, 6 x
Plattenhardt, Musikpavillon
€ 29,60 (€ 26,60)

Only for Men: Funktioneller Fitnessmix

Annette Schmitz, staatlich geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin

Ein gesundheitsgerechtes Fitnessprogramm speziell für Männer: Konditionstraining mit Trainingsmethoden der verschiedensten Sportarten (Zirkeltraining, Power-Stretching, Funktions- und Kräftigungsgymnastik) sowie Muskeltraining (Rücken-, Brust- und Bauchmuskulatur).

Bitte bringen Sie Handtuch, Matte, Getränk und Turnschuhe mit.

3323

Di, ab 18.2., 20:30–21:45 Uhr, 14 x
Nicht am 3.6.
Bonlanden, Waldorfschule, Sporthalle Gutenhalde
€ 86,40 (€ 77,70)

BESONDERES

Indoor/Outdoor: Power-Workout

Kurz, aber knackig

Sandra Kalestra, staatlich anerkannte Übungsleiterin B Prävention und C Fitness und Gesundheit, Speedo® Aqua Fitness Instructor, Stretching Instructor, DTB-Rückentrainerin, ÜL B Rehasport, Nadja Bejnschrodt, vhs-Physiotherapeutin, staatlich geprüfte Übungsleiterin C, Speedo® Aqua Fitness Instructor

Dieses Angebot richtet sich an alle, die sich am Ende des Arbeitstags nochmal richtig auspowern und sich spüren wollen. Nach einem kurzen Aufwärmen gestalten wir unser Workout mit Tabatas, einer der effektivsten Varianten des HIIT (High Intensity Intervall Training). Kurze Phasen mit hoher Intensität wechseln sich mit noch kürzeren Pausen ab. Ein Tabata dauert insgesamt vier Minuten und besteht aus acht Intervallen. Unterstützt durch motivierende, mitreißende Musik nehmen wir uns je Tabata gezielt einzelne Muskelgruppen vor. Wir beenden das Workout mit Lockerungs- und Faszienübungen, um anschließend rundum bewegt den Feierabend zu genießen. Eine gewisse Grundfitness sollte vorhanden sein.

Die Kursleiterinnen unterrichten im Wechsel.

Bitte mitbringen: Handtuch, Matte, Getränk und Turnschuhe.

3325

Do, ab 20.2., 18:15–19 Uhr, 16 x
Plattenhardt, Musikpavillon
€ 59,20 (€ 53,30)



Foto: Sandra Kalestra

FLEXI-BAR®

Fit bis in die Tiefe

Jolita Korth, Bewegungspädagogin, Energy Dance®-Trainerin, FLEXI-BAR®-Trainerin

Bei allen Übungen mit dem schwingend vibrierenden Flexi-Bar® werden in ausgeglichenem Maß zahlreiche Muskelgruppen sehr effektiv gekräftigt (Schulter- und Bauchmuskulatur, tief- und medial liegende Rückenstrecker und Beckenboden). Der Effekt: Mehr Kraft, Ausdauer, Koordination und Gleichgewichtssinn, Kräftigung des Bindegewebes, Fettverbrennung, Haltungverbesserung, Ausgleich von Dysbalancen, Abbau von Nacken- und Rückenverspannungen, Verbesserung des Stoffwechsels und Stabilisierung von Herz und Kreislauf.

Egal wie fit Sie sind: Erleben Sie, wie gut es Ihnen tut und wie viel Spaß das macht!

Bitte bringen Sie Handtuch, Matte, Getränk und Turnschuhe mit.

3326

Do, ab 20.2., 18:30–19:30 Uhr, 10 x
Bonlanden, Waldorfschule, Sporthalle Gutenhalde
€ 58,70 (€ 52,80)

Barre Workout

Das Training mit Elementen aus dem Ballett, Pilates, Yoga und Gewichtstraining

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Dieses ästhetische und vielfältige Ganzkörpertraining verbrennt Körperfett mit gezieltem Muskelaufbau. Die Haltung wird verbessert, Arme, Beine, Bauch und Po werden gestrafft. Die Bewegungen sind fließend, eine optimale Verbindung von Tanz und Workout. In Verbindung mit Musik, mal ruhiger, mal dynamischer, kannst Du Energie tanken und mit Schwung dem Alltagsstress entkommen.

Bitte eigene Matte, Schläppchen oder Stoppersocken, Getränk und Handtuch mitbringen.

3329

Mo, ab 28.4., 20:15–21:15 Uhr, 8 x
Nicht am 2.6.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 34,50 (€ 31,10)

DANCE



Foto: Danielle Cerullo, unsplash

Energy Dance® Sport & Musik

Jolita Korth, Bewegungspädagogin, Energy Dance®-Trainerin, FLEXI-BAR®-Trainerin

Energy Dance® passt zu Menschen, die Lust auf Bewegung, Rhythmus und Musik haben. Komplizierte Bewegungsabläufe oder Schrittfolgen gibt es dabei nicht. Dafür viel Spaß, Power und Flow – gut für das Herz-Kreislauf-System, die Muskulatur, die Beweglichkeit, die natürliche Koordinationsfähigkeit, den Bewegungsfluss und die Körperwahrnehmung.

Drum raus aus dem Kopf, rein in den Körper – machen Sie einfach mit!

Bitte bringen Sie Handtuch, Matte, Turnschuhe und ein Getränk mit.

3335

Mo, ab 17.2., 17:45–18:45 Uhr, 15 x
Harthausen, Jahnschule, Gymnastikraum
€ 74 (€ 66,60)

Dance fit

NEU

Sara Scollo

Tauche ein in die Welt des Tanzens! Hier wird zu verschiedenen Musikrichtungen getanzt und dabei ganz nebenbei die Ausdauer trainiert. Ohne es zu merken, werden Kalorien verbrannt und man kommt ordentlich ins Schwitzen.

Dieser Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet und bietet eine perfekte Gelegenheit, Spaß an der Musik und der Bewegung zu haben.

Lass den Alltag hinter Dir und genieße die Freude am Tanzen!

Bitte mitbringen: Sportkleidung und -schuhe, Handtuch, Getränk.

3344

Do, ab 20.2., 19–20 Uhr, 12 x
Plattenhardt, Weilerhauhalle
€ 68,80 (€ 61,90)

IM TREND: STEP, PILATES & CO

Step und Toning

Mit Rhythmus fit und für eine gute Figur

Annette Schmitz, staatlich geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin

Dieser Kurs bietet eine Kombination aus Step-Aerobic zur Stärkung von Herz und Kreislauf, Kräftigung der Bein- und Po-Muskulatur und optimalen Fettverbrennung. Außerdem trainieren wir die Bauch- und Oberkörpermuskulatur, so dass als angenehmer Nebeneffekt auch die Figur geformt wird.

Bitte bringen Sie Handtuch, Matte, Turnschuhe und ein Getränk mit.

3340

Do, ab 20.2., 9:30–10:45 Uhr, 13 x
Plattenhardt, Weilerhauhalle
€ 80,20 (€ 72,10)

Pilates für Menschen ohne oder mit wenig Vorkenntnissen

Beweglichkeit, Muskelkräftigung, Entspannung

Beata Hofmann, staatl. geprüfte Physio- und Sporttherapeutin

Die Pilates-Methode ist ein System aus Dehnungs- und Kräftigungsübungen, ausgehend von der Körpermitte (tiefe Bauchmuskeln, Muskeln rund um die Wirbelsäule/Powerhouse). In ruhig konzentriertem Fluss, unterstützt von begleitender Atemtechnik, wird trainiert und mit sehr feinen und genauen Korrekturen an eingefahrenen Bewegungsmustern und Schwachpunkten gearbeitet.

Durch das Zusammenspiel von Körper und Geist werden die Muskeln kräftig und geschmeidig, Körper und Ausstrahlung gestärkt und letztendlich äußere und innere Flexibilität und Gleichgewicht erhöht.

Es wird ohne Schuhe geübt. Bitte bringen Sie ein Handtuch, eine Matte und Anti-Rutsch-Socken mit.

3354

Mi, ab 19.2., 17–18 Uhr, 19 x
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, Pavillon
€ 93,80 (€ 84,40)

Pilates für Menschen ohne oder mit Vorkenntnissen

Beata Hofmann, staatl. geprüfte Physio- und Sporttherapeutin

Die Pilates-Methode ist ein System aus Dehnungs- und Kräftigungsübungen, ausgehend von der Körpermitte (tiefe Bauchmuskeln, Muskeln rund um die Wirbelsäule/Powerhouse). In ruhig konzentriertem Fluss, unterstützt von begleitender Atemtechnik, wird trainiert und mit sehr feinen und genauen Korrekturen an eingefahrenen Bewegungsmustern und Schwachpunkten gearbeitet.

Durch das Zusammenspiel von Körper und Geist werden die Muskeln kräftig und geschmeidig, Körper und Ausstrahlung gestärkt und letztendlich äußere und innere Flexibilität und Gleichgewicht erhöht.

Es wird ohne Schuhe geübt. Bitte bringen Sie ein Handtuch, eine Matte und Anti-Rutsch-Socken mit.

3355

Do, ab 20.2., 20:20–21:20 Uhr, 16 x
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, Pavillon
€ 79 (€ 71,10)



Foto: Nature zen, unsplash

Pilates und Rückentraining



Beata Hofmann, staatl. geprüfte Physio- und Sporttherapeutin

Die Pilates-Methode ist ein System aus Dehnungs- und Kräftigungsübungen, ausgehend von der Körpermitte (tiefe Bauchmuskeln, Muskeln rund um die Wirbelsäule/Powerhouse). In ruhig konzentriertem Fluss, unterstützt von begleitender Atemtechnik, wird trainiert und mit sehr feinen und genauen Korrekturen an eingefahrenen Bewegungsmustern und Schwachpunkten gearbeitet.

Durch das Zusammenspiel von Körper und Geist werden die Muskeln kräftig und geschmeidig, Körper und Ausstrahlung gestärkt und letztendlich äußere und innere Flexibilität und Gleichgewicht erhöht.

Bitte legen Sie sich eine Matte, ein Handtuch und etwas zum Trinken bereit.

3356

Mi, ab 19.2., 19–20 Uhr, 19 x
Online-Zoom-Raum 11
€ 93,80 (€ 84,40)

FITNESS



Foto: Geert Pieters, unsplash

Body-Shaping

Figurgymnastik in allen Variationen

Annette Schmitz, staatlich geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin

Nicht nur die Figur zählt, sondern auch gesundheitliche Aspekte: Wir arbeiten mit den verschiedensten Gymnastikformen zur Stärkung von Herz und Kreislauf, Kräftigung der Muskulatur und optimalen Fettverbrennung (Stretching, Aerobic, Bauch-Beine-Po, Body-Toning usw.). Wir kräftigen die Bein- und Po-Muskulatur und trainieren die Bauch- und Oberkörpermuskulatur, so dass als angenehmer Nebeneffekt auch die Figur geformt wird.

Bitte bringen Sie ein Handtuch, eine Matte, ein Getränk und Turnschuhe mit.

3366

Mo, ab 17.2., 18:20–19:20 Uhr, 14 x
Nicht am 24.3.
Plattenhardt, Weilerhauhalle
€ 69,10 (€ 62,20)

3367

Mo, ab 17.2., 19:30–20:30 Uhr, 14 x
Nicht am 24.3.
Plattenhardt, Weilerhauhalle
€ 69,10 (€ 62,20)

3370

Di, ab 18.2., 19:15–20:15 Uhr, 14 x
Nicht am 3.6.
Bonlanden, Waldorfschule, Sporthalle Gutenhalde
€ 69 (€ 62,10)

Fit und aktiv in die neue Woche

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Training, das Ihren Körper von Kopf bis Fuß anspricht. Das Herz-Kreislauf-System wird aktiviert, gleichzeitig wird der gesamte Körper gekräftigt und die Beweglichkeit geschult, teilweise mit Einsatz von verschiedenen Kleingeräten. Das Training wird durch Dehnen und eine Endentspannung abgerundet. Die Stunde wird mit viel Musik aufgelockert.

Wenn es das Wetter zulässt, werden wir ab und zu auch im Freien trainieren.

Bitte bringen Sie ein Handtuch, eine Matte und feste Turnschuhe mit.

3377

Mo, ab 17.2., 19–20 Uhr, 17 x
Auch am 14.4., nicht am 2.6.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 83,90 (€ 75,50)



Fit und aktiv in den Tag

Für ein gesundes, ausgewogenes Körpergefühl

Sabine Rößler, staatl. anerk. Übungsleiterin B und Trainerin C, FLEXI-BAR®-Trainerin

Starten Sie mit einem abwechslungsreichen Bewegungsprogramm in den Tag! Ziel ist die Kräftigung der Muskulatur und Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems. Durch unsere Körperkraft und/oder den Einsatz verschiedener Trainingsgeräte verbessern wir unsere Beweglichkeit, Ausdauer und Körperhaltung.

Bitte bringen Sie Handtuch, Matte, Sportschuhe und ein Getränk mit.

3380

Di, ab 11.3., 9:20–10:20 Uhr, 14 x
Plattenhardt, Weilerhauhalle
€ 69,10 (€ 62,20)

Body & Mind – der gesunde Fitnessmix

DIE morgendliche Zeitzische zwischen Familie und Beruf

Beata Hofmann, staatl. geprüfte Physio- und Sporttherapeutin

Für viele Menschen ist es aus beruflichen oder familiären Gründen zeitlich schwierig, „reguläre“ Volkshochschulkurse am späteren Vormittag oder am Abend zu besuchen. Das Zeitformat von 7:30–8:30 Uhr bietet eine Nische am frühen Vormittag an.

Starten Sie fit und ausgeglichen in den Tag. Das vielfältige Programm umfasst Ganzkörpergymnastik mit Spannungs-, Kraft- und Koordinationsübungen, Stretch und Relax und Bauch-Beine-Po-Elemente, bei denen unterschiedliche Materialien zum Einsatz kommen.

Bitte bringen Sie Stoppersocken, Matte, ein Getränk und ein Handtuch mit.

3382

Mi, ab 19.2., 7:30–8:30 Uhr, 19 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 98,80 (€ 88,90)

Sanfte Fitnessgymnastik am Vormittag

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspädagogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body & Mind-Trainerin

Wir bringen unser Herz-Kreislaufsystem in Schwung, kräftigen mit Übungen, die sich an den Bewegungsfunktionen der Muskeln orientieren und keine negativen Auswirkungen auf die Gelenke haben und runden mit Dehnübungen, die unsere Beweglichkeit erhalten und fördern, die Stunde ab.

Bitte bringen Sie ein Kissen oder Handtuch, Matte und Turnschuhe mit.

3386

Do, ab 20.2., 10:15–11:15 Uhr, 15 x
Auch am 17.4., nicht am 5.6.
Plattenhardt, Musikpavillon
€ 74 (€ 66,60)



Foto: Elena Kloppenbrz, unsplash

Funktionelle Fitnessgymnastik

Annette Schmitz, staatlich geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin

Wenn Muskeln und Gelenke falsch oder zu stark belastet werden, kann dies zu gesundheitlichen Problemen oder gar Schädigungen führen. In der Funktionellen Gymnastik werden deshalb nur solche Übungen gemacht, die die natürliche Wirkungsweise von Muskeln und Gelenken berücksichtigen, ihnen entsprechen und sich dadurch positiv auf den Körper auswirken. So wird die allgemeine Fitness verbessert.

Das bedeutet Spaß und hervorragendes Ganzkörpertraining, in dem zu Musik Kräftigungs-, Dehnungs- und Lockerungsübungen gemacht werden. Bitte bringen Sie ein Handtuch, Getränk, Matte und Turnschuhe mit.

3387

Fr, ab 21.2., 8:45–9:45 Uhr, 13 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 64,10 (€ 57,70)

Kick-Power-Fitness

Mit Kampfsportelementen zu Musik powern, Dampf ablassen und Spaß haben

Yasmine Krumm, Fitnesstrainerin

Kick-Power-Fitness hat nichts mit Boxsport zu tun. Es ist vielmehr ein spezielles Muskelkräftigungs-, Ausdauer- und Koordinationstraining, bei dem nach der Aufwärmphase im Rhythmus der Musik schnelle, kraftvoll-dynamische Bewegungen in die Luft gestoßen werden, die an verschiedene Kampfsportarten erinnern: Kicks mit gestrecktem Bein, verschiedene Schläge mit Armen und Fäusten, Kicks mit dem Knie usw.

Dieses effiziente Workout trainiert ganz gezielt gleichzeitig Körper und Geist. Der körperliche Effekt: Kondition und Muskulatur werden aufgebaut, Fett abgebaut sowie Reaktionsvermögen und Koordinationsfähigkeit verbessert. Der psychische Effekt liegt auf der Hand: Wir spüren uns besser und fühlen uns lebendig, bauen Anspannungen ab und tanken positive Energie!

Unabhängig vom Fitnesslevel und Alter – jede*r kann durch dieses Training in eine bessere Verfassung kommen!

Bitte bringen Sie Sportkleidung und ein Getränk mit.

3388

Mo, ab 17.2., 19–20 Uhr, 17 x
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37
€ 99,70 (€ 89,70)

3389

Do, ab 20.2., 19:15–20:15 Uhr, 15 x
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, Pavillon
€ 88 (€ 79,20)

Move your body

Renate Singer, staatlich geprüfte Fachübungsleiterin F (Fitness und Gesundheit)

Funktionelle Körperkräftigung, Mobilisation und Dehnung, unterstützt durch passende Musik – diese Bausteine des Trainings machen Sie fit und geben Ihnen so ein neues Bewusstsein für Ihren Körper (zurück).

Freuen Sie sich auf ein abgerundetes, gesundheitsförderndes und ganzheitliches Trainingsprogramm, das sich an den anatomischen und physiologischen Bedingungen des Organismus orientiert, die Psyche positiv beansprucht und Spaß macht!

Bitte bringen Sie ein Handtuch, eine Matte, ein Getränk und Turnschuhe mit.

3392

Mi, ab 19.2., 19–20 Uhr, 14 x
Nicht am 2.4. und 28.5.
Plattenhardt, Weilerhauhalle
€ 69,10 (€ 62,20)

3393

Do, ab 20.2., 19:15–20:15 Uhr, 14 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 69,10 (€ 62,20)

GESUNDER RÜCKEN



Foto: cuttersnap, unsplash

Wirbelsäulengymnastik Body-Power-Fit, Fortgeschrittenenkurs

Peter C. Tusch, (Sport-)Physiotherapeut, Chirogymnast, Rebody FTCoach

Vorbeugen ist einfacher, als Schädnen zu heilen: Wirbelsäulengymnastik Body-Power-Fit ist eine auch für den Rücken hervorragende Ganzkörpergymnastik mit ausdauerintensiven Spannungs- und Kraftübungen, basierend auf der Grundlage der orthopädischen Wirbelsäulengymnastik, Stretch und Relax- und Bauch-Beine-Po-Elementen. Ein Rundumprogramm für alle, die fit werden oder bleiben möchten.

Mit Hilfe verschiedener Materialien wie Pezziball, Thera-Band®, Stäben, FLEXI-BAR® etc. erfolgt eine Kräftigung und Dehnung der Muskulatur. Koordinationsübungen sollen die Mobilität der Wirbelsäule erhalten bzw. verbessern. Bei ernsthaften oder akuten Beschwerden ist der Kurs für Sie nicht geeignet. Mit Inhalten aus „REBODY Fitness“ (Info: www.rebody.eu). Dieser Kurs ist für alle geeignet, die bereits einen Grundkurs beim Kursleiter absolviert haben.

Bitte bringen Sie Stoppersocken, ein Getränk, eine Matte und ein Handtuch mit.

3417

Mo, ab 10.3., 17:45–18:45 Uhr, 16 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 83,20 (€ 74,90)

Aldorado

Genieße die Vielfalt.

Das ideale Programm für Entspannung und Action



- » Erlebnisbad
- » 5-Sterne-Saunalandschaft
- » 5-Sterne Fitness-Club
- » Freibad

Aldorado

SPORT- UND ERLEBNISBAD PULCOA AND CENTER | AUSTRIEN | 50100 | HOTEL WILDFELDEN | AUSTRIEN
www.aldorado.de



Fitness & Bewegung: Gesundheit gemeinsam erleben				
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit und gesund im Alltag 60+ 3463: 9 Uhr, Plat. Ab 17.2.25, 17 x	Fit und aktiv in den Tag 3380: 9:20 Uhr, Plat. Ab 11.3.25, 14 x	Body & Mind – der gesunde Fitnessmix 3382: 7:30 Uhr, Plat. Ab 19.2.25, 19 x	Fit und entspannt 55+ 3456: 8:45 Uhr, Plat. Ab 20.2.25, 14 x	Funktionelle Fitnessgymnastik 3387: 8:45 Uhr, Plat. Ab 21.0.25, 13 x
Gesunde Männergymnastik 60+ 3319: 9 Uhr, Plat. Ab 17.2.25, 11 x 3320 outdoor: 9 Uhr, Plat. Ab 23.6.25, 6 x	Fit, beweglich und entspannt 3461: 10 Uhr, Plat Ab 18.2.25, 17 x	Schmerzfrei-Übungen nach der Liebscher & Bracht® Methode 3443: 13 Uhr, Plat. Ab 12.3.25, 8 x 3444: 11 Uhr, Bonl. Ab 25.6.25, 4 x	Step und Toning 3340: 9:30 Uhr, Plat. Ab 20.2.25, 13 x	60/70 plus Selbstständig durch den Alltag 9 Uhr, Hart. 3464: 14.3.25, 2 x 3465: 11.4.25, 2 x 3467: 9.5.25, 2 x 3466: 27.6.25, 2 x
Energy Dance® 3335: 17:45 Uhr, Hart. Ab 17.2.25, 15 x	Bewegungs-Routine 3445: 17:10 Uhr, Plat. Ab 11.3.25, 10 x	60+ Ausgleichs-Gymnastik 3462: 15:30 Uhr, Bern. Ab 19.2.25., 10 x	Sanfte Fitnessgymnastik am Vormittag 3386: 10:15 Uhr, Plat. Ab 20.2.25, 16 x	60/70-plus stabil und mobil 3468: 10:30 Uhr, Hart. Ab 21.2.25, 14 x
Wirbelsäulengymnastik Body-Power-Fit 3417: 17:45 Uhr, Plat. Ab 10.3.25, 16 x	Übungen nach Liebscher-Bracht® 3442: 19:05 Uhr, Plat. Ab 11.3.25, 10 x	Pilates 3354: 17 Uhr, Bern. Ab 19.2.25, 19 x	Line Dance Slow-Motion 3878: 17 Uhr, Plat. Ab 13.3.25 14 x	Tanzen – Standard und Latein für Anfänger und Wiedereinsteiger 3868: 18:30 Uhr, Plat. Ab 14.3.25, 14 x
Body-Shaping 3366: 18:20 Uhr, Plat. Ab 17.2.25, 14 x	Body-Shaping 3370: 19:15 Uhr, Bonl. Ab 18.2.25, 14 x	Move your body 3392: 19 Uhr, Plat. Ab 19.2.25, 14 x	55+ Fit und entspannt 3457: 18 Uhr, Hart. Ab 20.2.25, 14 x	Tanzen quer Beet für geübte Paare 3869: 20 Uhr, Plat. Ab 14.3.25, 14 x
Kick-Power-Fitness 3388: 19 Uhr, Plat. Ab 17.2.25, 15 x	Only for Men: Funktioneller Fitnessmix 3323: 20:30 Uhr, Bonl. Ab 18.2.25, 14 x	Line Dance Slow-Motion 3876: 17 Uhr, Plat. Ab 19.3.25, 14 x	Line Dance Fortgeschittene 3879: 18:05 Uhr, Plat. Ab 13.3.25 14 x	
Fit und aktiv in die neue Woche 3377: 19 Uhr, Plat. Ab 17.2.25, 17 x		Nordic Walking – Fortgeschrittene 3530: 18 Uhr, Plat. ab 12.3.25, 10 x 3530A: 17:30 Uhr, Plat. ab 25.6.25, 9 x	Indoor/Outdoor: Power-Workout 3325: 18:15 Uhr, Plat. ab 20.2.25, 16 x	Samstag
Body-Shaping 3367: 19:30 Uhr, Plat. Ab 17.2.25, 14 x		Line Dance Fortgeschrittene 3877: 18:05 Uhr, Plat. Ab 19.3.25, 14 x	FLEXI-BAR® 3326: 18:30 Uhr, Bonl. Ab 20.2.25, 10 x	Ins Wochenende mit Nordic Walking – Fortgeschrittene 3532: 9:30 Uhr, Plat. ab 29.3..25, 6 x
		Online: Pilates 3556: 19 Uhr Ab 19.2.25, 19 x	Dance Fit 3344: 19 Uhr, Plat. Ab 20.2.25, 12 x	
Barre Workout 3329: 20:15 Uhr, Plat. Ab 28.2.25, 8 x		Biodanza – Tanz in den Abend 3870: 20 Uhr, Plat. Ab 12.2.25, 6 x	Move your body 3393: 19:15 Uhr, Plat. Ab 20.2.25, 14 x	
Raus in den Sommer Bewegung mit Muße 3310: 9 Uhr, Plat. Ab 4.8.25, 4 x			Kick-Power-Fitness 3389: 19:15 Uhr, Bern. Ab 20.2.25, 15 x	
Fitness-Woche zum Sommerende 3319: 18 Uhr, Plat. Ab 15.9.25, 5 x			Nordic Walking – Anfänger 3531: 19:30 Uhr, Plat. ab 27.3.25, 6 x 3531A: 19:30 Uhr, Plat. ab 3.7.25, 6 x	
			Pilates Anfänger*innen und Fortgeschrittene 3355: 20:20 Uhr, Bern. Ab 20.2.25, 16 x	
			Funktionelle Wirbelsäulengymnastik 3425: 20:30 Uhr, Plat. Ab 13.3.25, 14 x	



Funktionelle Wirbelsäulengymnastik

Starker Bauch – starker Rücken – effektives Training für die Körpermitte

Peter C. Tusch, (Sport-)Physiotherapeut,
Chirogymnast, Rebody FTCoach

Im Mittelpunkt des Kurses steht die Kräftigung und Stabilisierung Ihrer Körpermitte. Durch ein ausgewogenes, vielfältiges Trainingsprogramm lernen Sie unterschiedliche Möglichkeiten kennen, um Ihren Rumpf, Rücken und Bauch optimal zu trainieren – jede Menge integrativer Übungen für den Alltag. Durch die Auswahl gezielter Übungen bietet Ihnen der Kurs einen perfekten Ausgleich zu Ihrem Berufsalltag. Mit Inhalten aus „REBODY Fitness“ (Info: www.rebody.eu). Dieser Kurs ist für alle geeignet, die bereits einen Grundkurs beim Kursleiter absolviert haben.

Bitte bringen Sie Stoppersocken, ein Getränk, eine Matte und ein Handtuch mit.

3425

Do, ab 13.3., 20:30–21:30 Uhr, 14 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 72,80 (€ 65,50)

GESUND IN BEWEGUNG

Übungen nach Liebscher-Bracht®

Carola Schwingenschlögl, Physiotherapeutin,
Dipl.-Sportwissenschaftlerin, Zertifizierte
Liebscher-Bracht®-Therapeutin

Bei diesen Übungen werden Muskeln und Faszien unseres Körpers gedehnt. Damit können wir verspannte Muskeln lösen und Gelenkkräfte normalisieren, um einem unnötigen Verschleiß entgegen zu wirken. Zudem wird die Muskeltätigkeit in allen Gelenkwinkeln optimiert. Ziel der Übungen ist es, muskulär-faszial bedingte Schmerzen zu lindern bzw. zu beseitigen oder einfach schmerzfrei und beweglich zu bleiben.

Bitte bringen Sie Handtuch, Matte, Getränk und Turnschuhe mit.

3442

Di, ab 11.3., 19:05–20:05 Uhr, 10 x
Nicht am 29.4. u. 27.5.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 70,70 (€ 63,60)

Schmerzfrei-Übungen nach der Liebscher & Bracht®-Methode

NEU

prevent hoch vier

Viele von uns kennen vorübergehende Schmerzen, Verspannungen oder Bewegungseinschränkungen im Rücken, Schulter-Nacken-Bereich, in der Hüfte oder in den Knien. Häufig sind verklebte Faszien und Muskeln, die in ihrer Dehnfähigkeit eingeschränkt sind, die Ursache. Was also tun? Die Lösung ist oft einfacher, als man denkt: richtige und konsequente Bewegung! Der moderne Alltag fördert jedoch einseitige Bewegungsmuster und lässt eine Änderung der täglichen Routinen nicht zu. Deshalb haben die Schmerzspezialisten von Liebscher & Bracht spezielle Übungen entwickelt, die den muskulär-faszialen Überspannungen entgegenwirken und sich leicht in den Alltag integrieren lassen.

Im Kurs erklären wir zunächst in Theorie-Teil die Hintergründe der Liebscher & Bracht-Methode. Im

Praxis-Teil zeigen wir Ihnen dann effektive Übungen, die verspannte Muskeln lösen und die Kräfte in den Gelenken normalisieren, um so Verschleißerscheinungen vorzubeugen. Ziel ist es, muskulär-faszial bedingte Schmerzen zu lindern bzw. zu beseitigen oder einfach schmerzfrei und beweglich zu bleiben. Schmerzfreiheit auf natürliche Weise ist möglich!

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich aktiv bewegen wollen und können.

Bitte bringen Sie Schreibutensilien, großes Handtuch, Matte, Faszienrolle, bequeme Kleidung, Turnschuhe und ein Getränk mit.

3443

Mi, ab 12.3., 13–14:30 Uhr, 4 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 42,40 (€ 38,20)

3444

Mi, ab 25.6., 11–12:30 Uhr, 4 x
Bonlanden, Alte Mühle, Entspannungssaal
€ 42,40 (€ 38,20)

Bewegungs-Routine

Carola Schwingenschlögl, Physiotherapeutin,
Dipl.-Sportwissenschaftlerin, Zertifizierte
Liebscher-Bracht®-Therapeutin

Bei der Bewegungs-Routine nehmen wir uns in jeder Stunde einzelne Gelenke/Muskelgruppen heraus, die schwerpunktmäßig trainiert werden und halten gleichzeitig den Blick auf den gesamten Körper gerichtet. Ziel dabei ist es, nachhaltige Effekte zu erreichen, indem die Übungen auch zuhause wiederholt werden können. Durch die ganzheitliche Körperarbeit ist ein Ausgleich von muskulären Ungleichgewichten möglich.

Bitte bringen Sie Handtuch, Matte, Getränk und Turnschuhe mit.

3445

Di, ab 11.3., 17:10–17:55 Uhr, 10 x
Nicht am 29.4. u. 27.5.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 39 (€ 35,10)

GYMNASTIK 50-PLUS UND 60-PLUS

Fit und entspannt – 55 plus

Brigitte Gollinger, staatlich geprüfte Sport- u.
Gymnastiklehrerin, Yogalehrerin IGG, Atem-
pädagogin., Meditationslehrerin

Die Kursstunde ist eine schonende Rundum-Gymnastik zum Wohlfühlen. Mit abwechslungsreichen Übungen wollen wir gezielt Beweglichkeit, Kraft und Koordination fördern und erhalten, damit wir uns vitaler und lebendiger fühlen. Rücken- und Bauchmuskulatur sowie das Ausgleichen von Fehlbelastungen und das Lösen von Verspannungen stehen im Vordergrund. Zum Schluss führen uns Atem- und Entspannungsübungen zu innerer Ruhe und Gelassenheit.

Bitte bringen Sie Turnschuhe, Matte, Decke und ein kleines Kissen mit.

3456

Do, ab 20.2., 8:45–9:45 Uhr, 14 x
Auch am 12.6., nicht am 26.6. u. 3.7.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 70,90 (€ 63,80)

3457

Do, ab 20.2., 18–19 Uhr, 14 x
Auch am 12.6., nicht am 26.6. u. 3.7.
Harthausen, Jahnschule, Gymnastikraum
€ 70,90 (€ 63,80)

Fit, beweglich und entspannt

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und
Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspäda-
gogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body &
Mind-Trainerin

Mobilisieren und aktivieren, kräftigen, dehnen und entspannen. In diesem Wohlfühlkurs, der nicht nur den Körper, sondern auch den Geist anspricht, mobilisieren wir mit leichter Bewegung und aktivierenden Herz-Kreislauf-Übungen unseren Körper und bringen ihn sanft in Schwung. Mit Übungen aus Yoga und Pilates, Rücken- und Beckenbodenübungen im Stand und am Boden kräftigen und dehnen wir unseren Körper. Atemübungen und eine Entspannung am Ende der Stunde machen diesen Kurs für Körper, Geist und Seele komplett.

Bitte bringen Sie Matte, Handtuch, Getränk, Stoppersocken und ein kleines Kissen mit.

3461

Di, ab 18.2., 10–11 Uhr, 17 x
Auch am 15.4., nicht am 3.6.
Plattenhardt, Musikpavillon
€ 86,10 (€ 77,50)

60-plus: Ausgleichs- gymnastik und vitale Entspannung

Christine Lochmüller, staatl. geprüfte Physiotherapeutin,
Sport- und Gymnastiklehrerin, Kursleiterin
Progressive Muskelentspannung

Durch eine schonende und abwechslungsreiche Rundumgymnastik, teils mit Unterstützung von Musik, fördern wir gezielt die Beweglichkeit unseres Körpers und kräftigen unsere gesamte Muskulatur. Wir wollen Fehlbelastungen ausgleichen, Verspannungen lösen, damit wir uns vitaler und lebendiger fühlen. Durch das Schulen der Koordination und des Gleichgewichts können wir die notwendige Stabilität erhalten und Sicherheit gewinnen. Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen führen uns zum Schluss der Stunde zur inneren Ruhe und Gelassenheit.

Bitte bringen Sie ein Handtuch, Getränk, Matte, Turnschuhe und ein kleines Kissen mit.

3462

Mi, ab 19.2., 15:30–16:30 Uhr, 10 x
auch am 5.3., 16. u. 23.4.
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, Pavillon
€ 50,70 (€ 45,60)

Fit und gesund im Alltag 60-plus

Für alle, die gesund und selbstständig bleiben wollen

Petra Herrmann, Übungsleiterin C (Fitness und
Gesundheit Senior*innen), Gesundheitspäda-
gogin, Rücken- u. Bewegungstrainerin, Body &
Mind-Trainerin

In netter Gemeinschaft erhalten und verbessern wir unsere Gesundheit durch abwechslungsreiche Übungen – jede*r im eigenen Rhythmus, so wie es eben geht. Dabei wird die Muskulatur gekräftigt und Ausdauer, Gleichgewicht, Koordination und Reaktionsvermögen werden verbessert. So lernen



wir, unseren Körper bewusst wahrzunehmen und spüren Lebendigkeit und Lebensfreude. Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen führen uns zum Schluss der Stunde zu innerer Ruhe und Gelassenheit.

Wenn es das Wetter zulässt, werden wir ab und zu auch im Freien üben.

Bitte bringen Sie eine Decke, Matte und ein kleines Kissen mit.

3463

Mo, ab 17.2., 9–10 Uhr, 17 x
Auch am 14.4., nicht am 2.6.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 86,10 (€ 77,50)



Foto: Pixelshot

60/70-plus: Selbstständig und leichter durch den Alltag

ein individuelles Bewegungsangebot
auch geeignet für Personen
mit Bewegungseinschränkungen

NEU

Elke Lörcher, Physiotherapeutin, Trainingsleiterin
Sturzprävention, Rollator-Kursleiterin

Lassen Sie sich dabei unterstützen, Ihren ganz individuellen Weg für alltägliche Herausforderungen zu suchen und lernen Sie Ihre Bewegung durch Experimentieren zu verstehen. So schauen wir uns beispielsweise das Umdrehen im Liegen, das Aufstehen vom Stuhl oder vom Boden genauer an.

In diesem Kurs entdecken und erweitern Sie Ihre eigene Bewegungsmöglichkeit durch Kennenlernen von Bewegungen und Bewegungsmustern. Sie schulen Ihre eigene Bewegungswahrnehmung, wodurch sich eine erhöhte Achtsamkeit für Qualität und Unterschiede der eigenen Bewegung in allen alltäglichen Aktivitäten entwickeln kann.

Wir bewegen uns überwiegend am Boden, auf der Matte, mit dem Ziel, dabei nach kräfteschonenden und gesundheitsfördernden Bewegungen zu forschen und belastende Bewegungen zu erkennen und zu vermeiden.

- Individuelles Bewegungsangebot
- in Kleingruppen (max. 4 Personen) oder
- für Sie alleine oder
- für Sie zusammen mit der Person, die Sie im Alltag unterstützt.

Sind Sie unsicher, was für Sie passt? Kontaktieren Sie uns, wir beraten Sie gerne.

Bitte bringen Sie Getränk, Socken, Stoppersocken oder bequeme weiche Schuhe mit.

3464

Fr, 14.3., 9–10:15 Uhr
Fr, 21.3., 9–10:15 Uhr
Harthausen, Sporthalle Brandfeld
€ 47,50

3465

Fr, 4.4., 9–10:15 Uhr
Fr, 11.4., 9–10:15 Uhr
Harthausen, Sporthalle Brandfeld
€ 47,50

3466

Fr, 27.6., 9–10:15 Uhr
Fr, 4.7., 9–10:15 Uhr
Harthausen, Sporthalle Brandfeld
€ 47,50

3467

Fr, 9.5., 9–10:15 Uhr
Fr, 16.5., 9–10:15 Uhr
Harthausen, Sporthalle Brandfeld
€ 47,50

60/70-plus: Stabil und mobil – selbstständig und sicher im Alter



Auch für Menschen, die unsicher beim Gehen sind und/oder gelegentlich Gehhilfen brauchen

Elke Lörcher, Physiotherapeutin, Trainingsleiterin
Sturzprävention, Rollator-Kursleiterin

Fühlen Sie sich beim Gehen außerhalb Ihrer vier Wände unsicher, kraftlos oder ängstlich? Fühlen Sie sich den herkömmlichen Sportangeboten für ältere Menschen an der vhs oder im Sportverein nicht oder nicht mehr gewachsen? Möchten Sie gerne selbst etwas dafür tun, um sich wieder mehr zuzutrauen? Dann ist dieser Kurs genau der richtige für Sie.

Unser Ziel ist es, Ihre Selbstständigkeit und die damit verbundene Lebensfreude möglichst lange zu erhalten. In netter Gemeinschaft werden Sie hier Ihre Beweglichkeit verbessern, Ihre Muskulatur kräftigen, Ihr Gleichgewicht schulen und ganz nebenbei Ihr Gedächtnis trainieren – mit viel Spaß und Freude am gemeinsamen Erleben. All dies in geschütztem Umfeld, behutsam und im Rahmen der eigenen Möglichkeiten.

Wenn Ihnen der Kurs nicht zusagt, können Sie sich nach dem ersten Termin problemlos wieder bei uns abmelden. Sollten Sie krank werden und nicht weitermachen können, haben wir Verständnis.

Kleingruppe (max. 12 Personen).

Bitte besprechen Sie die Kursteilnahme vorab mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin.

Bitte bringen Sie gegebenenfalls benötigte Gehhilfen, Getränk, rutschfeste, saubere Turn- oder Gymnastikschuhe mit.

3468

Fr, ab 21.2., 10:30–11:45 Uhr, 14 x
Harthausen, Sporthalle Brandfeld
€ 95,70 (€ 86,10)

Service für Senioren*innen, die nicht mehr ganz so mobil sind:

Der kostenlose Fahrdienst „SUSEmobil“ holt Sie unentgeltlich von zu Hause ab und bringt Sie nach dem Vortrag wieder zurück.

Bitte bestellen Sie diesen Fahrdienst möglichst bald bei uns – das Fahrzeug ist leider nicht rollstuhlgerecht (Sandra Kalestra, Tel. 0711 7003-475, SKalestra@filderstadt.de).



BEWEGUNG IM WASSER



Foto: Sandra Kalestra

Aquafitness Montag-Late-Night

Stefanie Prucha, staatlich geprüfte Schwimmmeistergehilfin, Speedo® Aqua Fitness Instructor
Endlich Feierabend, der Alltag ist erledigt, und jetzt sind Sie selbst dran: Den Alltag abschütteln und rein ins Wasser!

Dieser Kurs bietet ein rundum aktivierendes und dennoch durch den Wasserauftrieb den Bewegungsapparat entlastendes Training, bei dem Muskeln gekräftigt und Kondition gefördert werden. Das Training wird häufig von Musik begleitet und oft durch unterschiedliche Trainingsgeräte zur Intensivierung der Übungen unterstützt.

Gebühr inkl. Badeintritt.

3480

Mo, ab 17.2., 21–22 Uhr, 14 x
Nicht am 12.5.
Plattenhardt, Hallenbad
€ 76,50 (€ 68,90)

Aquafitness Dienstag-Late-Night

Ramona Hennig, Speedo® Aqua Fitness Instructor
Endlich Feierabend, der Alltag ist erledigt, und jetzt sind Sie selbst dran: Den Alltag abschütteln und rein ins Wasser!

Dieser Kurs bietet ein rundum aktivierendes und dennoch durch den Wasserauftrieb den Bewegungsapparat entlastendes Training, bei dem Muskeln gekräftigt und Kondition gefördert werden. Das Training wird häufig von Musik begleitet und oft durch unterschiedliche Trainingsgeräte zur Intensivierung der Übungen unterstützt. Das Becken ist relativ klein und der Wasserstand niedrig – der Kurs ist deshalb auch für Menschen ohne Schwimmkenntnisse gut geeignet. Wir bewegen uns in einer Kleingruppe mit max. 10 Personen.
Gebühr inkl. Badeintritt.

3481

Di, ab 18.2., 20–21 Uhr, 16 x
Sielmingen, Hallenbad
€ 87,50 (€ 78,80)

Aquafitness Donnerstag-Early-Morning

Sandra Kalestra, staatlich anerkannte Übungsleiterin B Prävention und C Fitness und Gesundheit, Speedo® Aqua Fitness Instructor, Stretching Instructor, DTB-Rückentrainerin, ÜL B Rehasport

Raus aus den Federn, rein ins Wasser! Angst vor zu kaltem Wasser am frühen Morgen? Keine Bange: Zu passender Musik bringen wir uns schnell auf angenehme „Betriebstemperatur“.



Dieser Kurs bietet ein rundum aktivierendes und dennoch durch den Wasserauftrieb den Bewegungsapparat entlastendes Training, bei dem Muskeln gekräftigt und Kondition gefördert werden. Das Training wird häufig von Musik begleitet und oft durch unterschiedliche Trainingsgeräte zur Intensivierung der Übungen unterstützt.

Gebühr inkl. Badeintritt.

3482

Do, ab 20.2., 6–7 Uhr, 14 x
Nicht am 27.3. u. 5.6.
Plattenhardt, Hallenbad
€ 76,50 (€ 68,90)

Aquapower

Es erwartet Sie ein dynamisches Kraft- und Ausdauertraining mit einer etwas höheren Belastung. Begleitet durch Musik kommen unterschiedliche Trainingsgeräte zum Einsatz. In diesem Kurs sind besonders Menschen willkommen, die gerne gefordert werden möchten. Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollte man sicher schwimmen können. Gebühr inkl. Badeintritt.

3490

Sandra Kalestra, staatlich anerkannte Übungsleiterin B Prävention und C Fitness und Gesundheit, Speedo® Aqua Fitness Instructor, Stretching Instructor, DTB-Rückentrainerin, ÜL B Rehasport



Foto: Sandra Kalestra

Mo, ab 17.2., 17:05–18:05 Uhr, 11 x
Nicht am 24.3.
Harthausen, Jahnschule, Kleinschwimmbad
€ 60,10 (€ 54,10)

3492

Helena Ziegler, Speedo® Aqua Fitness Instructor
Mo, ab 17.2., 19–20 Uhr, 15 x
Harthausen, Jahnschule, Kleinschwimmbad
€ 82 (€ 73,80)

3493

Helena Ziegler, Speedo® Aqua Fitness Instructor
Mo, ab 17.2., 20–21 Uhr, 15 x
Harthausen, Jahnschule, Kleinschwimmbad
€ 82 (€ 73,80)

3494

Kerstin Steckroth, Speedo® Aqua Fitness Instructor, Nordic Walking Basic Instructor NWU
Mo, ab 17.2., 18–19 Uhr, 17 x
Plattenhardt, Hallenbad
€ 93 (€ 83,70)

3495

Kerstin Steckroth, Speedo® Aqua Fitness Instructor, Nordic Walking Basic Instructor NWU
Mo, ab 17.2., 19–20 Uhr, 17 x
Plattenhardt, Hallenbad
€ 93 (€ 83,70)

3496

Ramona Hennig, Speedo® Aqua Fitness Instructor
Do, ab 20.2., 18:30–19:30 Uhr, 15 x
Plattenhardt, Hallenbad
€ 82 (€ 73,80)

3497

Ramona Hennig, Speedo® Aqua Fitness Instructor
Do, ab 20.2., 19:30–20:30 Uhr, 15 x
Plattenhardt, Hallenbad
€ 82 (€ 73,80)

SPORT SPEZIAL

Selbstverteidigung für Frauen

Grundkurs

Uwe Grandel, Polizeibeamter, Bundestrainer traditionelle japanische Selbstverteidigung

Im Berufsalltag kann es immer wieder zu kritischen Situationen kommen. Konflikträchtige Situationen entstehen oft dann, wenn heftige Emotionen im Spiel sind. Trotz vorausschauenden Handelns der Beschäftigten kann sich die Frage stellen, wie kann ich mich in gefahrenträchtigen Situationen noch besser behaupten? Was kann ich tun, wenn mich jemand versucht festzuhalten und z. B. am Arm greift? Wie kann ich mich gegebenenfalls am sinnvollsten wehren oder ausweichen und die Situation entschärfen?

Theorie:

- Hintergründe zu heutigen Denk- und Verhaltensmustern
- Schmerzpunkte am menschlichen Körper
- rechtliche Grundlagen

Schwerpunkt ist der praktische Teil:

- Schutzhaltung und Schutzstellung, Befreiung von unkonventionellen Angriffen (Greifen am Arm, Hand, Jacke)
- Befreiung aus Umklammerung
- Schlag- und Tritttechniken, Ellbogen- und Kniestoß, Selbstverteidigung in Bodenlage
- Rollentraining

Der Dozent des Kurses ist Polizeibeamter

Bringen Sie lockere (Sport-)Kleidung, Turnschuhe, Handtuch und ein Getränk mit.

3507

Sa, 22.3., 9–11 Uhr
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 45

In Kooperation mit der vhs Ostfildern

Stabilität und Balance



Innere Brücken bauen

Daniele Zingaro

In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden, ihre Balance und Stabilität zu verbessern. Durch gezielte Übungen für Gleichgewicht und Körperwahrnehmung werden sowohl die physische als auch die mentale Standfestigkeit gestärkt. Die Übungen, teils in Einzel-, teils in Partner- und Gruppenarbeit, fördern außerdem die soziale Verbindung und Zusammenarbeit. Ziele des Workshops sind: Verbesserung der körperlichen Stabilität und Balance, Förderung von Teamwork und Vertrauen, Stärkung der Körperwahrnehmung und mentalen Ausgeglichenheit.

OFI 251-302019

5.5.2025, 9:30–11 Uhr
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen, 12 €



Die Geschenkidee für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

TANZ



Fachbereichsleitung: Elisa Fischer, Germanistin und Historikerin
Assistenz: Sandra Kalestra

FCBD® Style Bellydance/ Tribal Style Bellydance

für Anfängerinnen, Wiedereinsteigerinnen und Fortgeschrittene, die ihre Tanztechnik verfeinern wollen

Christine Gaier, Erzieherin, zertifizierte Trainerin für Orientalischen Tanz und Neas Fundamentals (ATS/ITS)

Lust auf zeitgenössischen orientalischen Tanz, der in der Gruppe und ganz ohne Choreografie getanzt wird?

Wir lernen die Basis-Bewegungen aus dem FCBD Style/Tribal Style Bellydance: orientalischespanisch-indisch inspiriert und sofort improvisiert durch Führen und Folgen im gemeinsamen Tanz! Schwungvoll und elegant, anmutig und kraftvoll werden die verschiedenen Bewegungen miteinander kombiniert, zu Musik aus aller Welt umgesetzt und in verschiedenen Formationen ausprobiert. Tanzspaß für jedes Alter und für jede Figur ist garantiert!

Bitte mitbringen: Bequeme, sportliche Kleidung, Schlappchen (keine Turnschuhe) oder Socken, Rock oder Tuch für die Hüfte, Zimbeln.

3866

Sa, 8.3., 14–16 Uhr
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, Pavillon
€ 14,20 (€ 12,80)

3867

Sa, 17.5., 14–16 Uhr
Bernhausen, Fleinsbach-Realschule, Pavillon
€ 14,20 (€ 12,80)

Tanzen – Standard und Latein

NEU

für Anfänger und Wiedereinsteiger

Renate Klingner, geprüfte Tanzlehrerin

Möchten Sie Tanzen lernen oder das Gelernte wieder auffrischen? Dann sind sie in diesem Kurs richtig.

Sie lernen alle Tänze vom Grundschrift an und können das Gelernte anschließend üben.

Bitte bringen Sie bequeme Schuhe oder gute, nicht zu schwere Turnschuhe mit.

3868

Fr, ab 14.3., 18:30–20 Uhr, 14 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 156,80 (€ 141,20), pro Person
Bitte paarweise anmelden



Tanzen quer Beet für geübte Paare – Dranbleiben!

Renate Klingner, geprüfte Tanzlehrerin

Für Tanzbegeisterte, die schon mehrere Tanzschritte und Figuren aus Standard (Walzer, Foxtrott, Tango ...) und Latein (Samba, Rumba, Cha Cha, Jive) können und gerne dranbleiben möchten.

Bitte bringen Sie bequeme Schuhe oder gute, nicht zu schwere Turnschuhe mit.

3869

Fr, ab 14.3., 20–21:30 Uhr, 14 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 156,80 (€ 141,10), pro Person



Foto: Biodanza

Biodanza, der „Tanz des Lebens“

Anna-Maria Grynokofki, Kreative Tanz- und Ausdruckstherapeutin

Biodanza, der „Tanz des Lebens“, kommt ursprünglich aus Südamerika.

Biodanza ist eine wunderbar einfache und wirksame Methode, die mit Musik, Tanz und Begegnungen in der Gruppe dazu einlädt, Vitalisierung und Entspannung in ein fließendes Gleichgewicht zu bringen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Es genügt die Freude an der Bewegung und der Begegnung mit anderen Menschen.

Bitte bequeme Kleidung anziehen. Wir tanzen barfuß oder mit leichten Schlappchen.

3870

Mi, 12.2., 20–21:30 Uhr
Mi, 12.3., 20–21:30 Uhr
Mi, 9.4., 20–21:30 Uhr
Mi, 7.5., 20–21:30 Uhr
Mi, 4.6., 20–21:30 Uhr
Mi, 2.7., 20–21:30 Uhr
Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37
€ 66 (€ 59,40)

Line-Dance Slow Motion

Für Singles und Paare – Get in line – have fun, let's dance!

Renate Klingner, geprüfte Tanzlehrerin

In etwas ruhigerem Tempo. Das Line-Dance-Fieber greift um sich: Ob in Vereinen, in Diskotheken, im Urlaub – egal, wo wir uns befinden: Für Line-Dance benötigen wir nicht mehr als Musik und ein paar Leute, die Lust verspüren, sich zu bewegen und zu tanzen. Beim Line-Dance agieren alle in einer Gruppe nebeneinander (in einer bzw. mehreren Linien) zu den verschiedenen Musikrichtungen wie Pop, Western, Cha Cha, Rumba etc. mit denselben, immer wiederkehrenden, einfachen Schrittkombinationen.

Wer anfangs noch etwas unsicher ist, darf beim Nebenmann oder der Vorderfrau spicken. Denn Line-Dance macht Spaß, hält fit, gesund und bringt Menschen in Kontakt. Für ein oder mehrere Lieder entsteht eine Gemeinschaft – ein WIR-Gefühl. Alle

tanzen dasselbe und wissen, wie es geht. Line-Dance ermöglicht das Tanzen ohne Partner*in, eine Kleiderordnung gibt es auch nicht, jeder trägt das, was er möchte. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Bitte bringen Sie bequeme Schuhe oder gute, nicht zu schwere Turnschuhe mit.

3876

Mi, ab 19.3., 17–18 Uhr, 14 x
Nicht am 28.5.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 99 (€ 89)

Line-Dance, Fortgeschrittene

Für Singles und Paare – Get in line – have fun, let's dance!

Renate Klingner, geprüfte Tanzlehrerin

Das Line-Dance-Fieber greift um sich: Ob in Vereinen, in Diskotheken, im Urlaub – egal, wo wir uns befinden: Für Line-Dance benötigen wir nicht mehr als Musik und ein paar Leute, die Lust verspüren, sich zu bewegen und zu tanzen. Beim Line-Dance agieren alle in einer Gruppe nebeneinander (in einer bzw. mehreren Linien) zu den verschiedenen Musikrichtungen wie Pop, Western, Cha Cha, Rumba etc. mit denselben, immer wiederkehrenden, einfachen Schrittkombinationen.

Wer anfangs noch etwas unsicher ist, darf beim Nebenmann oder der Vorderfrau spicken. Denn Line-Dance macht Spaß, hält fit, gesund und bringt Menschen in Kontakt. Für ein oder mehrere Lieder entsteht eine Gemeinschaft – ein WIR-Gefühl. Alle tanzen dasselbe und wissen, wie es geht. Line-Dance ermöglicht das Tanzen ohne Partner*in, eine Kleiderordnung gibt es auch nicht, jeder trägt das, was er möchte.

Bitte bringen Sie bequeme Schuhe oder gute, nicht zu schwere Turnschuhe mit.

3877

Mi, ab 19.3., 18:05–19:05 Uhr, 14 x
Nicht am 28.5.
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 99 (€ 89)

Line-Dance Slow Motion

Für Singles und Paare – Get in line – have fun, let's dance!

Renate Klingner, geprüfte Tanzlehrerin

In etwas ruhigerem Tempo. Das Line-Dance-Fieber greift um sich: Ob in Vereinen, in Diskotheken, im Urlaub – egal, wo wir uns befinden: Für Line-Dance benötigen wir nicht mehr als Musik und ein paar Leute, die Lust verspüren, sich zu bewegen und zu tanzen. Beim Line-Dance agieren alle in einer Gruppe nebeneinander (in

einer bzw. mehreren Linien) zu den verschiedenen Musikrichtungen wie Pop, Western, Cha Cha, Rumba etc. mit denselben, immer wiederkehrenden, einfachen Schrittkombinationen.

Wer anfangs noch etwas unsicher ist, darf beim Nebenmann oder der Vorderfrau spicken. Denn Line-Dance macht Spaß, hält fit, gesund und bringt Menschen in Kontakt. Für ein oder mehrere Lieder entsteht eine Gemeinschaft – ein WIR-Gefühl. Alle tanzen dasselbe und wissen, wie es geht. Line-Dance ermöglicht das Tanzen ohne Partner*in, eine Kleiderordnung gibt es auch nicht, jeder trägt das, was er möchte. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Bitte bringen Sie bequeme Schuhe oder gute, nicht zu schwere Turnschuhe mit.

3878

Do, ab 13.3., 17–18 Uhr, 14 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 99 (€ 89)

Line-Dance, Fortgeschrittene

Für Singles und Paare – Get in line – have fun, let's dance!

Renate Klingner, geprüfte Tanzlehrerin

Das Line-Dance-Fieber greift um sich: Ob in Vereinen, in Diskotheken, im Urlaub – egal, wo wir uns befinden: Für Line-Dance benötigen wir nicht mehr als Musik und ein paar Leute, die Lust verspüren, sich zu bewegen und zu tanzen. Beim Line-Dance agieren alle in einer Gruppe nebeneinander (in einer bzw. mehreren Linien) zu den verschiedenen Musikrichtungen wie Pop, Western, Cha Cha, Rumba etc. mit denselben, immer wiederkehrenden, einfachen Schrittkombinationen.

Wer anfangs noch etwas unsicher ist, darf beim Nebenmann oder der Vorderfrau spicken. Denn Line-Dance macht Spaß, hält fit, gesund und bringt Menschen in Kontakt. Für ein oder mehrere Lieder entsteht eine Gemeinschaft – ein WIR-Gefühl. Alle tanzen dasselbe und wissen, wie es geht. Line-Dance ermöglicht das Tanzen ohne Partner*in, eine Kleiderordnung gibt es auch nicht, jeder trägt das, was er möchte.

Bitte bringen Sie bequeme Schuhe oder gute, nicht zu schwere Turnschuhe mit.

3879

Do, ab 13.3., 18:05–19:05 Uhr, 14 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 99 (€ 89)

Beachten Sie auch unsere Tanzabende „Tanz Dich frei“ auf S. 81 und unsere Kurse „Dance fit“ und „Energy Dance“ auf S. 91



Foto: Getty Images

KÜCHE & KREATIVES



Fachbereichsleitung: Elisa Fischer,
Germanistin und Historikerin
Assistenz: Martina Jürgensen-Mohrs,
Felix Böppe

TEE & KRÄUTER

Tee ist Genuss und Gesundheit – mit Teezeremonie und Verkostung

Aimin Wagner-Zhao, Tai Chi-Lehrerin

Teezeremonie ist die Kunst der Zubereitung und Tee-genuss auf höchstem Niveau. Sie erleben die Geschmacksvielfalt des Tees. Geistige Entspannung und harmonische Begegnung wirken dabei ebenso wohltuend und gesundheitsfördernd, wie Duft und Aroma.

Tee ist mehr als ein Getränk. Es gibt wärmende, kühlende, nährnde Tees die je nach Witterung, Jahreszeit und eigenem Wohlbefinden getrunken werden.

Sie verkosten und lernen leckere, gesunde Tees kennen, die sowohl ein Genuss für die Sinne sind als auch positive Wirkung auf den Körper und das Immunsystem haben. Sie finden Ihre Lieblingstees und lernen auch die richtige Zubereitung verschiedener Tees, damit sie ihr Aroma und die Heilkraft entfalten können.

3609
Sa, 10.5., 14–17 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 20 (€ 18), Materialkosten 2,50 €

Regionale Lebensmittel: Löwenzahn und Brennnessel – Smoothies und Tinkturen aus Kräutern



Gefördert durch Baden-Württemberg
Ministerium für Ernährung,
Ländlichen Raum und Verbraucherschutz

Susana Camps

3634
Sa, 24.5., 17–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 22, gebührenfrei

GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN

Die Geschenkidee für jeden Anlass!
Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Regionales und Gesundes aus Garten und Küche

Die Medizin liegt manchmal direkt vor der Nase!

Susana Camps

An diesem Nachmittag wollen wir bestimmte Pflanzen, Kräuter, Gewürze und andere Lebensmittel besprechen, die wir in unserem Garten finden oder in der Küche haben, und uns mit ihrer positiven Auswirkung auf unsere Gesundheit befassen.

Wie toll ist es, sich von eigens oder regional angebauten Lebensmitteln zu ernähren und sich dabei gleichzeitig die gesundheitliche Wirkung zunutze zu machen!? Wir beschäftigen uns insbesondere mit Lebensmitteln, die förderlich bei Herz-Kreislauf-Problemen sind, Lebensmittel für Frauen in den Wechseljahren und letztendlich Lebensmittel, welche emotionalen Stress reduzieren.

Habt Ihr Lust darauf? Ich freue mich auf Euch!

3635
Fr, 21.3., 17–19 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 9,30 (€ 8,40)

6 Pflanzen für Geist und Seele

Susana Camps

Weissdorn, Brennnessel, Löwenzahn, Thymian, Lavendel, Engelwurz.

Die Weisheit der Natur steht uns jederzeit kostenlos zur Verfügung. Diese Pflanzen schenken uns Kraft, Mut, Liebe, Durchhaltevermögen, Schutz, Vertrauen in uns selbst...

Wir werden uns diese Pflanzen gemeinsam anschauen und besprechen ihre Fähigkeiten. Wir machen uns Tees zum Ausprobieren! Es lohnt sich!

Bitte bringen Sie eine Tasse für die Tees mit.

3636
Fr, 27.6., 17–19:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 24
€ 11,70 (€ 10,50)



Foto: Getty Images

Wildkräuter im Frühlingwald – Bärlauch & Co.

Kräuterwanderung im Weilerhau bei Plattenhardt

Margit Weinmann, Kräuterexpertin

Wollten Sie schon immer mehr über Kräuter und Pflanzen wissen, die im Frühlingwald wachsen? Dann bekommen Sie bei unserer kleinen Kräuterwanderung im Weilerhau bei Plattenhardt einen guten Einblick. Wir werden gemeinsam Bärlauch (nicht zu verwechseln mit Maiglöckchenblättern!), Huflattich, Scharbockskraut, Knoblauchsrauke, Gänseblümchen, Ehrenpreis, Gundelrebe, Günsel und Löwenzahn finden und bestimmen.

Dabei bekommen Sie natürlich viele Tipps über den richtigen Erntezeitpunkt und die besten Aufbewahrungs- und Verwendungsmöglichkeiten von Kräutern. Auch wie sie gesund und lecker in der Küche zum Einsatz kommen, erfahren Sie ganz „en passant“. Margit Weinmann gibt gerne ihr aus langjähriger Beschäftigung mit Kräutern gewonnenes Wissen an Sie weiter.

Bitte beachten:

Die Kurstermine sind für einen „normalen“ Jahresgang optimal geplant, was Wachstum, Blüte und Reife der vorgestellten Pflanzen angeht. Da sich aber durch extreme Kälte, Wärme, Nässe oder Trockenheit die Entwicklung der Pflanzen beschleunigen oder verlangsamen kann, wird die Dozentin ggf. alternative Pflanzen vorstellen.

3637

Do, 10.4., 16:30–18:30 Uhr
Treffpunkt: Plattenhardt, Weilerhau, Parkplatz
Tennisplätze
€ 14 (€ 12,60)

Frühsommerliche Kräuterwanderung

von Stetten ins Siebenmühlental

Margit Weinmann, Kräuterexpertin

Es ist spannend, wie sich die Natur seit dem Frühling verändert und entwickelt hat und nun ihren frühlommerlichen Flor zeigt. Wir werden bei dieser Abendwanderung wieder viele, vielleicht schon bekannte, sicher aber auch das ein oder andere unbekannte Kraut kennenlernen: Johanniskraut und Mädesüß, Baldrian und Frauenmantel, Spitzwegerich und Gänsefingerkraut, Labkraut, Schafgarbe und Knoblauchsrauke sind Pflanzen mit langer Tradition.



Foto: Margit Weinmann

Margit Weinmann gibt in diesem Kurs ihr aus langjähriger Beschäftigung mit Kräutern gewonnenes Wissen gern an Sie weiter und möchte Sie für die Wildkräuter begeistern. Dabei bekommen Sie natürlich viele Tipps über den richtigen Erntezeitpunkt und die besten Aufbewahrungs- und Verwendungsmöglichkeiten von Kräutern, auch wie sie gesund und lecker in der Küche zum Einsatz kommen.

Die Kurstermine sind für einen „normalen“ Jahresgang optimal geplant, was Wachstum, Blüte und Reife der vorgestellten Pflanzen angeht. Da sich aber durch extreme Kälte, Wärme, Nässe oder Trockenheit die Entwicklung der Pflanzen beschleunigen oder verlangsamen kann, wird die Dozentin ggf. alternative Pflanzen vorstellen.

3638

Do, 8.5., 17–19 Uhr
Treffpunkt: Stetten, beim Theater unter den Kuppeln
€ 14 (€ 12,60)



Kräuterwanderung für Kinder

Mit Kindern die heimischen Wildkräuter entdecken

Margit Weinmann, Kräuterexpertin

Kommt mit auf eine spannende Erkundungstour im Wald und auf den Wiesen. Wir werden auf unserer Wanderung viele vielleicht schon bekannte, aber sicher auch das eine oder andere unbekannte Kraut kennenlernen.

Spitzwegerich und Brennnessel, Holunder und Knoblauchsrauke und noch einige Wildkräuter mehr! Welche kann man essen und welche schmecken im Tee gut, wie fasst man eine Brennnessel an, ohne dass sie brennt und wie kann ich die Pflanzen unterscheiden?

Am Ende unserer Wanderung darf jeder vom selbstgemachten Holunderblütensirup und Kräuterquark-Häppchen kosten.

Die Kurstermine sind für einen „normalen“ Jahresgang optimal geplant, was Wachstum, Blüte und Reife der vorgestellten Pflanzen angeht. Da sich aber durch extreme Kälte, Wärme, Nässe oder Trockenheit die Entwicklung der Pflanzen beschleunigen oder verlangsamen kann, wird die Dozentin ggf. alternative Pflanzen vorstellen.

Bitte einen Trinkbecher und eine Stofftasche zum Kräutersammeln mitbringen.

3639

Fr, 9.5., 16–18 Uhr

Treffpunkt: Stetten, beim Theater unter den Kuppeln

€ 10 zzgl. 4 € für die Verkostung, werden direkt vor Ort abgerechnet.

SaatgutBibliothek ‚Genbänkle‘

In Kooperation mit der Stadtbibliothek und dem Bunten Bücherladen

Wer hat Lust alte und regionale Gemüsesorten im heimischen Garten, Balkon oder einfach im Blumentopf anzubauen, zu ernten und zu essen, aber auch zu vermehren. Das neugewonnene Saatgut sollte dann wieder an die Bibliothek zurückgegeben werden, damit im kommenden Jahr wieder ein guter Bestand zum Ausleihen da ist. Bei dieser Veranstaltung bekommt jede*r Interessierte kostenfreie Portionen Saatgut ausgeliehen.

Mechthild Hubl vom Verein Genbänkle e.V. erklärt an diesem Abend in einem digitalen Vortrag, welche Sorten ausgeliehen werden können, worauf Sie achten müssen und beantworten Ihre Fragen.

3504

Di, 25.3., 18:30–20 Uhr

Bernh., Bibliothek, Volmarstr.16

€ 5

Die Streuobstwiese als Küchenmeister



indoor kochen, outdoor genießen

Gemeinsames Kochen eines raffinierten Menüs mit heimischem Obst und gemütlicher Verzeehr im besonderen Ambiente des Museumsobstgartens.

3641

Sa, 19.7., 11–15:30 Uhr

Treffpunkt: Bonlanden Museumsobstgarten gebührenfrei, Lebensmittelkosten von € 15 werden im Kurs abgerechnet.

Obstsortenschau im Obstlehrpfad



Dr. Walter Hartmann

Vorstellung und Probieren ausgewählter Obstsorten, dazu viel Wissenswertes und kuriose Geschichten rund um das Thema Streuobst bei einem Rundgang durch den Lehrpfad.

3642

So, 21.9., 14:30–16:30 Uhr

Treffpunkt: Bonlanden Hasenheim gebührenfrei

WEIN & ERLESENES



Foto: Jörg Philipp

Esslingen, Stuttgart und mittlerer Neckarraum: Lokale Weine

Geschichte, Entstehung und Bedeutung des Weinbaus für die Region.

Jörg Philipp, Diploma in Wines (WSET), Anerkannter Weinfachberater IHK

Seit wann existiert Weinbau im mittleren Neckarraum und wer hat diesen mitgebracht? Wein ist ein Kulturgut und hat bereits einige Jahrhunderte Geschichte in der Region hinter sich. Wir verkosten Weine aus den Bereichen Esslingen, Stuttgart und dem Neckar, schauen uns die Landschaften an und reden über die geschichtliche Entwicklung des Weinbaus. Anekdoten, Wetterkapriolen und Liebesgeschichten sind inklusive.

Verkostet werden acht Weine.

3600

Fr, 23.5., 19–22 Uhr

Plattenhardt, vhs, Raum 22

€ 75 inkl. Wein

Anmeldung bitte so früh wie möglich!



Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.

Einführung in die Weinwelt: Wie entsteht Wein, wie wird Wein verkostet und bewertet?

Ein Kompaktkurs als Einstieg in die Weinwelt.

Jörg Philipp, Diploma in Wines (WSET), Anerkannter Weinfachberater IHK

Kompakt wird in diesem Kurs in die Weinwelt eingeführt. Welche berühmten Rebsorten und Weine gibt es? In Zeitraffer gehen wir durch das Weinjahr und die Weinbereitung. Wie verkoste ich Wein und was ist eine Qualitätsaussage? Häufig stehen da Begriffe wie: Frisch, Nervig, Druck am Gaumen, Mineralität und weitere. Was bedeuten sie und wie kann man das in Alltagssprache übersetzen? Ziel ist es, sich sicher im Umgang mit Wein zu fühlen und ein Verständnis für das Thema aufzubauen.

Verkostet werden acht Weine

3601

Fr, 4.4., 19–22 Uhr

Plattenhardt, vhs, Raum 22

€ 75 inkl. Wein

Nachhaltigkeit beim Wein, schmeckt man das?

Jörg Philipp, Diploma in Wines (WSET), Anerkannter Weinfachberater IHK



3602

Fr, 9.5., 19–22 Uhr

Plattenhardt, vhs, Raum 22

Sonderpreis nach Förderung: € 69

Wein-Genießer-Seminar: Bella Italia – Einmal rund um den Stiefel

Martin Hahn, Genussfreak und wandelndes Weinlexikon

Bei dieser Verkostung geht es quer durchs Land zu den spannendsten Weinbauregionen Italiens.

Das italienische Dolce Vita ist auch untrennbar mit der Weinvielfalt verbunden. Vielleicht lieben wir Deutschen deshalb Italien und seine Weine so sehr.

Von Südtirol aus über das Piemont und die Toskana bis nach Sizilien geht unsere Reise durch das Land, wo nicht nur die Zitronen blühen.

Wir verkosten gemeinsam 10 hochwertige, aussagekräftige Weine die typisch sind für Ihre jeweilige Stilrichtung.

Dazu wird Wasser und eine Brotauswahl gereicht.

3607

Fr, 21.2., 18:30–21 Uhr

Plattenhardt, vhs, Raum 24

€ 55

Most – Die Geschichte des schwäbischen Nationalgetränks



Dr. Walter Hartmann und Roland Schöttle

Spritziger Vortrag über die vielfältigen Aspekte der Most-Kultur; ausgehend von den Römern über das herzogliche Verbot bis hin zur weitreichenden Bedeutung des „flüssigen Goldes“ im Laufe der Zeiten. Anschließend Verkostung von Most aus handverlesenen Apfel- und Birnensorten der Filder.

3640

Fr, 28.3., 18–19:30 Uhr

Plattenhardt, Bürgerhaus, Mörikesaal, Uhlbergstr. 37 gebührenfrei

WHISKY & GIN

Information zu unseren Tastings:

Bei Kursstornierung ab 4 Arbeitstage vor Beginn des Tastings wird der gesamte Betrag berechnet. Die Proben werden in 2cl Fläschchen abgefüllt und können in der Whisky Gallery abgeholt werden.

Das kleine Whisky ABC: Destillen O

Seminar mit Whisky tasting (6 Proben) – Freitagkurs

Norbert Heil, Dipl.-Biologe und Whiskykenner
Whisky wurde in den letzten Jahren wieder neu entdeckt. Allerdings nicht die Blends, also der klassische Scotch, sondern vor allem die Single Malts. Whiskys die direkt von der Brennerei stammen, finden immer mehr Freunde. Einige unabhängige Abfüller haben sich darauf spezialisiert, Whiskys als Single Cask (Einzelfass) auf den Markt zu bringen.

In diesem Seminar werden sechs verschiedene Whiskys aus Destillen mit dem Anfangsbuchstaben O vorgestellt und verkostet.

3603

Fr, 28.2., 19–22 Uhr

Whisky Gallery, Norbert Heil, Bernhausen, Johannesstr. 5
€ 65

Whisky ABC, Klausur (Blindtasting)

Seminar mit Whisky tasting (6 Proben) – Freitagkurs

Norbert Heil, Dipl.-Biologe und Whiskykenner
In diesem Seminar findet ein Blindtasting statt, d. h. die Whiskys werden in neutrale Flaschen gefüllt und ausgeschenkt. Es gibt keine Hinweise für die Teilnehmenden, woher die Whiskys stammen, wie alt sie sind oder in welchem Fass die Reifung gemacht wurde. Neben dem spielerischen Aspekt des Mitratens gilt dem Whisky bei diesem Tasting die volle Aufmerksamkeit.

3604

Fr, 16.5., 19–22 Uhr

Whisky Gallery, Norbert Heil, Bernhausen, Johannesstr. 5
€ 65

Gin & Kräuter

Seminar mit Gin-Verkostung (6 Proben) inklusive Tonic sowie Kräuter vom Keltenhof Filderstadt

Norbert Heil, Dipl.-Biologe und Whiskykenner

Gin wurde in den letzten Jahren wieder neu entdeckt. Viele neue Abfüllungen tummeln sich auf dem Markt. In den vergangenen Jahren haben auch Gins hier aus der Region international beachtete Preise errungen.



Foto: Keltenhof, Gin & Kräuter

In diesem Seminar geht es nicht um die Vielzahl an Gins, sondern vielmehr darum, den Geschmack für den Gin Tonic durch Zugabe an sogenannten Botanicals zu verbessern. Das können Kräuter, aber auch Obst, Gemüse etc. sein.

In diesem Seminar werden sechs verschiedene Proben verkostet, dazu werden verschiedene Tonics und Beilagen ausgewählt.

3605

Fr, 27.6., 19–22 Uhr

Whisky Gallery, Norbert Heil, Bernhausen, Johannesstr. 5
€ 50

SPEZIALITÄTEN AUS ALLER WELT

Afghanische Küche

Saira Malik

In diesem Kurs bereiten wir afghanische Spezialitäten zu und lernen die afghanische Küche ein wenig kennen.

Kabuli Pulao ist ein aromatisches und reichhaltiges Hauptgericht, das mit Lamm zubereitet wird und durch die Kombination von süßen und herzhaften Aromen besticht. Typische Zutaten sind Reis, Fleisch, Rosinen, Karotten und eine Mischung von Gewürzen. Im Kurs machen wir auch einen afghanischen Nachtmahl, der Firni (Reispudding) heißt. Es besteht hauptsächlich aus Reis, Milch und Zucker. Diese beiden Gerichte sind besonders bei festlichen Anlässen bzw. Feiern beliebt.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, eine Schürze, Getränke, Frischhaltedosen für die Mitnahme der Speisen und ein scharfes Messer mit.

3610

Fr, 21.2., 16–20 Uhr

Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 18,70 (€ 16,80), Lebensmittelkosten von ca. 17–20 € werden im Kurs abgerechnet.

Traditionelles indisch-pakistanisches Frühstück

Saira Malik

Die indische und pakistanische Küche ist weltweit bekannt für ihre Vielfalt und ihre traditionellen Speisen. Halwa Puri ist ein klassisches und traditionelles pakistanisches Frühstücksgemisch, das häufig bei festlichen Anlässen oder an Wochenenden genossen wird. Es besteht aus drei Komponenten, die wir im Kurs gemeinsam zubereiten werden:

Puri (frittiertes Brot), Sooji Halwa (süßer Grießpudding) und Chana Masala (Kichererbsen Curry). Außerdem machen wir Lassi, ein Joghurt-Getränk.

Wir kochen gemeinsam und Sie erfahren die Hintergründe und Geschichte zu „Halwa Puri“. Eine gute Gelegenheit, diese außergewöhnliche Küche mit ihren duftenden Gewürzen kennenzulernen!

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, eine Schürze, Getränke, Frischhaltedosen für die Mitnahme der Speisen und ein scharfes Messer mit.

3611

Sa, 12.7., 9:00–13 Uhr

Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 18,70 (€ 16,80), Lebensmittelkosten von ca. 13–18 € werden im Kurs abgerechnet.

Vegetarischer Abend mit indisch-pakistanischer Küche

Leckere Gemüsegerichte mit duftenden Gewürzen

Saira Malik

Die indisch-pakistanische Küche ist weltweit für Ihre authentischen und traditionellen Gemüsegerichte bekannt. Tauchen Sie ein in die Welt der indisch-pakistanischen Aromen und entdecken Sie an diesem vegetarischen Abend die Vielfalt der indisch-pakistanischen Küche in einem leckeren Gemüsegericht. In dem Kurs bereiten wir ein 2-Gänge-Menü mit Beilagen zu.

Bhindi Masala ist ein beliebtes vegetarisches Gericht. Es besteht aus Okara Schoten, Zwiebeln und Gewürzen.

Naan Brot ist eine beliebte indisch-pakistanische Brotspezialität, die man mit Gemüse oder Fleischgerichten isst.

Aloo Tikki (Kartoffelfrikadellen) besteht aus gekochten Kartoffeln, die mit Gewürzen verfeinert werden. Aloo Tikki ist ein einfaches, aber äußerst schmackhaftes Gericht, das als Snack, Vorspeise oder auch als Teil einer Mahlzeit genossen wird.

Dazu passend bereiten wir ein Minz-Chutney mit Kartoffelfrikadellen zu.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, eine Schürze, Getränke, Frischhaltedosen für die Mitnahme der Speisen und ein scharfes Messer mit.

3612

Fr, 27.6., 16–20 Uhr

Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 18,70 (€ 16,80), Lebensmittelkosten von ca. 13–18 € werden im Kurs abgerechnet.



Foto: Getty Images

Snacks aus Indien und Pakistan

Saira Malik

Wenn man Hunger hat, greift man oft zu den typischen Snacks. Wir machen in dem Kurs unseren gemeinsamen eigenen Snack-Teller. Passend zum Sommer, für Feste oder einen gemütlichen Abend auf der Terrasse.

Dabei bereiten wir Samosa zu, das ist eine knusprige frittierte Teigtasche, die traditionell in der indischen und pakistanischen Küche weit verbreitet ist, machen Pakoras, ein beliebter frittiertes Snack aus Kartoffeln oder Fleischstücken, die mit einem speziellen Teig gemacht und dann frittiert werden.

Dazu passend gibt es selbstgemachtes Minz-Chutney (Dip) für unseren Snack-Teller. Diesen Teller kann man auch gerne als Vorspeise servieren.

Außerdem machen wir auch ein quick and easy Dessert: ein Trifle, das wir mit einem Kuchenboden, Obst und Pudding zubereiten werden.



Bitte bringen Sie eine kleine Auflaufform für das Trifle, ein Geschirrtuch, eine Schürze, Getränke, Frischhaltedosen für die Mitnahme der Speisen und ein scharfes Messer mit.

3613

Fr, 25.7., 16–20 Uhr
Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 18,70 (€ 16,80), Lebensmittelkosten von ca. 16–20 € werden im Kurs abgerechnet.

Beachten Sie auch unseren Schnupperabend zur pakistainschen Kultur (B2915) auf S. 79



Foto: kstudio

Sushi Abend

Einstieg in die Japan-Küche mit einfachen Sushi-Kult-Häppchen

Annette Würker-Chong

In diesem Kurs zeige ich Ihnen die perfekte Reiszubereitung und anschließend kreieren wir zusammen Sushi-Maki, Te-Maki, Inarizushi-Taschen und Gunkan mit verschiedenen fantasievollen Füllungen, die Sie unter den besten Zutaten selbst auswählen. Dazu reichen wir eine Miso Suppe, Reisgebäck, Pflaumenwein und eine japanische Süßigkeit zum Nachtisch.

Inklusive Aperitif und Knabberie.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Getränk, Behälter für Reste, ein langes scharfes Messer, Sushi-Matte (Bambusmatte) in Nigiri-Form (kann im Kurs erworben werden).

3619

Fr, 9.5., 17–21 Uhr
Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 18,70 (€ 16,80), Lebensmittelkosten von ca. 25 € werden im Kurs abgerechnet.

Asiatischer Urlaubsabend

Mit leckeren Sommerrezepten

Annette Würker-Chong

Wir kochen uns in die asiatische Urlaubsküche und beginnen mit vietnamesischen Sommer-Rolls als Vorspeise. Als Hauptspeise bereiten wir ein buntes Thai-Curry mit Cocosreis zu und servieren dazu einen erfrischenden Glasnudel-Salat. Zum Abschluss gibt es ein sommerliches Mango-Dessert.

Begleitend gibt es einen passenden Aperitif und Kanbbereien.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Getränk, Behälter für Reste, ein scharfes Messer.

3620

Fr, 4.7., 17–21 Uhr
Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 18,70 Lebensmittelkosten von ca. 22 € werden im Kurs abgerechnet.

Italienische Frühlingsküche

Claudia Treiber

Spargel, Meerbarbe und Erdbeeren zaubern uns den Frühling in die Küche.

Mit saisonalen Zutaten aus der Region kochen wir ein leckeres italienisches Menü.

An diesen Abend werden wir leckere Spargel Crostini mit Beilagensalat für die Vorspeise zubereiten.

Beim Hauptgang widmen wir uns dem Reis, den wir als köstlichen Risotto mit Meerbarbe servieren.

Zum Abschluss zaubern wir ein schlichtes Dessert aus Rahmjoghurt, frischen Erdbeeren und Mandelkrokant.

Gemeinsam werden wir uns unsere Leckereien zu einem guten Glas Wein schmecken lassen, und das Dessert mit einem Espresso genießen.

Bitte Vorratsdosen, Mineralwasser, Schürze und Geschirrtuch mitbringen.

3614

Fr, 23.5., 18:30–22:30 Uhr
Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 18,70 (€ 16,80), Lebensmittelkosten inkl. Wein und Espresso von ca. € 25 bis 30 werden im Kurs abgerechnet.

Italienisches Sommer-Menü aus saisonalen und regionalen Zutaten



Claudia Treiber

Saisonale Zutaten aus regionalem Anbau verzaubern wir zu einem italienischen Sommermenü.

3615

Fr, 11.7., 18:30–22:30 Uhr
Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
gebührenfrei

Piemont – Genussreise durch das Land am Fuß der Berge

Michael Walker

An diesem Abend wollen wir zusammen ein typisch piemontesisches Menü mit Antipasti, Primi und Dolce zubereiten.

Beim gemeinsamen Genießen werden wir noch zwei charakteristische Weine aus dem Piemont probieren. Zum Dessert darf der typische Espresso natürlich nicht fehlen

Bagna Cauda, rohes und gekochtes Gemüse in einer warmen Sauce aus Olivenöl, Sardellen und Knoblauch

Tajarin, dünne Eiernudeln selbst gemacht, typisch für die Gegend von Cuneo, mit 2 verschiedenen Soßen: vegetarisch mit Walnüssen und Ragù di Salsiccia

Bonèt, Schokolade und Amaretti bilden die Basis für dieses Dessert aus Turin

Bitte Vorratsdosen, Mineralwasser, Schürze und Geschirrtuch mitbringen

3623

Do, 3.4., 17–21:30 Uhr
Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 21 (€ 18,90), Lebensmittelkosten inkl. Wein und Espresso von ca. 25 € werden im Kurs abgerechnet.

Antipasti & Stuzzichini -

Italienische Vorspeisen und leckere Begleiter zum Aperitivo

Michael Walker

An diesem Abend wollen wir zusammen die passenden kleinen Köstlichkeiten zu Prosecco, Crodino und Sprizz zubereiten.

Crostini, mit Thunfischcreme, mit Spinatpesto, mit Bohne & Tomate, mit Lardo

Tramezzini mit Prosciutto crudo, Salat, Mayonnaise

Gegrilltes Gemüse, Paprika, Aubergine, Zucchini

Focaccine, mit Zucchini, Tomaten, Mozzarella

Vitello tonnato, mit Kapern, Sardellen

Für den gemeinsamen, stillechten Genuss gibt es die passenden Getränke: Prosecco und Crodino (alkoholfrei)

Bitte Vorratsdosen, Mineralwasser, Schürze und Geschirrtuch mitbringen

3624

Do, 5.6., 17–21:30 Uhr
Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 21 (€ 18,90), Lebensmittelkosten inkl. Prosecco/Crodino von ca. 20 € werden im Kurs abgerechnet.

KOCHEN UND BACKEN OHNE ...



Foto: Andreas Wolf

Zuckerfrei backen

Andreas Wolf, Ernährungsberater, Fitnesstrainer B-Lizenz

Leckeres Gebäck ohne Zucker – geht das? Ja, das geht! Zuckerfrei backen – das bedeutet in erster Linie, ohne raffinierten Haushaltszucker zu backen, sondern mit der Süße von Obst, Früchten, Sirups oder Alternativprodukten. In diesem Backkurs werden wir verschiedene Leckereien zuckerfrei backen und zusammen genießen, ohne auf Genuss und Geschmack verzichten zu müssen. Begleitend kommt auch die Theorie über das komplexe Thema Zucker nicht zu kurz.

Bitte Vorratsdosen, Mineralwasser, Nudelholz, Schürze und Geschirrtuch mitbringen.

3625

Fr, 21.3., 17–20 Uhr
Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 14 (€ 12,60), Kosten für Lebensmittel ca. 12–15 €

Glutenfrei backen

Andreas Wolf, Ernährungsberater, Fitnesstrainer B-Lizenz

Entdecken Sie die Welt des glutenfreien Backens in diesem Backkurs! Lernen Sie, wie Sie köstliche Brote, Kuchen oder Gebäck zubereiten können, die nicht nur glutenfrei sind, sondern auch geschmacklich überzeugen. Erfahren Sie alles über alternative Mehle, die richtige Verarbeitung und wertvolle Tipps für das perfekte Ergebnis. Ob für Allergiker oder einfach aus Neugier – dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, neue Rezepte auszuprobieren und Ihre Backkünste zu erweitern.

Lassen Sie sich inspirieren und genießen Sie gemeinsam mit anderen Teilnehmenden Ihre selbstgebackenen Leckereien!

Bitte Vorratsdosen, Mineralwasser, Schürze und Geschirrtuch mitbringen.

3626

Fr, 16.5., 17–20 Uhr

Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 14 (€ 12,60), Kosten für Lebensmittel von ca. 10–12 € werden im Kurs abgerechnet.

OnePot vegan

Andreas Wolf, Ernährungsberater, Fitnesstrainer B-Lizenz

Kochen mit One-Pot ist vielseitig, einfach, schnell, lecker und zum Schluss gibt es keinen großen Abwasch. Was will man mehr? One-Pot eignet sich für alle Hobbyköch*innen – von Anfänger*innen bis zu Fortgeschrittenen. Dabei werden alle Zutaten, je nach Garzeit, zusammen oder nacheinander in nur einen Topf gegeben. Mit diesem Kochkurs wird der Feierabend lecker, aber trotzdem entspannt. Wir kochen gemeinsam zwei OnePot-Gerichte und werden sie im Anschluss gemeinsam in geselliger Runde verköstigen.

Bitte Vorratsdosen, Mineralwasser, Schürze und Geschirrtuch mitbringen.

3633

Fr, 28.3., 17–20 Uhr

Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 14 (€ 12,60), Kosten für Lebensmittel von ca. 10–12 € werden im Kurs abgerechnet.

MANN KOCHT

Men only – Meeresfrüchte-Trilogie Teil 3

Markus Bauer

Männer in der Küche!

Schwerpunkte dieses Mal:
Baby Calamari mit Tzaziki,
Tintenfisch Linguine mit Chilli,
Pulpo nach galizischer Art,
Patagonian Calamari (Squid)



Lebensmittelkosten von ca. 30–40 Euro, werden im Kurs mit dem Dozenten abgerechnet.

Bitte Vorratsdosen, Getränke, Schürze und Geschirrtuch mitbringen.

3627

Sa, 5.7., 10–14 Uhr

Plattenhardt, Küche Weilerhauschule
€ 18 (€ 16,20)

ERNÄHRUNGSBILDUNG

Besser essen: Nachhaltig, gesund & fair



prevent hoch vier

3631

Mo, 2.6., 10–12:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei

Weniger ist mehr: Strategien zur Vermeidung von Lebensmittelverschwendung



prevent hoch vier

3632

Fr, 9.5., 17–19:15 Uhr
Plattenhardt, vhs, EDV-Raum
gebührenfrei

Nachhaltig in Filderstadt

Einkaufen und dabei Plastikmüll und Lebensmittelverschwendung vermeiden

Der Unverpackt-Laden TANTE FILDA zeigt, wie das im Alltag funktioniert.

Wie kann ich meinen eigenen ökologischen Fußabdruck verringern? Der erste Unverpackt-Laden in Filderstadt, TANTE FILDA, informiert in einer Veranstaltung vor Ort über Themen wie nachhaltiges Einkaufen, gesunde Ernährung, regionale Produkte und Vermeidung von Plastikmüll.

Zudem gibt es Tipps, wie man der Lebensmittelverschwendung entgegenwirken kann.

3608

Sa, 15.3., 11–12 Uhr
Tante Filda, Bernhäuser Hauptstraße 32
gebührenfrei



den Genießens. Viel Spaß und Wissen sind garantiert.

Es geht vorbei an offen Schütten voller Nüsse und Nudeln, zu fair gehandelten Kaffeebohnen und Bananen. Wir machen uns auf den Weg zu pestizidfreien Saaten und Salaten und erfahren, wie auch in Zukunft gesunde Lebensmittel auf unsere Teller kommen, die uns und unserer Erde guttun. Wir wagen einen Blick auf die Welt von morgen, auf die Natur und unser Leben. Wir treffen auf unterhaltsame Wegweiser, lernen Neues in Wort und Bild und können einiges probieren.

3630

Di, 8.4., 14:30–17 Uhr

Treff: am i-Punkt, auf dem Dr.-Peter-Bümlein-Platz in Bernhausen
gebührenfrei

In Kooperation mit der
vhs Leinfelden-Echterdingen

Wurstkultur erleben und erlernen



Stefan Bless

Die Wurstherstellung ist eine jahrhundertealte Tradition und ein Ausdruck handwerklicher Kunst. Es war schon immer etwas Besonderes, seine eigenen Produkte herzustellen – und das gilt bis heute. In meinem Wurstkurs habt ihr die Möglichkeit, selbst zu erleben, wie man seine eigene Wurst kreiert. Unter meiner Anleitung – als Metzgermeister und Fleischschmelmer – lernt ihr Schritt für Schritt, wie ihr eine grobe Bratwurst aus Schweinefleisch herstellt: von der Fleischauswahl über das richtige Würzen und Wolfen bis hin zum Füllen der Wurst. In 2er-Teams formt ihr eure eigenen Kreationen, die ihr am Ende mit nach Hause nehmen könnt, um sie stolz zu präsentieren.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränke, Behälter für die Würste und ein Geschirrtuch

LE 251-5007

Sa, 22.2.2025, 11–14 Uhr

Stetten, Lindachschule, Jahnstr. 60, Küche (separater Eingang, von der Jahnstraße aus 1. Türe)
€ 108



Foto: Pavel Danilyuk, pexels

Feine Früchte, frische Fische, kreative Impulse

auf einem Spaziergang in die Welt von morgen durch Bernhausen

Cornelia Fritsch

Wollen Sie Wesentliches für eine lebensfreundliche Zukunft vor Ihrer Haustür mitten im Herzen von Filderstadt erfahren?

Dann machen Sie mit beim Spaziergang durch die Ortsmitte von Bernhausen zu den Hotspots des nachhaltigen Konsums und des zukunftsweisen-

vhs

Die vhs Filderstadt sucht fortlaufend neue Kursleitungen für bestehende und gerne auch für neue Angebote.

Dozent*innen für alle Fachbereiche gesucht!

Melden Sie sich bei uns:
vhs@filderstadt.de

Sprachen – Lesungen – Führungen – Gesundheit – EDV – Verbraucherbildung und vieles mehr – egal ob im aktiven Ruhestand, nebenberuflich, Studierende ...

Wir freuen uns auf Sie, Ihre Angebote, Ihre Ideen und Ihre Begeisterung. Werden Sie Dozent*in in einem engagierten Team!

FILDERSTADT



KREATIVES



**Fachbereichsleitung: Elisa Fischer,
Germanistin und Historikerin
Assistenz: Martina Jürgensen-Mohrs,
Felix Böpple**

KREATIVES



Foto: Claudia Müller

Floristik-Workshop: Frühling lässt grüßen

**Vom Türschmuck bis zur Tischdeko für
Einsteiger*innen und Fortgeschrittene**

Claudia Müller, Floristin

Heute steht floristisches Gestalten rund um einen bezaubernden Frühling auf dem Plan, ob mit oder ohne Tulpen und Narzissen, das bleibt ganz Ihnen überlassen. Sie werden viel Spaß haben und zudem eine ganze Menge Tipps und Anregungen von unserer Dozentin – einer kreativen Floristin – bekommen.

Die Ideen mit frischen Blumen, Grün und Accessoires lassen sich natürlich auch für andere Anlässe umsetzen.

Sie werden sicherer im kreativen Umgang mit Blumen und Schnittgrün und bekommen einen Eindruck, was die Kunst der Floristik ausmacht.

Bitte Rebschere, Messer und evtl. Klebepistole mitbringen.

Gerne können auch vorhandene Accessoires und Gefäße jeglicher Art mitgebracht werden.

3730

Mi, 19.2., 19–23 Uhr

Blumenläde Grötzingen, Raiffeisenstr. 64
€ 21,30 (€ 19,20), Das Material kann im Kurs erworben werden, Abrechnung extra nach Verbrauch.

MODE & OUTFIT

Stilvoll durch Beruf und Alltag

Individuelles Stilberatungsseminar für Frauen

Anke Reichel, Farb- und Stilberaterin

Wählen Sie Ihre Kleiderschnitte mit Achtsamkeit – und der morgendliche Stress bei der Kleiderwahl hat ein Ende!

Jede von uns hat ihre kleinen Figurproblemen. Sie alle lassen sich kaschieren, und dann erscheinen wir wohlproportioniert. Sie werden sehen: Für jedes vermeintliche Problem gibt es auch eine Lösung.

Im Seminar besprechen wir die für Sie passenden Schnitte und Accessoires.

Denn: „Guter Stil ist keine Frage des Geldes, sondern des guten Geschmacks.“ Wer seinen persönlichen Stil kennt, hat weniger Stress beim Kleiderkauf und vermeidet so Fehlkäufe.



Foto: Kassandre Pedro, Pexels

Näheres auf der Homepage unserer Dozentin unter www.stilberatung-reichel.de

Bitte mitbringen: Maßband, Schreibzeug und für den praktischen Teil unbedingt Kleidungsstücke (Rock, Hose, Kleid, Blazer, Mantel usw., gerne auch Sachen, die Probleme bereiten).

3732

Sa, 12.7., 10–14 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 21

€ 42 bei 4 Teilnehmerinnen, 53 € bei 3 Teilnehmerinnen

Individuelle Farbberatung für Frauen

Mit Achtsamkeit und ohne Stress den Tag beginnen – mit Ihren ganz persönlichen Farben

Anke Reichel, Farb- und Stilberaterin

Gönnen Sie sich täglich ein wenig Achtsamkeit bei Ihrer Kleiderwahl? Oder bereitet Ihnen die Auswahl Ihrer Garderobe morgens schon Stress? Kaum angezogen, und Sie fühlen sich unattraktiv und blass?

Ganz klar: Das kann an den Farben liegen! Denn Farben, die nicht zu Ihnen passen, stören die Harmonie Ihres natürlichen Kolorits, lassen Sie blass und abgespannt aussehen und zeichnen Schatten unter die Augen.

In diesem Seminar erfahren Sie mehr über Farben und deren Wirkung. Wir finden Ihre ganz persönlichen Farben heraus und probieren, wie sich diese am besten kombinieren lassen.

Denn wenn Sie „Ihre Farben“ kennen, lässt sich Ihre Kleidung leicht immer wieder neu kombinieren. Akzente setzen Sie mit Accessoires in den passenden Farbtönen. Ihr Kleiderkauf wird gezielter, Fehlkäufe sind Vergangenheit – und Ihr Tag beginnt vor dem Kleiderschrank ganz entspannt!

Kleingruppe: maximal 5 Teilnehmerinnen

Der Farbpass (€ 45) sollte im Kurs erworben werden.

Näheres auf der Homepage unserer Dozentin unter www.farbberatung-reichel.de

Bitte möglichst ungeschminkt kommen und Schreibutensilien mitbringen.

3734

Sa, 17.5., 10–14:30 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 22

€ 49,20, 54 € bei 3 Teilnehmerinnen



Foto: Alexandra Neff-Sulz

Endlich wissen, welche Farben mir stehen – Farbberatung für Frauen

Einzeltermine

Alexandra Neff-Sulz, Farb- und Stilberaterin

Endlich wissen, welche Farben mir stehen – Farbberatung für Frauen – Einzeltermine

- Sie haben einen vollen Kleiderschrank und trotzdem „nichts zum Anziehen“?
- Sie fühlen sich blass und langweilig?
- Sie fühlen sich unsicher, was Ihnen steht?

Wir finden in Ihrem Einzeltermin Ihre Farben, die IHR ICH unterstreichen und Ihnen natürlichen Glow ins Gesicht zaubern. Fehlkäufe gehören zukünftig der Vergangenheit an.

Sie können gerne 3–5 Kleidungsstücke für den Farbencheck zur Beratung mitbringen.

Freuen Sie sich auf eine Stunde, in der sich alles nur um Sie dreht!

Auch eine schöne Idee als Geschenk für Ihre Mutter, Tochter, Tante, Oma, Freundin

Bitte möglichst ungeschminkt kommen und Schreibutensilien mitbringen.

3737

Termine nach Vereinbarung. Dauer ca. 1 Stunde

Anmeldung direkt unter 0711 7003-4386 oder anef-sulz@filderstadt.de

Plattenhardt, vhs, Raum 22

€ 50, der Farbpass kann für 40 € gerne im Anschluss an die Beratung erworben werden.



Kunstschule Filderstadt

Schulstraße 13
70794 Filderstadt-Plattenhardt

Das Büro der Kunstschule befindet sich im
Kunstschulgebäude, 1. OG.

Assistenz **Sylvia Nikolaou**
snikolaou@filderstadt.de

Telefon **0711 7003-4321**

Telefax **0711 7003-7325**

Internet **www.kunstschule-filderstadt.de**

Kunstschulleiter: **Ali Schüler**
aschueler@filderstadt.de · Tel. 0711 7003-4320

Leitung der Jugendkunstschule:
Julia Brielmann · jbrielmann@filderstadt.de
Tel. 0711 7003-4323

Leitung der Jugendkunstschule:
Manuela Kallinger · mkallinger@filderstadt.de
Tel. 0711 7003-4324

Wir erhalten täglich zahlreiche Anrufe. Wir bitten
deshalb um Verständnis, wenn Sie uns nicht
sofort telefonisch erreichen können. Nutzen Sie
unser Fax, E-Mail & die Anmeldekarte!

Gemeinsame Mitarbeiter*innen vhs/KSF:
Hausmeister: **Joachim Huss** · Tel. 0711 7003-4387
Reinigung: **Hatice Agaç, Teuta Kolmekshaj**

IMPRESSUM

Redaktion/Copyright: vhs/KSF Filderstadt

Herstellung:
typopoint GbR, Ostfildern
www.typopoint.de · info@typopoint.de

Anzeigenverwaltung:
connection line, Villingen-Schwenningen
www.connection-line.de · info@connection-line.de

Fotografien:
Wenn nicht anders angegeben, Rechte die der
Kunstschule.

Papier: chlor- und säurefrei
Auflage: 3.000

Öffnungszeiten Geschäftsstelle:

Mo, Di 9–12 Uhr und 14–17 Uhr
Mittwoch geschlossen
Do 9–12 Uhr und 14–18 Uhr
Freitag geschlossen

PROGRAMMÜBERSICHT

KUNSTSCHULE FÜR KINDER

Tag der offenen Türen	S. 106
Für Kinder von 2 bis 4 Jahren	
9002+9003 Kritzelkratzen	S. 106
Für Kinder von 3 bis 5 Jahren	
9004–9007 Farben und Formen	S. 106
Für Kinder von 5 bis 7 Jahren	
9008–9012 Werkstatt der Fantasie	S. 107
Interdisziplinäre Kurse für Kinder ab 7 J.	
9020–9023 Werkst. f. künstl. Gestalten	S. 107
Bildhauerei, Werken, Technik und Kunsthandwerk	
9041–9052	S. 107
Wochenendkurse	
9120–9192	S. 109
Offene Kunstwerkstatt im WIE	S. 111
Faschingsferien	
9201–9202	S. 113
Osterferien	
9203–9214	S. 113
Pfingstferien	
9215–9229	S. 114
Jugendkunstpreis 2025	S. 115
Sommerferien	
9241–9272	S. 116

KUNSTSCHULE FÜR JUGENDLICHE

Kurse für Jugendliche	
9353–9659	S. 119
Jugendkunstpreis 2025	S. 119
Ferienkurse für Jugendliche	
9209–9377	S. 120

KUNSTSCHULE FÜR ERWACHSENE

9530–9537 Aquarell-/Malkurse mit Gjyho Frank	S. 122
9551–9580 Aquarell-, Acryl- & Ölmalerei	S. 122
9565–9579 Malen	S. 124
9581–9638 Malen & Zeichnen	S. 125
9600–9619 Figur: Akt – Portrait	S. 127
9623–9625 Fotografie & Bildbearbeitung	S. 128
9540–9611 Sommeratelier und Sommerakademie	S. 129
9634–9641 Druck – Grafik	S. 130
9646–9659 Keramik	S. 130
9660–9665 Schweißen & Schmieden	S. 132
9685–9690 Kunst Angewandt: Nähen, Schneidern, Sticken, Färben,	S. 133
9701–9707 Bildhauerei & plastisches Gestalten	S. 134
Kostenlose Workshops für Jung und Alt	S. 135
Tag der offenen Türen	S. 135
Individuelle Workshops, Angebote für Erwachsene	S. 135
Förderverein der Kunstschule	S. 135
Allgemeine Geschäftsbedingungen	S. 136
Lageplan	U 3

FAMILIEN PASS

Wer wenig Einkommen hat, kann auf vhs-
Gebühren 35 bis 60 Prozent Ermäßigung
erhalten.

Das Bruttoeinkommen ohne Kindergeld
darf die nachfolgenden Grenzen nicht
überschreiten:

Familienpass A (60 Prozent Ermäßigung)

1 Personenhaushalt	2.500 Euro
2 Personenhaushalt	2.900 Euro
3 Personenhaushalt	3.300 Euro
4 Personenhaushalt	3.900 Euro
5 Personenhaushalt	4.300 Euro

Familienpass B (35 Prozent Ermäßigung)

1 Personenhaushalt	2.900 Euro
2 Personenhaushalt	3.300 Euro
3 Personenhaushalt	3.700 Euro
4 Personenhaushalt	4.300 Euro
5 Personenhaushalt	4.700 Euro

Je weiterer Person erhöht sich der Betrag
um jeweils 400 Euro.

Nähere Informationen erhalten Sie beim
Amt für Familie, Schulen und Vereine unter
Tel. 7003-357 oder auf www.filderstadt.de



**Dozent*innen der
Kunstschule stellen aus**

Anlässlich „50 Jahre Filderstadt“
entwickelt ein namhafter Künstler,
speziell für diese Ausstellung
und das Vernissage-Publikum,
eine eindrucksvolle und
unvergessliche Performance.

**Vernissage:
So., 30. März 2025, um 11:15 Uhr**

Ausstellungsdauer 30.3.–27.4.

Städtische Galerie
Bonländer Hauptstraße 32/1
70794 Filderstadt Bonlanden

Öffnungszeiten während
laufender Ausstellungen:
Donnerstag 10–12:30 Uhr
Samstag 15–18 Uhr
Sonntag 11–17 Uhr






KUNSTSCHULE FÜR KINDER



Fachbereichsleitung (55%) Manuela Kallinger, Dipl. Sozpäd., Studium Kunsttherapie
Schwerpunkte: Programmplanung der Jugendkunstschule, Projektplanung Vorschulbereich.
Tel. 0711 7003-4324, mkallinger@filderstadt.de

Fachbereichsleitung (55%) Julia Briemann, Kulturpädagogin und Kulturmanagerin (M.A.), Kunsttherapeutin (IKT)
Schwerpunkte: Projektplanung Schulkind- und Jugendbereich, Hector-Akademie, Ganztagschule.
Tel. 0711 7003-4323, jbrriemann@filderstadt.de

Assistenz: Sylvia Nikolaou
Tel. 0711 7003-4321, snikolaou@filderstadt.de

KURSE FÜR KINDER VON CIRCA 2 JAHREN BIS 4 JAHREN MIT BEGLEITUNG



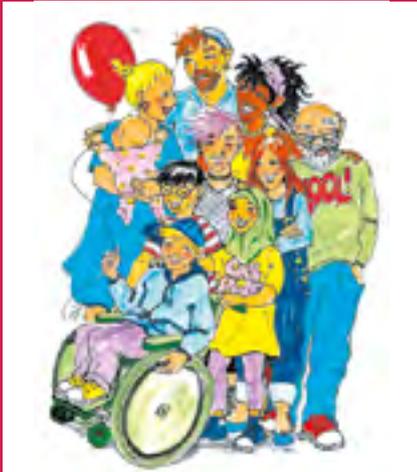
Foto: Manu Kallinger

KURSE FÜR KINDER VON 3 BIS 5 JAHREN



Foto: Stefanie Helebrant

TAG DER OFFENEN TÜREN



Grafik: Patricia Gomeriger-Prestle

Freitag

**7. Februar 2025
von 15–18 Uhr**

Mit kostenlosen Workshops
für Jung und Alt

Ausstellungen in allen Räumen

Kaffee und Kuchen

Kritzeln und Malen für Kleine mit einem (Groß-) Elternteil

Für Kinder zwischen ca. 2 und 4 Jahren

Kerstin Ganser, freischaffend
Kunst, Grafik-Design und Marketing

Für (Groß-) Eltern, die in der Übergangsphase zum Kindergarten gemeinsame Zeit mit ihren (Enkel-)Kindern bei künstlerischem Gestalten verbringen wollen.

Kinder sind von Geburt an kreativ, wenn Kreativität bedeutet, mit den vorhandenen Fähigkeiten und Materialien eine Problemlösung zu finden. Gehen Sie entspannt in vorbereiteter Umgebung auf kreative Entdeckungsreise mit Ihrem (Enkel-)Kind bei vielfältiger Mal- und Materialerfahrung, die über die häuslichen Möglichkeiten hinausgeht. Das Malen mit Farben, Kreiden, Stiften auf großen Formaten ist dabei Schwerpunkt. Mit Ton und Teig machen wir plastische Erfahrungen, auch Filzen und Kleistern wird ausprobiert. Bitte bringen Sie für das Kind und sich selbst Kleidung mit, die bunt werden darf.

9002

Fr, ab 21.2., 15–16 Uhr, 13 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 119,20, bei 5 TN € 141, bei 4 TN € 173,80
bei 3 TN € 228,40, 1 (Groß-) Elternteil mit 1 Kind

9003

Fr, ab 21.2., 16:15–17:15 Uhr, 13 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 119,20, bei 5 TN € 141, bei 4 TN € 173,80
bei 3 TN € 228,40, 1 (Groß-) Elternteil mit 1 Kind

GUTSCHEIN GUTSCHEIN GUTSCHEIN GUTSCHEIN GUTSCHEIN

**Die Geschenkidee
für jeden Anlass!**

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Farben und Formen in Bewegung

Für Kinder von 3 bis 5 Jahren

Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf dem experimentellen Erforschen von Farben, Materialien, Formen und den eigenen gestalterischen Möglichkeiten. Die Neugierde soll dabei unsere ständige Begleiterin sein. Das Herstellen eigener Farben aus ungiftigen Pigmenten sowie plastischer Materialien wie beispielsweise Knete, Ton und Gips wird Teil unserer Forschungsreise sein. Das ganzheitliche Erleben der Themen wird uns anregen, zeichnerische, malerische und plastische Umsetzungen zu gestalten. Wir zeichnen, malen, formen, bauen, filzen, drucken, spielen ...

9004

Sandra Schwarz, Diplomdesignerin,
Kunstpädagogin
Mo, ab 17.2., 14:30–16 Uhr, 13 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 112, bei 6 TN € 129,70, bei 5 TN € 153,60
bei 4 TN € 190

9005

Jasmin Krauss, Steinbildhauerin,
Studium der angewandten Kunst (MA),
Gestalt- und Kreativpädagogin
Di, ab 25.2., 14:30–16 Uhr, 12 x
nicht am 8.4. und 6.5.
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 104, bei 6 TN € 120,30, bei 5 TN € 142,40
bei 4 TN € 176

9007

Juliane Seidel, Pädagogin
Mi, ab 26.2., 14:30–16 Uhr, 13 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 112, bei 6 TN € 129,70, bei 5 TN € 153,60
bei 4 TN € 190

Die Kunstschule ist
auch auf Instagram –
schauen Sie einfach
mal rein!





KURSE FÜR KINDER VON 5 BIS 7 JAHREN



Foto: Manu Kallinger

Werkstatt der Fantasie

Für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Kinder bringen eine großartige Fähigkeit und auch ein inneres Verlangen zu schöpferischem Tun mit. Zeichnen, Malen, Bauen, Werken, Bewegung und Gestik sind für sie wichtige und selbstverständliche Ausdrucksmittel. Wir können dazu beitragen, Kindern kreative und künstlerische Grunderfahrungen zu ermöglichen, ihnen helfen, sich selbstbewusst und kompetent gestalterischer Mittel zu bedienen. Die Kinder treffen sich zum Malen, Zeichnen, Werken aber auch zum Fotografieren, Spielen und Erzählen. Einen Förderzeitraum von zwei bis drei Jahren halten wir für sinnvoll. Die Kurse können auch während der ersten Schuljahre noch besucht werden. Sie sorgen bei den Kindern für Beständigkeit und Vertrautheit in der oft schwierigen Übergangsphase.

9008

Regina Seidel, Pädagogin
Mo, ab 17.2., 14:30–16 Uhr, 13 x
Kunstschule, Malersaal
€ 112, bei 6 TN € 129,70, bei 5 TN € 153,60
bei 4 TN € 190

9009

Regina Seidel, Pädagogin
Mo, ab 17.2., 16:30–18 Uhr, 13 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 112, bei 6 TN € 129,70, bei 5 TN € 153,60
bei 4 TN € 190

9010

Jasmin Krauss, Steinbildhauerin,
Studium der angewandten Kunst (MA),
Gestalt- und Kreativpädagogin
Di, ab 25.2., 16:30–18 Uhr, 12 x
nicht am 8.4. und 6.5.
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 104, bei 6 TN € 120,30, bei 5 TN € 142,40
bei 4 TN € 176

9011

Anett Frey, freischaffende Künstlerin
Do, ab 20.2., 14:15–15:45 Uhr, 13 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 112, bei 6 TN € 129,70, bei 5 TN € 153,60
bei 4 TN € 190

9012

Claudia Dietz, Bildhauerin
Do, ab 20.2., 16:30–18 Uhr, 13 x
nicht am 5.6. + 25.6.
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 112, bei 6 TN € 129,70, bei 5 TN € 153,60
bei 4 TN € 190

INTERDISZIPLINÄRE KURSE FÜR KINDER AB 7 JAHREN



Foto: Manu Kallinger

Werkstatt für künstlerisches Gestalten

Für Kinder ab 7 Jahren

In diesem Kurs bieten wir Euch mit Malerei, Zeichnung, Druck, Keramik und anderen Techniken vielfältige Möglichkeiten an, Euch künstlerisch auszuprobieren oder weiterzuentwickeln. Je nach Interesse der Gruppe kann es unterschiedliche Semesterschwerpunkte geben. Auch was die Themenwahl betrifft, sind wir gerne bereit, Euch entgegenzukommen. Wichtig ist uns in diesem Kurs das Gespräch über Eure Arbeiten oder über Künstler*innen, deren Arbeiten für Euch interessant sein könnten. Uns liegt an einer langen „Zusammenarbeit“, die es Euch möglich macht, in Ruhe Euren ganz eigenen Stil zu entwickeln und viel über Euch und über die Welt, die uns umgibt, zu erfahren.

9020

Sandra Schwarz, Diplomdesignerin, Kunstpädagogin
Mo, ab 17.2., 16:30–18 Uhr, 13 x
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 114, bei 6 TN € 131,70, bei 5 TN € 155,60
bei 4 TN € 192

9021

Angela Ehni, Grafikerin und Biologin
Di, ab 11.3., 16:30–18 Uhr, 8 x
nicht am 25.3.
Kunstschule, Malersaal
€ 74, bei 6 TN € 84,90, bei 5 TN € 99,60
bei 4 TN € 122

9022

Sabine Schäfer-Gold, Künstlerin, Kunstpädagogin
Mi, ab 26.2., 16:30–18 Uhr, 12 x
Kunstschule, Malersaal
€ 106, bei 6 TN € 122,30, bei 5 TN € 144,40
bei 4 TN € 178

9023

Für Kinder ab 10 Jahren
Regina Seidel, Pädagogin
Do, ab 20.2., 16:15–17:45 Uhr, 13 x
Kunstschule, Malersaal
€ 114, bei 6 TN € 131,70, bei 5 TN € 155,60
bei 4 TN € 192

BILDHAUEREI, WERKEN, TECHNIK UND KUNST- HANDWERK



Foto: Manu Kallinger

(Holz-) Atelier am Dienstag

Für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Silke Ruckstuhl, Dipl.-Industriedesignerin
Die Kunst zu wachsen oder mit der Kunst zu wachsen. Wer einmal nach Herzenslust sägen, bohren, leimen, nageln, feilen, kneten, formen und schmirgeln will, der ist in diesem Kurs richtig. Neben Holz haben wir auch andere Materialien wie beispielsweise Speckstein, Ton und Textilien zur Verfügung und lassen uns auch davon inspirieren. Ziel des Kurses ist es, Euch in Euren künstlerischen und handwerklichen Interessen und Fähigkeiten zu fördern und zu begleiten.

Die Kurse können jeweils einzeln oder direkt alle gebucht werden

9041

Di, ab 18.2., 15:45–17:15 Uhr, 7 x
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 66,50, bei 6 TN € 76, bei 5 TN € 88,90
bei 4 TN € 108,50

9041A

Di, ab 29.4., 15:45–17:15 Uhr, 6 x
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 57, bei 6 TN € 65,20, bei 5 TN € 76,20
bei 4 TN € 93

9041B

Di, ab 24.6., 15:45–17:15 Uhr, 5 x
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 47,50, bei 6 TN € 54,30, bei 5 TN € 63,50
bei 4 TN € 77,50

Anmeldung bitte so früh wie möglich!

Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.



Tonwerkstatt spielerisch



Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Sandra Brauneisen, freischaffende Künstlerin
In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt im spielerischen Umgang mit dem Material „Ton“. Dieser kann auf vielfältige Art und Weise geformt und verwandelt werden. Wir drücken, rollen, klopfen, schlagen, kneten. Mit dem Finger oder der Hand, ganz zart oder mit vollem Körpereinsatz. So entstehen erste Formen und Gebilde. Dabei wird die Fein- und Grobmotorik intensiv erlebt. Im Vordergrund steht nicht das fertige Produkt, sondern die Erfahrung beim Arbeiten.

Die entstandenen Sachen werden in der Regel nicht gebrannt, um einen möglichst freien Umgang mit dem Material zu ermöglichen.

Ich freue mich auf Euch.

Die Materialkosten in Höhe von ca. 6 € werden direkt im Kurs abgerechnet.

Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!

9043

Mi, ab 26.2., 14:30–16 Uhr, 6 x
Sielmingen, WIE, Kunstraum
€ 54, bei 6 TN € 62,20, bei 5 TN € 73,20
bei 4 TN € 90



Foto: Manu Kallinger

Tonwerkstatt am Mittwoch



Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Sandra Brauneisen, freischaffende Künstlerin
Frei nach Eurer Vorstellung könnt Ihr in diesem Kurs mit dem Material Ton experimentieren. Unter fachkundiger Anleitung bekommen eigene Ideen Form und Gestalt. Es entstehen Fabelwesen, Windlichter oder Dinge für den täglichen Gebrauch. Ich freue mich auf Euch.

Die Kursgebühr beinhaltet 6 € Brennkosten.

Die Materialkosten in Höhe von 12 € werden direkt im Kurs abgerechnet.

Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!

9044

Mi, ab 26.2., 16:30–18 Uhr, 6 x
Sielmingen, WIE, Kunstraum
€ 54, bei 6 TN € 62,20, bei 5 TN € 73,20
bei 4 TN € 90



Grafik: Patricia Gomeringer-Prestle

Die Königin der Farben

NEU

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Fariba Gholizadeh, Kinderbuch-Illustratorin

In diesem Kurs lernen die Kinder Malweda, die Königin der Farben und ihre Untertanen Blau, Rot und Gelb kennen. Dabei erfahren sie spielerisch vieles über Farben. Können Farben mit unterschiedlichen Gefühlen zu tun haben? Im Buch sind sie mal sanft, gefährlich, warm oder zickig. Die Kinder lernen Schritt für Schritt durch eine lustige Geschichte die Farben zu entdecken und mit ihnen zu malen.

Mit viel Spaß und auf fantasievolle Weise lernen sie das Verhältnis der Grundfarben und ihre Mischungen kennen. Als Kinderbuch-Illustratorin zeige ich den Kindern dabei verschiedene Maltechniken. Die Entdeckerfreude und die Freude am Malen begleiten uns dabei.

9045

Fr, ab 4.4., 11–12:30 Uhr, 5 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 45, bei 6 TN € 51,80, bei 5 TN € 61
bei 4 TN € 75

Lieblingstier – Zeichnen und Malen

NEU

Für Kinder von 8 bis 10 Jahren

Fariba Gholizadeh, Kinderbuch-Illustratorin

Bist du auf der Suche nach einem Kurs, bei dem du deine Lieblingstiere wie beispielsweise Löwe, Katze, Schaf, Dino, Krokodil und mehr malen kannst? Dann bist du hier richtig. Du lernst Schritt für Schritt deine Tiere mit viel Spaß und auf fantasievolle Weise künstlerisch aufs Papier zu bringen. Als gelernte Illustratorin zeige ich dir dabei verschiedene Mal- und Zeichentechniken. Entdecke die Freude am Zeichnen und Malen und gehe die ersten Schritte auf dem Weg zu Künstler*innen.

9046

Fr, ab 4.4., 14:30–16 Uhr, 5 x
Kunstschule, Malersaal
€ 45, bei 6 TN € 51,80, bei 5 TN € 61
bei 4 TN € 75

Wir bauen einen Putzroboter

Für Kinder ab 8 Jahren

Werner Bernhard, Entwicklungsingenieur/
Konstrukteur

Einen Roboter, der automatisch die Wohnung putzt, will wohl jeder haben. In diesem Kurs bauen wir genau so einen Roboter. Ihr baut diesen mit einem Bausatz selbst von der Verdrahtung bis zur Mechanik. Er bewegt sich von einer Unwucht angetrieben über den Boden. Zum Schluss testen wir alle Roboter, bevor Ihr sie anschließend mit nach Hause nehmen dürft.

Inkl. 21 € Materialkosten

9050

Fr, 11.4., 16–18:15 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 33, bei 6 TN € 35, bei 5 TN € 37,80
bei 4 TN € 42

Wir bauen einen Elektromotor

Für Kinder ab 8 Jahren

Werner Bernhard, Entwicklungsingenieur/
Konstrukteur

Jeder von Euch hat täglich mit Elektromotoren zu tun. Aber wie funktioniert der denn? Wie baue ich mir selbst einen? In diesem Kurs baut Ihr selbst einen Elektromotor aus einem Bausatz zusammen. Von der selbst gewickelten Spule, über die Verdrahtung bis hin zum Aufbau des mechanischen Gehäuses. Zum Schluss testen wir alle Motoren, bevor Ihr sie anschließend mit nach Hause nehmen dürft.

Inkl. 21 € Materialkosten

9051

Fr, 16.5., 16–18:15 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 33, bei 6 TN € 35, bei 5 TN € 37,80
bei 4 TN € 42

Wir bauen einen Viertaktmotor

Für Kinder ab 10 Jahren

Werner Bernhard, Entwicklungsingenieur/
Konstrukteur

Der Viertaktmotor treibt unsere Autos voran. Möchtest Du erfahren, wie dieser funktioniert? Dann bau Dir am besten selbst ein Modell davon. Dann siehst Du am besten, bei welcher Position des Kolbens die Ventile schalten müssen. Die Schaltpunkte der Ventile können dann selbst eingestellt werden. Mit diesem Modell kann die Bewegung des Motors, also der Kurbelwelle, des Kolbens und der Ventile, gezeigt und erklärt werden. Zum Schluss testen wir alle Motoren, bevor Ihr sie anschließend mit nach Hause nehmen dürft.

Inkl. 21 € Materialkosten

9052

Fr, 27.6., 16–18:15 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 33, bei 6 TN € 35, bei 5 TN € 37,80
bei 4 TN € 42



WOCHENENDKURSE

Action Painting – Auf den Spuren von Jackson Pollock

NEU

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Petra Eisele, Kulturpädagogin

Farben Mischen. Farben sprengeln. Farben tropfen. Farben pinseln. Farben ziehen. Farben rollen. Farben wegkratzen, Farben spachteln. Farben schütten. In diesem Kurs dürft ihr all das ausprobieren. Wir nutzen vor allem Acrylfarbe und sehr viel unkonventionelles Material. Du arbeitest frei von konkreten Bildvorstellungen und lässt einfach dem Schaffensprozess freien Lauf. Zu Beginn schauen wir uns gemeinsam Leben und Werk des amerikanischen Künstlers Jackson Pollock an.

Du kannst eigene Ideen und Wünsche in den Kurs einbringen und wir schauen dann gemeinsam, was sich realisieren lässt.

Bitte bring für die gemeinsame Pause was zu Essen und Trinken mit.

9120

Sa, 10.5., 11–15 Uhr

Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt

€ 22,30, bei 6 TN € 25,90, bei 5 TN € 30,80

bei 4 TN € 38,30

Tonwerkstatt

Für Kinder von 5 bis 9 Jahren

Ursula Kohler, Studium der Keramik

Während wir den Ton schlagen und vorbereiten, überlegen wir uns schon mal, was wir daraus machen wollen. Sollen es Tiere werden? Hasen, Giraffen und Katzen? Oder doch lieber eine Burg, ein Flugzeug oder eine ganze Stadt? Am besten fangen wir klein an und schauen, was daraus wird. Aus Tonwürsten und Tonplatten entsteht genau das, was wir wollen und am Schluss können wir es auch noch mit speziellen Tonfarben bemalen.

Bitte Vesper und Getränk mitbringen!

1 € Brennkosten pro Stück, unabhängig von der Größe

9121

Sa, 1.3. und So, 2.3., 10–15 Uhr

Kunstschule, Keramik

€ 58,30, bei 6 TN € 67,40, bei 5 TN € 79,60

bei 4 TN € 98,30

9122

Sa, 10.5., 10–15 Uhr

Kunstschule, Keramik

€ 29,70, bei 6 TN € 34,20, bei 5 TN € 40,40

bei 4 TN € 49,70

9123

Sa, 28.6. und So, 29.6., 10–15 Uhr

Kunstschule, Keramik

€ 58,30, bei 6 TN € 67,40, bei 5 TN € 79,60

bei 4 TN € 98,30

DIE HIGHLIGHTS AUS UNSEREM KURSPROGRAMM

Eltern werden - Eltern sein

Yoga in der Schwangerschaft
Fit mit dem Kinderwagen
Rückbildung

Eltern Kind Gruppen

Babyschwimmen
Musikgarten
Dabymassage

Kinderkurse

Mini-Kindl
Forscher Kurse für Grundschüler
Englisch

Gesundheit

Pilates
Bauchtanz
Yoga

Kochen und Kreatives

Tex/Mex, Tacos, Burritos
Männer an den Herd
Multikul(t)inärer Kochtreff

Offene Treffs für Jedermann

Vätertreff Feuer und Flamme
Repair-Café
Bewegte Eltern-Kind-Zeit



Anmeldung und Kursberatung

Familienbildungsstätte Filderstadt e.V.

Tele. 07158 984 60 12 · info@fbs-filderstadt.de

www.fbs-filderstadt.de



Gelatinedruck: Einfache Technik = tolle Ergebnisse

Für Kinder ab 8 Jahren in Begleitung
eines Erwachsenen

Kerstin Ganser, freischaffend
Kunst, Grafik-Design und Marketing

Sich Zeit füreinander nehmen und gemeinsam etwas Besonderes erschaffen. Unter dem Motto: „KUNST KANN JEDER“ drucken wir gemeinsam mit Acrylfarben auf Gelatineplatten.

Im Vordergrund stehen Freude und Begegnung: Freude am Ausleben eurer Fantasie und Begegnungen mit Material, Technik und nicht zuletzt: Kreativ miteinander Zeit verbringen.

Zum Schluss können wir die Motive noch auf Leinwand aufziehen.

9125

Sa, 22.3., 13:30–17 Uhr

Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 21,70, bei 6 TN € 24,90, bei 5 TN € 29,20

bei 4 TN € 35,70, pro Person

Geschwisterermäßigung möglich

9127

Sa, 17.5., 13:30–17 Uhr

Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 21,70, bei 6 TN € 24,90, bei 5 TN € 29,20

bei 4 TN € 35,70, pro Person

Geschwisterermäßigung möglich



Foto: Martina Steinmann

Tiere aus Speckstein

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Martina Steinmann, Dipl. Kunsttherapeutin

Speckstein ist ein farbiger und weicher Stein, der mit Feile, Säge und Schmirgelpapier leicht zu bearbeiten ist. Ich möchte mit euch zusammen Tiere daraus gestalten. Diese können groß oder ganz klein sein. Ihr könnt auch kleine Anhänger gestalten. Ich helfe euch bei der Ideensuche und beim Umsetzen. Zum Schluss könnt ihr die Steine schleifen bis sie glänzen wie Edelsteine. Bringt Vesper und Arbeitskleidung mit. Mein Hund Rona und ich freuen uns auf euch.

Materialkosten in Höhe von 5 € sind in der Kursgebühr bereits enthalten.

9155

Sa, 8.3. und So, 9.3., 10–15 Uhr

Kunstschule, Holzwerkstatt

€ 58,30, bei 6 TN € 67,40, bei 5 TN € 79,60

bei 4 TN € 98,30

Die Kunstschule ist
auch auf Instagram –
schauen Sie einfach
mal rein!



GUTSCHEIN
GUTSCHEIN
GUTSCHEIN
GUTSCHEIN

Die Geschenkidee
für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.



Wir knüpfen einen Traumfänger



Für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren

Jasmin Weis, Pädagogin

Der Traumfänger ist eines der wichtigsten Symbole der amerikanischen Ureinwohner und soll Albträume vertreiben. In diesem Kurs könnt Ihr aus verschiedensten Materialien wie Federn, Steinen, Perlen und Naturmaterialien ganz individuelle Traumfänger kreieren. Ihr lernt Knüpf-techniken, mit denen Ihr die Netze knüpfen könnt. Und ich zeige Euch verschiedene Designmöglichkeiten und Knüpf-techniken, um dann die Materialien anzubringen. Ihr dürft dabei Eurer Kreativität freien Lauf lassen. Wer möchte kann gerne eigene Materialien und Gegenstände zum Verzieren mitbringen. Der Kurs kann auch von Erwachsenen ohne Kinder gebucht werden. Die Materialgebühr in Höhe von 3–8 € wird im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.

Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!

9159

Fr, 4.4., 15–17:45 Uhr

Sielmingen, WIE, Kunstraum

€ 14,70, bei 6 TN € 17,20, bei 5 TN € 20,60, bei 4 TN € 25,70, pro Person

Geschwisterermäßigung möglich



Foto: Dagmar Bauer

Hasendruckwerkstatt im Serigrafie-Museum



Für Kinder ab 5 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen

Andrea Schloder, freischaffende Künstlerin

In der Osterzeit sind viele Hasen damit beschäftigt, die Ostereier zu bemalen. Sie haben viel zu tun! Möchtest Du helfen? Sei auch Du ein Künstlerhase und unterstütze die Osterhasen bei ihrer Arbeit!

Komm ins Serigrafie-Museum, dort zeigen wir Dir wie die Druckart des Siebdrucks funktioniert und drucken mit Dir schöne bunt gemusterte Eier auf Postkarten. Das Muster und die Farben kannst Du Dir selbst zusammenstellen und so viele selbst gestaltete Ostereier auf Postkarten mit nach Hause nehmen. Im Anschluss können wir noch zusammen die Ausstellung anschauen und wir erklären Euch wie große Künstlerhasen früher gedruckt haben!

Die Materialkosten in Höhe von 4 € pro Person werden direkt im Museum abgerechnet.

9160

Sa, 5.4., 15–17 Uhr

Plattenhardt, Serigrafie-Museum, Uhlbergstr. 36–40

€ 10 pro Person,

Geschwisterermäßigung möglich

Kreative Schweißwerkstatt

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Susanne von Rosen, freischaffende Künstlerin, Techniklehrerin

In diesem einzigartigen Kurs habt ihr die Gelegenheit, eure künstlerische Kreativität mit handwerklichem Geschick zu verbinden und faszinierende Kunstwerke aus Metall zu schaffen. Roboter oder Insekt, Kerzenständer oder Gartenskulptur.

Unsere kreative Schweißwerkstatt ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Ihr werdet angeleitet, wie ihr mit Schweißgerät, Metallstücken und anderen Werkzeugen umgehen könnt, um beeindruckende Kunstwerke zu erschaffen. Ob Skulpturen oder Kunstgegenstände, ihr könnt vieles machen.

Bitte lange, alte Baumwollkleidung und geschlossene Schuhe anziehen.

9161

Fr, 11.4., 15–18 Uhr

Sa, 12.4., 11–17 Uhr

Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7

€ 53, bei 6 TN € 61,20, bei 5 TN € 72,20

bei 4 TN € 89

Tonwerkstatt am Samstag



Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Sandra Brauneisen, freischaffende Künstlerin

Frei nach eurer Vorstellung könnt ihr in diesem Kurs mit dem Material Ton experimentieren. Unter fachkundiger Anleitung bekommen eigene Ideen Form und Gestalt. Es entstehen Fabelwesen Windlichter oder Dinge für den täglichen Gebrauch. Ich freue mich auf euch.

Eine Materialgebühr in Höhe von 8 € wird direkt im Kurs abgerechnet,

3 € Brennkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!

9162

Sa, 29.3., 10–15 Uhr

Sielmingen, WIE, Kunstraum

€ 29,70, bei 6 TN € 34,20, bei 5 TN € 40,40

bei 4 TN € 49,70



Neuerungen beim Familienpass!

Prüfen Sie Ihre Berechtigung – und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 105!



Foto: Simone Haasis

Mal-Spiel mit dem Farbplano

für Kinder von 3 bis 5 Jahren

Simone Haasis, freiberufliche Designerin, Kindermalbegleiterin (IHKD)

Der Malraum (in Anlehnung an den Malort „Closlieu“ nach Arno Stern) an der Kunstschule ist ein ganz besonderer Ort: Er bietet Kindern einen geschützten Raum, um im „Mal-Spiel“ innere Bilder und Stimmungen, Gefühle und Erlebtes zum Ausdruck zu bringen und zu bearbeiten. Das Farbplano, ein großer Farbpaletten-Tisch mit 20 Farb-Tönen und Pinseln, steht im Zentrum. Die Kinder malen in sehr kleiner Gruppe, stehend, ganz frei an der Wand auf großen Papieren. Bei Bedarf können diese noch in alle Richtungen erweitert werden und so riesige Malflächen bilden.

Die Kinder werden achtsam und wertschätzend bei ihrem Tun unterstützt. Sie dürfen experimentieren und nehmen teil an einem schönen Mal-Erlebnis, welches gleichzeitig neben der Motorik u. a. auch die Selbstwahrnehmung und Konzentration ohne äußere Reize fördert.

Bitte Malkleidung mitbringen.

9163

Sa, 28.6., 11–12 Uhr

Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt

€ 8,30, bei 4 TN € 9,60, bei 3 TN € 11,80

9163A

Sa, 28.6., 14–15 Uhr

Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt

€ 8,30 bei 4 TN € 9,60, bei 3 TN € 11,80

9163B

Sa, 28.6., 15:30–16:30 Uhr

Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt

€ 8,30 bei 4 TN € 9,60, bei 3 TN € 11,80

Faschings-Durchguckbilder

Für Kinder ab 6 Jahren

Christiane Weber, Pädagogin

Hast du Lust dich an Fasching in deinen Held*in oder dein Lieblingstier zu verwandeln? Wir zeichnen und malen ein großes Bild um ein Loch, durch das du später dein Gesicht strecken kannst. Dein Kopf sitzt dann auf einem anderen Körper. Lass dich überraschen und knipse später lustige Fotos zu Hause!

NEU



9165

So, 2.3., 13:30–15:30 Uhr
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 11,70 bei 6 TN € 13,50, bei 5 TN € 16
bei 4 TN € 19,70

Ein Brunnen aus Ton

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Martina Steinmann, Dipl. Kunsttherapeutin

Habt Ihr Lust euren eigenen Brunnen zu Tönen? Dann seid ihr hier richtig.

Am ersten Tag gestalten wir eine richtig große Schale aus Ton. Dann könnt ihr eure Ideen einbringen, was die Ausgestaltung dieser Schale betrifft. Wie wäre es mit einer Insel mit sprudelndem See, einem Wasser spuckenden Drachen oder einem Vulkanbrunnen? Ich bin mir sicher, ihr kommt auf noch ganz andere Ideen. Wenn die Tonsachen dann fertig gebrannt sind treffen wir uns wieder und sorgen gemeinsam dafür, dass alles richtig zusammen gebaut wird: Tonbrunnen, Schlauch und Wasserpumpe.

Bringt Arbeitskleidung und Vesper mit. Ich bringe meinen Hund Rona mit und freue mich auf euch.

Die Pumpe kostet 10–14€, ich kann sie besorgen oder ihr bringt eure eigene mit zum dritten Tag. Das besprechen wir dann im Kurs.

9166

Sa, 22.2. und So, 23.2., 10–15 Uhr
So, 27.4., 15–18 Uhr
Kunstschule, Keramik
€ 76,30, bei 6 TN € 88,10, bei 5 TN € 104
bei 4 TN € 128,30



Foto: Simone Haasis, Malerei: Lisa Grieger

Mal-Spiel mit dem Farbpiano für Klein & Groß

Für Kinder ab 3 Jahren plus erwachsener Begleitperson

Simone Haasis, freiberufliche Designerin, Kindermalbegleiterin (HKD)

Der Kunstraum im WIE bietet Kindern einen geschützten Rahmen, um im „Mal-Spiel“ innere Bilder und Stimmungen, Gefühle und Erlebtes zum Ausdruck zu bringen und zu bearbeiten. Das Farbpiano, ein großer Farbpaletten-Tisch mit 20 leuchtenden Farbtönen (Gouache) und Pinseln steht im Zentrum. Es wird in sehr kleiner Gruppe, stehend, ganz frei an der Wand und an Staffeleien auf großen Papieren gemalt. Das Besondere an

diesem Tag: Klein & Groß können heute gemeinsam in die bunte Welt der Farben eintauchen. Jeder malt für sich am eigenen Bild, und wer mag, kann nach bestimmten Spielregeln auch eines zu zweit gestalten.

Wir malen nach der Methode des Begleiteten Malens: Dabei steht der Malprozess und nicht das Ergebnis im Mittelpunkt. Ungestört kann spielerisch Neues entstehen und ausprobiert werden. Dabei gibt es keine Motiv-Vorgaben und kein Bild wird bewertet, analysiert oder gedeutet. Die Kinder werden achtsam und wertschätzend bei ihrem Tun begleitet und nehmen teil an einem schönen gemeinsamen Mal-Erlebnis, welches gleichzeitig neben der Motorik u. a. auch die Selbstwahrnehmung und Konzentration ohne äußere Reize fördert.

Bitte Malkleidung (und -schuhe) mitbringen.

Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!

9167

Sa, 5.4., 14–15:30 Uhr
Sielmingen, WIE, Kunstraum
€ 8,30, bei 4 TN € 9,60, bei 3 TN € 11,80
pro Person

9168

Sa, 5.4., 16–17:30 Uhr
Sielmingen, WIE, Kunstraum
€ 8,30, bei 4 TN € 9,60, bei 3 TN € 11,80
pro Person

Holzwerkstatt für Kinder

Für Kinder von 5 bis 8 Jahren

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Hier macht Ihr erste Erfahrungen mit Holz:

Wir bohren, sägen, hämmern, feilen und schmirgeln. Es geht nicht um perfekte Ergebnisse, sondern um das einfache und praktische Erlernen des Umgangs mit dem Material Holz und den entsprechenden Werkzeugen. Künstler*innen sind unsere großen Vorbilder dabei. Holzstücke und Latten werden lebendig und verwandeln sich in Tiere, kleine Häuschen oder Fantasiegebilde.

Bitte Vesper, kleines Getränk und Malerkittel mitbringen.

9169

Sa, 22.3. und So, 23.3., 10–15 Uhr
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 60,30, bei 6 TN € 69,40, bei 5 TN € 81,60
bei 4 TN € 100,30

OFFENE KUNSTWERKSTATT IM „WIE“
Für Grundschul Kinder
Malen, Zeichnen, Drucken, Fotografieren, Modellieren, Filzen und Nähen
Ab sofort jeden Dienstag von 14:30–16:30 Uhr
im WIE in Sielmingen, Wielandstraße 8
Im Kunstraum im Untergeschoss
Der Eintritt ist frei!
Bleibt in den Ferien geschlossen!

Töpfern mit (Groß-)Eltern und Kindern

Für Kinder ab 6 Jahren

Annette Niemann-Rohr

Genießen Sie ein gemeinsames Wochenende beim Experimentieren und beim Aufbauen von Figuren und Gefäßen, die wir dann noch glasieren werden.

2 € Brennkosten pro Stück, unabhängig von der Größe.

9170

Sa, 5.4., 14–17 Uhr
Sa, 10.5., 15:30–17:30 Uhr
Kunstschule, Keramik
€ 30,70 bei 6 TN € 35,20, bei 5 TN € 41,40
bei 4 TN € 50,70, pro Person
Geschwisterermäßigung möglich

9171

Sa, 24.5., 14–17 Uhr
Sa, 12.7., 16–18 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 30,70 bei 6 TN € 35,20, bei 5 TN € 41,40
bei 4 TN € 50,70, pro Person
Geschwisterermäßigung möglich



Foto: Ali Schüler

Malen und Zeichnen wie echt

Für Kinder von 8–12 Jahren

Ali Schüler, freischaffender Künstler und Kunstschulleiter

„Hier könnt ihr ein Wochenende lang intensiv Zeichnen und Malen lernen, dass es aussieht wie echt!“

Was braucht's dazu: Einen scharfen Blick, einen guten Strich, täuschend ähnliche Oberflächen, Raumperspektive, Licht-Schatten und so weiter. Mit diesen Mitteln könnte man Stillleben, Tiere oder Portraits malen und zeichnen, aber auch Fantasievorstellungen und eigene Träume zu Papier oder auf die Leinwand bringen.

9172

Sa, 12.7. und So, 13.7., 14–17 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 37, bei 6 TN € 42,40, bei 5 TN € 49,80
bei 4 TN € 61

Die Kunstschule ist auch auf Instagram – schauen Sie einfach mal rein!





Kreative Schweißwerkstatt

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Susanne von Rosen, freischaffende Künstlerin, Techniklehrerin

In diesem einzigartigen Kurs habt ihr die Gelegenheit, eure künstlerische Kreativität mit handwerklichem Geschick zu verbinden und faszinierende Kunstwerke aus Metall zu schaffen. Roboter oder Insekt, Kerzenständer oder Gartenskulptur. Unsere kreative Schweißwerkstatt ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Ihr werdet angeleitet, wie ihr mit Schweißgerät, Metallstücken und anderen Werkzeugen umgehen könnt, um beeindruckende Kunstwerke zu erschaffen. Ob Skulpturen oder Kunstgegenstände, ihr könnt vieles machen.

Bitte lange, alte Baumwollkleidung und geschlossene Schuhe anziehen.

9173

Fr, 4.7., 15–18 Uhr

Sa, 5.7., 11–17 Uhr

Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7

€ 53, bei 6 TN € 61,20, bei 5 TN € 72,20
bei 4 TN € 89

Kreative Schweißwerkstatt

Für Erwachsene mit Kindern ab 8 Jahren

Susanne von Rosen, freischaffende Künstlerin, Techniklehrerin

An diesem Wochenende werden wir das Schweißen mit dem Schutzgas-Schweißgerät lernen und es werden wunderbare und interessante Objekte aus Metall entstehen. Durch sägen, feilen und bohren wird das Material in die richtige Form gebracht und dann kann geschweißt werden. Ob Roboter, Insekt oder Kerzenständer, eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Bitte Vesper und Arbeitskleidung nicht vergessen.

9174

Sa, 24.5., 11–18 Uhr

Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7

€ 42,30, bei 6 TN € 48,60, bei 5 TN € 57,20

bei 4 TN € 70,30, pro Person, Geschwisterermäßigung möglich

Tonwerkstatt am Samstag

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Sandra Brauneisen, freischaffende Künstlerin

Frei nach eurer Vorstellung könnt ihr in diesem Kurs mit dem Material Ton experimentieren. Unter fachkundiger Anleitung bekommen eigene Ideen Form und Gestalt. Es entstehen Fabelwesen, Windlichter oder Dinge für den täglichen Gebrauch. Ich freue mich auf euch.

Eine Materialgebühr in Höhe von 8 € wird direkt im Kurs abgerechnet,

3 € Brennkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!

9175

Sa, 17.5., 10–15 Uhr

Sielmingen, WIE, Kunstraum

€ 29,70, bei 6 TN € 34,20, bei 5 TN € 40,40

bei 4 TN € 49,70

Kunstvoller Schmuck mit Makramee

Für Kinder ab 8 Jahren

Jasmin Weis, Pädagogin

In diesem Kurs lernt Ihr mit der orientalischen Makramee-Knüpfttechnik Euren eigenen Schmuck zu knüpfen. Vielleicht habt Ihr schon einmal eine Makramee-Blumenampel aus ganz vielen verschiedenen Knoten gesehen?

Wir arbeiten mit denselben Knoten, aber mit sehr viel feinerem Material. So entstehen aus bunten Nylon Schnüren im Verlauf des Kurses Armbänder, Ketten und Ohrhinge.

Am Anfang werdet Ihr zunächst verschiedene Knüpftchniken und Knoten kennenlernen. Diese üben wir dann an einem einfachen Schlüsselanhänger. Danach könnt Ihr mit den feinen Makramee-Fäden Euer erstes Armband knüpfen. Im Anschluss werden wir uns an schwierigere Schmuckstücke wagen und auch Steine einarbeiten.

Bringt dazu gerne selbst Perlen oder Steine mit, die Euch gefallen. Ich habe aber auch eine bunte Sammlung an Steinen und Perlen zur Auswahl dabei.

Die Materialkosten in Höhe von 10–25 €, je nach Verbrauch, werden im Kurs direkt abgerechnet.

Der Kurs kann auch nur an einem Tag gebucht werden!

Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!

9176

Fr, 16.5. und Fr, 23.5., 16–18:30 Uhr

Sielmingen, WIE, Kunstraum

€ 26,70, bei 6 TN € 31,20, bei 5 TN € 37,40

bei 4 TN € 46,70

Offenes Atelier

Für Kinder ab 6 Jahren

Christiane Weber, Pädagogin

„Offenes Atelier“ bedeutet:

Hier dürft ihr eigene Ideen verfolgen und ich helfe und berate euch bei der Umsetzung. Ihr könnt Malen, Zeichnen, Kleben. Wir arbeiten mit Bleistift, Pinsel, Kreiden, Schere, Klebstoff, und was ihr sonst benötigt. Setzt eigene Ideen um oder lasst euch inspirieren von mir oder inspiriert euch gegenseitig. Ich freue mich auf eine konzentrierte und gleichzeitig entspannte Arbeitsatmosphäre.

9177

Sa, 26.4., 14–16:30 Uhr

So, 27.4., 11–13:30 Uhr

Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt

€ 29,70, bei 6 TN € 34,20, bei 5 TN € 40,40

bei 4 TN € 49,70

Theaterspiele

Für Kinder von 7 bis 10 Jahren

Christiane Weber, Pädagogin

Echte Schauspieler*innen starten mit kleinen Übungen, bevor sie auf der großen Bühne stehen. An diesem Nachmittag lernst du einige solcher bekannten Spiele kennen. Dabei sind vor allem deine spontanen Ideen und Deine Lust am Spielen gefragt.

Der Kurs ist für alle Kinder die Lust am Schauspiel haben und sich gerne bewegen. Er findet ab acht Teilnehmenden statt.

Bitte für eine kleine gemeinsame Pause Vesper sowie Getränk mitbringen.

9179

So, 18.5., 11–14 Uhr

Mindestteilnahme 8 Personen

Plattenhardt, Schillerhalle

€ 18 pro Person

Töpfern mit (Groß-)Eltern und Kindern

Für Kinder ab 6 Jahren

Brigitte Kugler-Hillinger

Genießen Sie ein gemeinsames Wochenende beim Experimentieren und beim Aufbauen von Figuren und Gefäßen, die wir dann noch glasieren werden.

2 € Brennkosten pro Stück, unabhängig von der Größe.

9190

Sa, 8.3., 14–17 Uhr

Sa, 22.3., 14–16 Uhr

Kunstschule, Keramik

€ 30,70, bei 6 TN € 35,20, bei 5 TN € 41,40

bei 4 TN € 50,70, pro Person

Geschwisterermäßigung möglich



Foto: Uta-Maria Köninger, Bild: Leoart Bek

Farbe -Linie -Spiel

Kleine inspirieren Große – und umgekehrt:

Für Kinder ab 5 Jahren mit Begleitperson

Uta-Maria Köninger
freischaffende Malerin und Bildhauerin

Spielerisch mit Linien und Farben umgehen, sich bewegen nach Musik und diese Bewegung auf Papier bringen in Farbe und Linie, mal jede und jeder für sich, mal zusammen, die einzelnen Bilder zu einem Gesamtkunstwerk zusammensetzen, sich freuen über die eigene Kreativität und Ihren Ausdruck. Kurze Inputs zu Farbe und Linie begleiten diese beiden Tage. Unser Malmaterial sind verschiedene Zeichenstifte, Farben und Papiere.

9192

Do, 29.5. und Fr, 30.5., 13–18 Uhr

Kunstschule, Studio

€ 61,30, bei 6 TN € 70,40, bei 5 TN € 82,60

bei 4 TN € 101,30, pro Person

Geschwisterermäßigung möglich

GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN GUTSCHEIN

**Die Geschenkidee
für jeden Anlass!**

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

**FERIENKURSE**

Bitte zu den Ferienkursen Vesper und Getränk sowie Arbeitskleidung mitbringen.

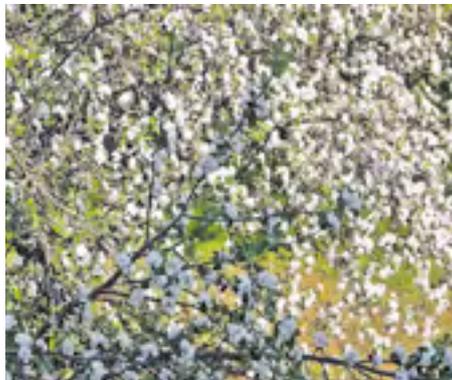
Faschingsferien

Foto: Okuli Bernhard

Licht und Schatten malen**NEU**

Für Kinder und Jugendliche von 7 bis 12 Jahren

Okuli Bernhard, freischaffende Künstlerin

In diesem Kurs beschäftigen wir uns intensiv mit der Wirkung von Licht und Schatten. Ist euch schon einmal aufgefallen, wie unterschiedlich die Farben in einer Landschaft sind, wenn die Sonne scheint – und wenn plötzlich Wolken auftauchen? Es entstehen sehr spannende Farbunterschiede und Hell-Dunkel-Kontraste. Genau diese wollen wir im Kurs gemeinsam betrachten und untersuchen. Wir malen mit Pinsel und Gouachefarben.

9201

Mi, 5.3.–Fr, 7.3., 10–13 Uhr, 3 x
Kunstschule, Malersaal
€ 49,60, bei 6 TN € 57,40, bei 5 TN € 67,80
bei 4 TN € 83,80

Aus Klängen werden Bilder**NEU**

Malen mit Musik für Kinder ab 6 Jahren

Julia Duis, Kunsthistorikerin M. A.

Viele berühmte Künstler*innen ließen sich durch Musik ihrer Zeit inspirieren. Beispielsweise hatte Wassily Kandinsky sogar Farben vor Augen, wenn er Musik hörte. Zusammen mit seiner Partnerin Gabriele Münter gehörte er zu der berühmten Künstlergruppe „Der Blaue Reiter“. Paul Klee spielte auch Geige in einem Orchester. Seine Frau Lily war eine begabte Pianistin, beide haben sich sicherlich gegenseitig beeinflusst. Gemeinsam hören wir spannende Geschichten aus dem Leben und Werk verschiedener Musiker*innen und Künstler*innen. Zur Musik aus verschiedenen Epochen gestalten wir unsere eigenen Kunstwerke. Gerne dürft ihr Vesper und Getränk für die Pause mitbringen.

9202

Do, 6.3. und Fr, 7.3., 10–15 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 54,70, bei 6 TN € 63,30, bei 5 TN € 75
bei 4 TN € 92,70

Osterferien 1. Woche**Die Königin der Farben****NEU**

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Fariba Gholizadeh, Kinderbuch-Illustratorin

In diesem Kurs lernen die Kinder Malweda, die Königin der Farben und ihre Untertanen Blau, Rot und Gelb kennen. Dabei erfahren sie spielerisch vieles über Farben. Können Farben mit unterschiedlichen Gefühlen zu tun haben? Im Buch sind sie mal sanft, gefährlich, warm oder zickig. Die Kinder lernen Schritt für Schritt durch eine lustige Geschichte die Farben zu entdecken und mit ihnen zu malen. Mit viel Spaß und auf fantasievolle Weise lernen sie das Verhältnis der Grundfarben und ihre Mischungen kennen.

Als Kinderbuch-Illustratorin zeige ich den Kindern dabei verschiedene Maltechniken. Die Entdeckerfreude und die Freude am Malen begleiten uns dabei.

9203

Di, 15.4.–Do, 17.4., 10–12 Uhr, 3 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 37,40, bei 6 TN € 42,60, bei 5 TN € 49,60
bei 4 TN € 60,20



Foto: Okuli Bernhard, Bild: Ida Stukej

Frühlingsfarben mit Collagepapieren kleben, verbunden mit Farbenlehre

Für Kinder und Jugendliche von 7 bis 12 Jahren

Okuli Bernhard, freischaffende Künstlerin

Entdecke die farbenfrohe Frühlingswelt mit neuen Augen und bringe sie in freien Formen aufs Papier. Und weil es im Frühling viel zu erleben gibt, kannst du auch deine eigenen Bildgeschichten erzählen; z. B. wie du Drachen steigen lässt, Fahrrad fährst und vieles andere mehr. Du lernst in dem Kurs unterschiedliche Techniken der Bildgestaltung kennen: Von der Malerei mit Gouachefarbe bis zum Collagen kleben mit transparent durscheinenden Papieren. Vor allem lernst du ganz viel über Farben und deren wundervolles Zusammenspiel kennen. So gestaltest du spannende Bilder nach deinen eigenen Vorstellungen.

9204

Mo, 14.4.–Do, 17.4., 10–13 Uhr, 4 x
Kunstschule, Malersaal
€ 66,80, bei 6 TN € 77,10, bei 5 TN € 91,10
bei 4 TN € 112,40

Lieblingstier – Zeichnen und Malen**NEU**

Für Kinder von 8 bis 10 Jahren

Fariba Gholizadeh, Kinderbuch-Illustratorin

Bist du auf der Suche nach einem Kurs, bei dem du deine Lieblingstiere wie beispielsweise Löwe, Katze, Schaf, Dino, Krokodil und mehr malen kannst? Dann bist du hier richtig. Du lernst Schritt für Schritt deine Tiere mit viel Spaß und auf fantasievolle Weise künstlerisch aufs Papier zu bringen. Als gelernte Illustratorin zeige ich dir dabei verschiedene Mal- und Zeichentechniken. Entdecke die Freude am Zeichnen und Malen und gehe die ersten Schritte auf dem Weg zu Künstler*innen.

9205

Di, 15.4.–Do, 17.4., 13–15 Uhr, 3 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 33,40, bei 6 TN € 38,60, bei 5 TN € 45,60
bei 4 TN € 56,20

Ferien im Tonatelier

Für Kinder von 5 bis 9 Jahren

Ursula Kohler, Studium der Keramik

Während wir den Ton schlagen und vorbereiten, überlegen wir uns schon mal, was wir daraus machen wollen. Sollen es Tiere werden? Hasen, Giraffen und Katzen? Oder doch lieber eine Burg, ein Flugzeug oder eine ganze Stadt? Am besten fangen wir klein an und schauen, was daraus wird. Aus Tonwürsten und Tonplatten entsteht genau das, was wir wollen, und am Schluss können wir es auch noch mit speziellen Tonfarben bemalen.

Bitte Vesper und Getränk mitbringen!

1 € Brennkosten pro Stück, unabhängig von der Größe

Auch am Feiertag!

9206

Mo, 14.4.–Do, 17.4., 10–15 Uhr, 4 x
Kunstschule, Keramik
€ 109,30, bei 6 TN € 126,50, bei 5 TN € 149,80,
bei 4 TN € 185,30

Holzwerkstatt für Kinder

Für Kinder von 5 bis 8 Jahren

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Hier macht ihr erste Erfahrungen mit dem Holz: Wir bohren, sägen, hämmern, feilen und schmirgeln. Es geht nicht um perfekte Ergebnisse, sondern um das einfache und praktische Erlernen des Umgangs mit dem Material Holz und den entsprechenden Werkzeugen. Künstler*innen sind unsere großen Vorbilder und Holzstücke und Latten erwachen zum Leben und werden zu Tieren, kleinen Häuschen oder Fantasiegebilden. Bitte Vesper, kleines Getränk und Malerkittel mitbringen.

9207

Mo, 14.4.–Do, 17.4., 10–15 Uhr, 4 x
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

Die Kunstschule ist auch auf Instagram – schauen Sie einfach mal rein!





Tonwerkstatt in den Ferien



Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Sandra Brauneisen, freischaffende Künstlerin
Frei nach eurer Vorstellung könnt ihr in diesem Kurs mit dem Material Ton experimentieren. Unter fachkundiger Anleitung bekommen eigene Ideen Form und Gestalt. Es entstehen Fabelwesen Windlichter oder Dinge für den täglichen Gebrauch. Ich freue mich auf euch. Die Kursgebühr enthält 4 € Brennkosten. Materialkosten in Höhe von 10 € werden direkt im Kurs abgerechnet.

Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!

9208

Di, ab 15.4., 15–18 Uhr, 4 x
Sielmingen, WIE, Kunstraum
€ 64,80, bei 6 TN € 75,10, bei 5 TN € 89,10
bei 4 TN € 110,40

Theaterspiel und Ostermärchen

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Christian Kaiser, Staatl. anerkannter Theaterpädagoge
Gibt es etwas Schöneres als Märchen spielen und sich Verkleiden?

Durch eine Reihe an Übungen und Spielen lernen wir die Grundlagen des Theaterspiels kennen. Gemeinsam werden dann kleine Aufgaben spielerisch bewältigt. Aus diesen entstehen stetig wachsende Rollen. Und so entwickeln wir im Laufe der Woche unser eigenes kleines Ostermärchen, welches wir zum Kursende gegen 12:30 Uhr für die Familienmitglieder aufführen werden.

9213

Mo, 14.4.–Do, 17.4., 10–13 Uhr, 4 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 62,80 bei 6 TN € 73,10, bei 5 TN € 87,10
bei 4 TN € 108,40

Nähkurs

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Susanne Bäuerle, Textildesignerin, Schnittdirektrice, Maltherapeutin
In diesem Nähkurs lernt ihr, auf unkomplizierte und kreative Weise euch einen Rock, eine kultige Tasche und vieles andere mehr zu nähen. Der Kurs ist auch für Nähanfänger*innen geeignet. Ihr werdet in die Grundkenntnisse an der Nähmaschine eingeführt, so dass ihr dann eure ganz eigenen Ideen umsetzen könnt.

Was ihr gerne mitbringen dürft: Eure eigene Nähmaschine, Stoffe, Stoffreste oder auch Kleidungsstücke, die ihr verändern wollt.

9209

Mo, 14.4.–Mi, 16.4., 10–15 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 83, bei 6 TN € 95,90, bei 5 TN € 113,40
bei 4 TN € 140

GUTSCHEIN
GUTSCHEINGUTSCHEIN
GUTSCHEIN GUTSCHEIN

**Die Geschenkidee
für jeden Anlass!**

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Osterferien 2. Woche



Foto: Andrea Schلودer

Malen in den Osterferien

Für Kinder ab 8 Jahren

Andrea Schلودer, freischaffende Künstlerin
Das Malatelier bietet kleinen Künstler*innen die Gelegenheit, ihre eigenen Ideen und Fantasien in selbstbestimmtem Arbeiten auszuleben. Dazu werden vielfältige Materialien zur Verfügung gestellt, z. B. Acrylfarben, Buntstifte, Kreiden, selbst gemachte Farben aus Eiern, Pigmenten, Harz und Ölen, die alle ausprobiert und auch gemischt werden können. Wir malen überwiegend auf Papier, werden aber auch eine Leinwand selbst aufspannen, grundieren und bemalen.

9210

Di, 22.4. und Mi, 23.4., 10–15 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 57,70, bei 6 TN € 66,30, bei 5 TN € 78
bei 4 TN € 95,70

Die Farbzauberer – Aquarellmalerei für Kinder

Für Kinder ab 7 Jahren

Julia Duis, Kunsthistorikerin M. A.

Kann man Sonnenlicht malen? wie entsteht mit nur wenigen Strichen ein Landschaftsbild? Dies und vieles mehr werden wir in diesem Kurs lernen. Nachdem wir verschiedene Aquarelltechniken ausprobiert haben, beschäftigen wir uns mit dem Aufbau eines Landschaftsbildes. Als Vorlage für die Bilder dienen uns die Kunstwerke der französischen Impressionisten. Claude Monet und seine Malerfreund*innen malten gerne im Freien, was zur damaligen Zeit ungewöhnlich war. Zu deren Leben und Werk werden wir daher viele spannende Geschichten hören. Gerne dürft ihr eure eigenen Rundpinsel (falls vorhanden) und Vesper für die Pause mitbringen.



Foto: Julia Duis, Aquarell: Josefine Hörz

9212

Do, 24.4. und Fr, 25.4., 10–15 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 55,70, bei 6 TN € 64,30, bei 5 TN € 76
bei 4 TN € 93,70

Nähkurs

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Susanne Bäuerle, Textildesignerin, Schnittdirektrice, Maltherapeutin

In diesem Nähkurs lernt ihr, auf unkomplizierte und kreative Weise euch einen Rock, eine kultige Tasche und vieles andere mehr zu nähen. Der Kurs ist auch für Nähanfänger*innen geeignet. Ihr werdet in die Grundkenntnisse an der Nähmaschine eingeführt, so dass ihr dann eure ganz eigenen Ideen umsetzen könnt.

Was ihr gerne mitbringen dürft: Eure eigene Nähmaschine, Stoffe, Stoffreste oder auch Kleidungsstücke, die ihr verändern wollt.

9214

Di, 22.4.–Fr, 25.4., 10–15 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

Pfingstferien 1. Woche



Foto: Okuli Bernhard, Bauwerk: Luna Johnne

Wir bauen eine Fantasie-Stadt aus Recyclingmaterialien

Für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Okuli Bernhard, freischaffende Künstlerin

Lass deiner Fantasie freien Lauf wenn du verschiedene Recyclingmaterialien vor dir hast und baue deine eigene Fantasie-Stadt. Wenn du mit dem Bauen fertig bist, wählst du deine Lieblingsfarbe und malst dein Kunstwerk an – somit bekommt es noch eine ganz andere Gestalt – ganz nach deinen Vorstellungen! Du wirst außerdem sehen, welche Licht- und Schattenwirkungen sich an deinem Kunstwerk zeigen. Zur Anmalen gibt es mit Wasser vermalbare Ölfarben und Acrylfarben, die gut am Objekt haften.

9215

Di, 10.6.–Fr, 13.6., 10–13 Uhr, 4 x
Kunstschule, Malersaal
€ 66,80, bei 6 TN € 77,10, bei 5 TN € 91,10
bei 4 TN € 112,40

Ferien in der Tonwerkstatt

Für Kinder ab 6 Jahren

Ursula Kohler, Studium der Keramik

Während wir den Ton schlagen und vorbereiten überlegen wir uns schon mal was wir daraus machen wollen. Sollen es Tiere werden? Hasen, Giraffen und Katzen? Oder doch lieber eine Burg, ein Flugzeug oder eine ganze Stadt? Am besten fangen wir klein an und schauen, was daraus wird. Aus Tonwürsten und Tonplatten entsteht genau



das, was wir wollen, und am Schluss können wir es auch noch mit speziellen Tonfarben bemalen.

Bitte Vesper und Getränk mitbringen!

1 € Brennkosten pro Stück, unabhängig von der Größe

Auch am Feiertag!

9217

Di, 10.6.–Fr, 13.6., 10–15 Uhr, 4 x
Kunstschule, Keramik

€ 109,30 bei 6 TN € 126,50, bei 5 TN € 149,80
bei 4 TN € 185,30

Holzwerkstatt für Kinder

Für Kinder von 5 bis 8 Jahren

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Hier macht ihr erste Erfahrungen mit dem Holz: Wir bohren, sägen, hämmern, feilen und schmirgeln. Es geht nicht um perfekte Ergebnisse, sondern um das einfache und praktische Erlernen des Umgangs mit dem Material Holz und den entsprechenden Werkzeugen. Künstler sind unsere großen Vorbilder und Holzstücke und Latten erwachen zum Leben und werden zu Tieren, kleinen Häuschen oder Fantasiegebilden.

Bitte Vesper, kleines Getränk und Malerkittel mitbringen.

9218

Di, 10.6.–Fr, 13.6., 10–15 Uhr, 4 x
Kunstschule, Holzwerkstatt

€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

Malen in den Pfingstferien

Für Kinder ab 8 Jahren

Andrea Schloder, freischaffende Künstlerin

Das Malatelier bietet kleinen Künstler*innen die Gelegenheit, ihre eigenen Ideen und Fantasien in selbstbestimmtem Arbeiten auszuleben. Dazu werden vielfältige Materialien zur Verfügung gestellt, z. B. Acrylfarben, Buntstifte, Kreiden, selbst gemachte Farben aus Eiern, Pigmenten, Harz und Ölen, die alle ausprobiert und auch gemischt werden können. Wir malen überwiegend auf Papier, werden aber auch eine Leinwand selbst aufspannen, grundieren und bemalen.

9219

Di, ab 10.6., 10–15 Uhr, 2 x
Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 57,70, bei 6 TN € 66,30, bei 5 TN € 78
bei 4 TN € 95,70

Nähkurs

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Susanne Bäuerle, Textildesignerin,
Schnittdirektrice, Maltherapeutin

In diesem Nähkurs lernt ihr, auf unkomplizierte und kreative Weise euch einen Rock, eine kultige Tasche und vieles andere mehr zu nähen. Der Kurs ist auch für Nähanfänger*innen geeignet. Ihr werdet in die Grundkenntnisse an der Nähmaschine eingeführt, so dass ihr dann eure ganz eigenen Ideen umsetzen könnt.

Was ihr gerne mitbringen dürft: Eure eigene Nähmaschine, Stoffe, Stoffreste oder auch Kleidungsstücke, die ihr verändern wollt.

9220

Di, 10.6.–Fr, 13.6., 10–15 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22

€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

Fantasie erleben

NEU

Theaterworkshop

Für Kinder von 4 bis 8 Jahren

Marcus Helm, Theaterpädagoge

Willkommen in der Welt der Fantasie. Alle Kinder dürfen ihre Fantasiefigur zum Leben erwecken. Mit Kreativität und viel Spielfreude begeben wir uns auf Entdeckungsreise. Als Anregung dienen uns Märchen und fantastische Geschichten. Durch Aktionen werden die Lieblingsfiguren jedes Kindes individuell erfahrbar. Spielerische Übungen fördern den Zugang zu unseren Gefühlen. Jetzt dürfen wir mal so richtig „auf den Putz hauen!“ Ist doch klar, dass dabei lustige, schräge und ausgefallene Figuren zum Leben erweckt werden. Zum Abschluss ist eine kleine Aufführung für deine lieben Verwandten und Bekannten geplant. Also, komm und lass dich und die anderen verzaubern.

Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung, hallentaugliche Schuhe,
Vesper und Getränk für die Pausen

9248

Di, 10.6.–Fr, 13.6., 10–13 Uhr, 4 x
Plattenhardt, Schillerhalle

€ 62,80, bei 6 TN € 73,10, bei 5 TN € 87,10
bei 4 TN € 108,40

Pfingstferien 2. Woche

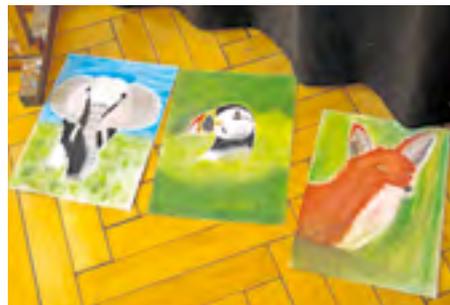


Foto: Ali Schüler

Malen und Zeichnen wie echt



Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Ali Schüler, freischaffender Künstler und
Kunstschulleiter

„Hier könnt ihr eine Woche intensiv Zeichnen und Malen lernen, dass es aussieht wie echt!“ Was braucht's dazu: Einen scharfen Blick, einen guten Strich, täuschend ähnliche Oberflächen, Raumperspektive, Licht-Schatten und so weiter. Mit diesen Mitteln könnte man Stilleben, Tiere oder Portraits malen und zeichnen, aber auch Fantasievorstellungen und eigene Träume zu Papier oder auf die Leinwand bringen.

9225

Mo, 16.6.–Fr, 20.6., 14–17 Uhr, 5 x
auch am Feiertag

Kunstschule, Studio

€ 86, bei 6 TN € 98,90, bei 5 TN € 116,40
bei 4 TN € 143

Werkstattreihe Künstler*innen und Tüftler*innen – Bau einer Kugelbahn nach Inspirationen der Schweizer Künstler Fischli & Weiss

Für Kinder ab 8 Jahren

Susanne von Rosen, freischaffende Künstlerin,
Techniklehrerin

Das Schweizer Künstlerduo Fischli & Weiss wurde international bekannt durch seine Wundermaschinen und den Film „Der Lauf der Dinge“. Inspiriert durch dieses Künstlerduo und seine Werke werdet Ihr die spannende Welt des kreativen Umgangs mit Bewegung und Mechanik entdecken. Ihr lernt, wie Ihr mit einfachen Materialien wie Papprollen, Papptellern, Blechdosen, Klebeband etc. kreative und funktionierende Kugelbahnen gestalten könnt. Praktische Experimente und Fragestellungen wie „welche Kugel rollt am besten – groß oder klein, leicht oder schwer?“ regen Eure Vorstellungskraft an.

Bitte mitbringen: Röhren aller Art aus Pappe und Kunststoff und was Euch sonst noch geeignet scheint sowie eine Murmel oder Kugel.

9226

Mo, 16.6.–Mi, 18.6., 14:30–17 Uhr, 3 x
Kunstschule, Holzwerkstatt

€ 43, bei 6 TN € 49,50, bei 5 TN € 58,20
bei 4 TN € 71,50

Theaterspiel und Märchen

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Christian Kaiser, Staatl. anerkannter Theater-
pädagoge

Gibt es etwas Schöneres als Märchen spielen und sich Verkleiden?

Durch eine Reihe an Übungen und Spielen lernen wir die Grundlagen des Theaterspiels kennen. Gemeinsam werden dann kleine Aufgaben spielerisch bewältigt. Aus diesen entstehen stetig wachsende Rollen. Und so entwickeln wir im Laufe der Woche unser eigenes kleines Märchen, welches wir zum Kursende gegen 12:30 Uhr für die Familienmitglieder aufführen werden.

9227

Mo, 16.6.–Fr, 20.6., 10–13 Uhr, 5 x
Plattenhardt, Schillerhalle

€ 78, bei 6 TN € 90,90, bei 5 TN € 108,40
bei 4 TN € 135





Nähkurs

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Susanne Bäuerle, Textildesignerin,
Schnittdirektrice, Maltherapeutin

In diesem Nähkurs lernt ihr, auf unkomplizierte und kreative Weise euch einen Rock, eine kultige Tasche und vieles andere mehr zu nähen. Der Kurs ist auch für Nähanfänger*innen geeignet. Ihr werdet in die Grundkenntnisse an der Nähmaschine eingeführt, so dass ihr dann eure ganz eigenen Ideen umsetzen könnt.

Was ihr gerne mitbringen dürft: Eure eigene Nähmaschine, Stoffe, Stoffreste oder auch Kleidungsstücke, die ihr verändern wollt.

9228

Mo, 16.6.–Mi, 18.6., 10–15 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 83, bei 6 TN € 95,90, bei 5 TN € 113,40
bei 4 TN € 140

Tonwerkstatt

Für Kinder ab 6 Jahren

Ute Gärtner-Schüler, freischaffende Künstlerin
Dein Lieblingstier, eine Ritterburg mit Drachen oder ein verzaubertes Märchenschloss, eine Trauminsel mit Palmen oder doch lieber außergewöhnlich geformte Tassen, Teller oder Schalen. In diesem Kurs könnt ihr all eure Ideen fantasievoll verwirklichen. Wir arbeiten mit der Wurst- und Plattentechnik. Die fertigen Sachen könnt ihr mit Tonfarben bemalen – und für alle die daran Interesse haben: Wir werden an der Töpferscheibe das „Drehen“ üben! Bitte bringt Arbeitskleidung, Vesper und Getränke für die Pausen mit. 1 € Brennkosten pro Stück, unabhängig von der Größe

9229

Mo, 16.6.–Mi, 18.6., 10–16 Uhr, 3 x
Kunstschule, Keramik
€ 98,20, bei 6 TN € 113,70, bei 5 TN € 134,70
bei 4 TN € 166,60

Sommerferien 1. Woche

Ein Viertel Mond zwischen Wigwam und Lagerfeuer

Für Kinder von 5–9 Jahren

Ursula Kohler, Studium der Keramik,
Elke Radtke, (Video-)Künstlerin

Auf leisen Sohlen nähern wir uns dem Leben der indigenen Kulturen Nordamerikas. Am Waldrand und auf der Wiese verbringen wir eine Woche voll träumerischer und aufregender Abenteuer! Hagenunu und Bunte Feder helfen uns ein typisches Stammeslager zu gestalten. Wir lernen Ornamente zu malen, Gefäße und Totems zu töpfeln und spielen mit allen Materialien, die Wald und Steppe uns bieten. Wir jagen Pflanzen und pflücken Bären (oops!), wir üben uns im Schleichen und schauen auch mal nach, was auf dem Kriegspfad so los ist. Überlieferte Geschichten helfen uns dabei, die Klischees vom „indianischen Leben“ hinter uns zu lassen und besser zu verstehen, was wirklich war. Zum Schluss halten wir ein zünftiges POWWOW!

Bitte ein Leintuch/Stoff (alt und weiß! Keine Kunstfaser) plus einen Socken mitbringen! Außerdem unbedingt feste Mokassin, alte Kleidung (wir malen mit Acryl) und ausreichend Vesper sowie Wasser/Tee. Bis bald!!! Wir treffen uns beim Wanderparkplatz am Uhlbergturn in Plattenhardt,

Ortsausgang von Plattenhardt in Richtung Waldenbuch.

Vor Kursbeginn erhalten eure Eltern ein Merkblatt mit allen wichtigen Informationen zur Waldwoche und zum Aufenthalt im Naturraum Wald.

9241

Mo, 4.8.–Fr, 8.8., 10–17 Uhr, 5 x
Am Uhlbergturn
€ 181,30, bei 11 Kindern € 197,40
bei 10 Kindern € 216,70

Farben des Hochsommers malen – verbunden mit Farbenlehre

Für Kinder und Jugendliche von 7 bis 12 Jahren

Okuli Bernhard, freischaffende Künstlerin
Entdecke die farbenfrohe Welt des Hochsommers mit neuen Augen und bringe sie in freien Formen auf das Papier. Und weil es im Hochsommer viel zu erleben gibt, wie z. B. das Rumtoben im kühlen Wasser des Schwimmbades, kannst du auch deine eigenen Bildgeschichten erzählen. Dabei mischst du, wie große Künstler*innen, die mit Wasser vermalbaren Gouachefarben auf deiner Palette und lässt so spannende Bilder nach deinen eigenen Vorstellungen entstehen.

9236

Mo, 4.8.–Fr, 8.8., 10–13 Uhr, 5 x
Kunstschule, Malersaal
€ 82, bei 6 TN € 94,90, bei 5 TN € 112,40
bei 4 TN € 139



Foto: Andrea Schloder

Malen in den Sommerferien

Für Kinder ab 8 Jahren

Andrea Schloder, freischaffende Künstlerin
Das Malatelier bietet kleinen Künstlern*innen die Gelegenheit, ihre eigenen Ideen und Fantasien in selbstbestimmtem Arbeiten auszuleben. Dazu werden vielfältige Materialien zur Verfügung gestellt, z. B. Acrylfarben, Buntstifte, Kreiden, selbst gemachte Farben aus Eiern, Pigmenten, Harz und Ölen, die alle ausprobiert und auch gemischt werden können. Wir malen überwiegend auf Papier, werden aber auch eine Leinwand selbst aufspannen, grundieren und bemalen.

9237

Mo, 4.8.–Fr, 8.8., 10–15 Uhr, 5 x
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 129,70, bei 6 TN € 151,20, bei 5 TN € 180,40
bei 4 TN € 224,70

Tonwerkstatt

Für Kinder ab 6 Jahren

Ute Gärtner-Schüler, freischaffende Künstlerin
Dein Lieblingstier, eine Ritterburg mit Drachen oder ein verzaubertes Märchenschloss, eine Trauminsel mit Palmen oder doch lieber außergewöhnlich geformte Tassen, Teller oder Schalen. In diesem Kurs könnt ihr all eure Ideen fantasievoll verwirklichen. Wir arbeiten mit der Wurst- und Plattentechnik. Die fertigen Sachen könnt ihr mit Tonfarben bemalen – und für alle die daran Interesse haben: Wir werden an der Töpferscheibe das „Drehen“ üben! Bitte bringt Arbeitskleidung, Vesper und Getränke für die Pausen mit. 1 € Brennkosten pro Stück, unabhängig von der Größe

9238

Mo, 4.8.–Mi, 6.8., 10–16 Uhr, 3 x
Kunstschule, Keramik
€ 98,20, bei 6 TN € 113,70, bei 5 TN € 134,70
bei 4 TN € 166,60

Kunterbunte Tierwerkstatt

Für Kinder 5 bis 8 Jahren

Walter Schüler, freischaffender Künstler
Monika Heimbach, Pädagogin
Wir hören viele spannende Geschichten von wilden, zahmen, großen und kleinen Tieren und bauen sie aus verschiedenen Materialien wie z. B. Papier, Pappe, Draht, Pappmaché, Ton und Farbe nach, dabei lernt Ihr unterschiedliche Techniken kennen. Auch die Holzwerkstatt steht uns in diesem Kurs zur Verfügung. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt und es kann vieles entstehen: Ein Hund an der Leine, den man Gassi führen kann, ein springender Delfin, eine Hasenfamilie, eine Muschel mit echter Perle oder was Euch sonst noch so einfällt. Außerdem ist noch viel Zeit zum Malen und Erfinden eigener Geschichten.

Bitte Vesper und Getränk mitbringen.

9239

Mo, 4.8.–Fr, 8.8., 10–15 Uhr, 5 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 136,70, bei 11 Kindern € 148,20
bei 10 Kindern € 162,04

Holzschnitzen

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Thomas Schuster, Bildhauer
Wer gerne schnitzt oder es einmal ausprobieren will, ist in diesem Kurs genau richtig. Hier lernt Ihr, wie man ein Stück Holz mit Schnitzseisen und Klöpfel bearbeitet. Ob daraus eine Schale, eine einfache Figur, oder ein Geschöpf Eurer Fantasie entstehen soll, entscheidet Ihr selbst. Mit Hilfe des Werkzeugs, der richtigen Schnitztechnik und körperlichem Einsatz, gebt Ihr dem Holz eine eigene Form.

Bitte Vesper und Trinken mitbringen.

9240

Mo, 4.8.–Fr, 8.8., 10–16 Uhr, 5 x
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 158, bei 6 TN € 183,80, bei 5 TN € 218,80
bei 4 TN € 272

Die Kunstschule ist auch auf Instagram – schauen Sie einfach mal rein!





Steinbildhauerei für Jugendliche

Für Jugendliche von 12 bis 18 Jahren

Martina Steinmann, Dipl. Kunsttherapeutin

In dieser Woche könnt ihr euch einen Sandstein aussuchen. Zusammen bauen wir unsere Arbeitsplätze im Freien unter Pavillons auf. Gemeinsam helfen wir uns mit den großen Steinen. Du kannst gerne deine Ideen umsetzen oder die Ideen kommen durch betrachten von Bildern oder von den Steinen. Aus deinem Stein kann auch ein Brunnen werden. Die Werkzeuge sind Hammer und unterschiedliche Meisel.

Ich freue mich auf euch. Mein Hund Rona ist auch dabei.

Bringt bitte Arbeitskleidung, feste Schuhe, wenn möglich eine eigene Schutzbrille und ein Vesper mit.

9368

Mo, 4.8.–Fr, 8.8., 10–16 Uhr, 5 x Hof der Kunstschule

€ 162, bei 6 TN € 187,80, bei 5 TN € 222,80 bei 4 TN € 276

Schweißen

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Ellen Zimmermann-Wendt

In dieser Woche werden wir das Schweißen mit dem Schutzgas-Schweißgerät lernen und es werden wunderbare und interessante Objekte aus Metall entstehen. Durch sägen, feilen und bohren wird das Material in die richtige Form gebracht und dann kann geschweißt werden. Ob Roboter oder Insekt, Kerzenständer oder Stifte-Halter, eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.



Schweißarbeit: David Bauer, Foto: Susanne von Rosen

9242

Mo, 4.8.–Mi, 6.8., 14–17 Uhr, 3 x Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7

€ 50,60, bei 6 TN € 58,40, bei 5 TN € 68,80 bei 4 TN € 84,80

Nähkurs

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Susanne Bäuerle, Textildesignerin, Schnittdirektrice, Maltherapeutin

In diesem Nähkurs lernt ihr, auf unkomplizierte und kreative Weise euch einen Rock, eine kultige Tasche und vieles andere mehr zu nähen. Der Kurs ist auch für Nähanfänger*innen geeignet. Ihr werdet in die Grundkenntnisse an der Nähmaschine eingeführt, so dass ihr dann eure ganz eigenen Ideen umsetzen könnt.

Was ihr gerne mitbringen dürft: Eure eigene Nähmaschine, Stoffe, Stoffreste oder auch Kleidungsstücke, die ihr verändern wollt.

9251

Di, 5.8.–Fr, 8.8., 10–15 Uhr, 4 x Plattenhardt, vhs, Raum 22

€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80 bei 4 TN € 184,30

Sommerferien 2. Woche

Ein Viertel Mond zwischen Wigwam und Lagerfeuer

Für Kinder von 5–9 Jahren

Ursula Kohler, Studium der Keramik, Elke Radtke, (Video-)Künstlerin

Auf leisen Sohlen nähern wir uns dem Leben der indigenen Kulturen Nordamerikas. Am Waldrand und auf der Wiese verbringen wir eine Woche voll träumerischer und aufregender Abenteuer! Hagenunu und Bunte Feder helfen uns ein typisches Stammeslager zu gestalten. Wir lernen Ornamente zu malen, Gefäße und Totems zu töpfeln und spielen mit allen Materialien, die Wald und Steppe uns bieten. Wir jagen Pflanzen und pflücken Bären (oops!), wir üben uns im Schleichen und schauen auch mal nach, was auf dem Kriegspfad so los ist. Überlieferte Geschichten helfen uns dabei, die Klischees vom „indianischen Leben“ hinter uns zu lassen und besser zu verstehen, was wirklich war. Zum Schluss halten wir ein zünftiges POWWOW!

Bitte ein Leintuch/Stoff (alt und weiß! Keine Kunstfaser) plus einen Socken mitbringen! Außerdem unbedingt feste Mokassin, alte Kleidung (wir malen mit Acryl) und ausreichend Vesper sowie Wasser/Tee. Bis bald!!! Wir treffen uns beim Wanderparkplatz am Uhlbergturm in Plattenhardt, Ortsausgang von Plattenhardt in Richtung Waldenbuch.

Vor Kursbeginn erhalten eure Eltern ein Merkblatt mit allen wichtigen Informationen zur Waldwoche und zum Aufenthalt im Naturraum Wald.

9258

Mo, 11.8.–Fr, 15.8., 10–17 Uhr, 5 x Am Uhlbergturm

€ 181,30, bei 11 Kindern € 197,40 bei 10 Kindern € 216,70



Foto: Julia Duis

Leben wie im Mittelalter

Für Kinder ab 8 Jahren

Julia Duis, Kunsthistorikerin M.A.

Wie lebten eigentlich die Kinder im Mittelalter? Gingen sie auch zur Schule? Vor über 1000 Jahren sah das Leben für Kinder und Erwachsene ganz anders aus als heute. Anhand von Bildern und Geschichten erfahrt ihr mehr über diese Zeit. Ein echter Ritter braucht natürlich auch ein Schwert und ein Schild mit seinem Wappen darauf, auch das basteln wir uns, zudem bauen wir eine eigene Ritterburg. Außerdem hören wir mittelalterliche Musik und malen und schreiben wie damals die Mönche.

Bitte mitbringen: Einen Schuhkarton, leere Pappschachteln (Tee- oder Medikamentenschachteln) und ... ein Vesper.

9252

Mo, 11.8.–Fr, 15.8., 10–13 Uhr, 5 x Kunstschule, Studio

€ 86, bei 6 TN € 98,90, bei 5 TN € 116,40 bei 4 TN € 143



Foto: Esther Hack

Kreatives Nähen

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Esther Hack, Modedesignerin

Ihr habt Lust zu nähen und Ideen was ihr machen wollt, dann seid ihr in diesem Kurs genau richtig. Egal ob Kleidungsstücke, Hüte oder Taschen, ich helfe euch bei der Umsetzung. Vorkenntnisse braucht ihr keine, nur ein wenig Geduld bis alle Nähmaschinen laufen und jede(r) damit umgehen kann. Wenn ihr habt bringt Schnitt und Stoffe mit, ansonsten finden wir was im Fundus und entwickeln die Schnitte selbst.

Ebenso eure eigene Nähmaschine, falls ihr eine habt. Ich bin gespannt auf eure Ideen.

9253

Mo, 11.8.–Do, 14.8., 10–15 Uhr, 4 x Plattenhardt, vhs, Raum 22

€ 108,30 bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80 bei 4 TN € 184,30

Malen in den Sommerferien

Für Kinder ab 8 Jahren

Andrea Schloder, freischaffende Künstlerin

Das Malatelier bietet kleinen Künstler*innen die Gelegenheit, ihre eigenen Ideen und Fantasien in selbstbestimmtem Arbeiten auszuleben. Dazu werden vielfältige Materialien zur Verfügung gestellt, z.B. Acrylfarben, Buntstifte, Kreiden, selbst gemachte Farben aus Eiern, Pigmenten, Harz und Ölen, die alle ausprobiert und auch gemischt werden können. Wir malen überwiegend auf Papier, werden aber auch eine Leinwand selbst aufspannen, grundieren und bemalen.

Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!

9254

Mo, ab 11.8., 10–15 Uhr, 2 x Sielmingen, WIE, Kunstraum

€ 53,70 bei 6 TN € 62,30, bei 5 TN € 74 bei 4 TN € 91,70



Foto: Manu Kallinger

Theater plus Kunst – Sommer Camp

Für Kinder ab 7 Jahren

Maud Rapp, Theaterpädagogin, Katja Miller, Illustratorin, Malerin

In unserem Sommerkurs machen wir Theater: Mit allem, was dazu gehört!

Der Kurs wird in zwei Teile gegliedert: Am Vormittag entwickeln und proben wir zusammen ein Theaterstück. Dafür machen wir Theaterübungen und Spiele, lernen laut zu sprechen und üben, wie es ist auf der Bühne zu stehen. Nach einer Mittagspause dürft ihr euch dann künstlerisch ausgeben: Gemeinsam mit einer Kunstpädagogin erweckt ihr das Theaterstück mit Euren Händen zum Leben: Ihr bastelt Requisiten, entwerft Kostüme und baut ein Bühnenbild speziell für unser entwickeltes Stück. Dafür benutzen wir unseren Fundus an Federn, Glitzersteinen, Papier und Holz, Stoffe wie Farben So entsteht in einer Woche Stück für Stück euer ganz eigenes „Gesamtkunstwerk“.

Zum krönenden Abschluss dürft ihr natürlich dieses selbst entworfene Theaterstück Eltern und Freund*innen auf der Bühne vorführen.

9256

Mo, 11.8.–Fr, 15.8., 10–16 Uhr, 5 x
Plattenhardt, Schillerhalle
€ 156, bei 11 Kindern € 169,90
bei 10 Kindern € 186,40

Holzwerkstatt für Kinder

Für Kinder von 5 bis 8 Jahren

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Hier macht ihr erste Erfahrungen mit dem Holz: Wir bohren, sägen, hämmern, feilen und schmirgeln. Es geht nicht um perfekte Ergebnisse, sondern um das einfache und praktische Erlernen des Umgangs mit dem Material Holz und den entsprechenden Werkzeugen. Künstler sind unsere großen Vorbilder und Holzstücke und Latten erwachen zum Leben und werden zu Tieren, kleinen Häuschen oder Fantasiegebilden.

Bitte Vesper, kleines Getränk und Malerkittel mitbringen.

9257

Mo, 11.8.–Fr, 15.8., 10–15 Uhr, 5 x
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 133,70, bei 6 TN € 155,20, bei 5 TN € 184,40
bei 4 TN € 228,70

Die Königin der Farben **NEU**

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Fariba Gholizadeh, Kinderbuch-Illustratorin

In diesem Kurs lernen die Kinder Malweda, die Königin der Farben und ihre Untertanen Blau, Rot und Gelb kennen. Dabei erfahren sie spielerisch vieles über Farben. Können Farben mit unterschiedlichen Gefühlen zu tun haben? Im Buch sind sie mal sanft, gefährlich, warm oder zickig. Die Kinder lernen Schritt für Schritt durch eine lustige Geschichte die Farben zu entdecken und mit ihnen zu malen. Mit viel Spaß und auf fantasievolle Weise lernen sie das Verhältnis der Grundfarben und ihre Mischungen kennen.

Als Kinderbuch-Illustratorin zeige ich den Kindern dabei verschiedene Maltechniken. Die Entdeckungsfreude und die Freude am Malen begleiten uns dabei.

9259

Mi, 13.8.–Fr, 15.8., 10–12 Uhr, 3 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 37,40, bei 6 TN € 42,60, bei 5 TN € 49,60,
bei 4 TN € 60,20

Lieblingstier – Zeichnen und Malen **NEU**

Für Kinder von 8 bis 10 Jahren

Fariba Gholizadeh, Kinderbuch-Illustratorin

Bist du auf der Suche nach einem Kurs, bei dem du deine Lieblingstiere wie beispielsweise Löwe, Katze, Schaf, Dino, Krokodil und mehr malen kannst? Dann bist du hier richtig. Du lernst Schritt für Schritt deine Tiere mit viel Spaß und auf fantasievolle Weise künstlerisch aufs Papier zu bringen. Als gelernte Illustratorin zeige ich dir dabei verschiedene Mal- und Zeichentechniken. Entdecke die Freude am Zeichnen und Malen und gehe die ersten Schritte auf dem Weg zu Künstler*innen.

9260

Mi, 13.8.–Fr, 15.8., 13–15 Uhr, 3 x
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 37,40, bei 6 TN € 42,60, bei 5 TN € 49,60
bei 4 TN € 60,20

Sommerferien 5. Woche

Ein Viertel Mond zwischen Wigwam und Lagerfeuer

Für Kinder von 5–9 Jahren

Ursula Kohler, Studium der Keramik, Elke Radtke, (Video-)Künstlerin

Auf leisen Sohlen nähern wir uns dem Leben der indigenen Kulturen Nordamerikas. Am Waldrand und auf der Wiese verbringen wir eine Woche voll träumerischer und aufregender Abenteuer! Hagenunu und Bunte Feder helfen uns ein typisches Stammeslager zu gestalten. Wir lernen Ornamente zu malen, Gefäße und Totems zu töpfern und spielen mit allen Materialien, die Wald und Steppe uns bieten. Wir jagen Pflanzen und pflücken Bären (oops!), wir üben uns im Schleichen und schauen auch mal nach, was auf dem Kriegspfad so los ist. Überlieferte Geschichten helfen uns dabei, die Klischees vom „indianischen Leben“ hinter uns zu lassen und besser zu verstehen, was wirklich war. Zum Schluss halten wir ein zünftiges POWWOW!

Bitte ein Leintuch/Stoff (alt und weiß! Keine Kunstfaser) plus einen Socken mitbringen! Außerdem

unbedingt feste Mokassin, alte Kleidung (wir malen mit Acryl) und ausreichend Vesper sowie Wasser/Tee. Bis bald!!! Wir treffen uns beim Wanderparkplatz am Uhlbergturn in Plattenhardt, Ortsausgang von Plattenhardt in Richtung Waldenbuch.

Vor Kursbeginn erhalten eure Eltern ein Merkblatt mit allen wichtigen Informationen zur Waldwoche und zum Aufenthalt im Naturraum Wald.

9261

Mo, 1.9.–Fr, 5.9., 10–17 Uhr, 5 x
Am Uhlbergturn
€ 181,30, bei 11 Kindern € 197,40
bei 10 Kindern € 216,70

Kreatives Nähen

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Esther Hack, Modedesignerin

Ihr habt Lust zu nähen und Ideen, was ihr machen wollt, dann seid ihr in diesem Kurs genau richtig. Egal ob Kleidungsstücke, Hüte oder Taschen, ich helfe euch bei der Umsetzung. Vorkenntnisse braucht ihr keine, nur ein wenig Geduld, bis alle Nähmaschinen laufen und jede(r) damit umgehen kann. Falls ihr welche habt bringt gerne Schnitte und Stoffe mit, ansonsten finden wir was im Fundus und entwickeln die Schnitte selbst.

Ebenso könnt ihr eure eigene Nähmaschine mitbringen, falls ihr eine habt.

Ich bin gespannt auf eure Ideen.

9255

Mo, 1.9.–Do, 4.9., 10–15 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

Sommerferien 6. Woche

Ein Viertel Mond zwischen Wigwam und Lagerfeuer

Für Kinder von 5–9 Jahren

Ursula Kohler, Studium der Keramik, Beate Blankenhorn, Freischaffende Künstlerin

Auf leisen Sohlen nähern wir uns dem Leben der indigenen Kulturen Nordamerikas. Am Waldrand und auf der Wiese verbringen wir eine Woche voll träumerischer und aufregender Abenteuer! Hagenunu und Bunte Feder helfen uns ein typisches Stammeslager zu gestalten. Wir lernen Ornamente zu malen, Gefäße und Totems zu töpfern und spielen mit allen Materialien, die Wald und Steppe uns bieten. Wir jagen Pflanzen und pflücken Bären (oops!), wir üben uns im Schleichen und schauen auch mal nach, was auf dem Kriegspfad so los ist. Überlieferte Geschichten helfen uns dabei, die Klischees vom „indianischen Leben“ hinter uns zu lassen und besser zu verstehen, was wirklich war. Zum Schluss halten wir ein zünftiges POWWOW!

Bitte ein Leintuch/Stoff (alt und weiß! Keine Kunstfaser) plus einen Socken mitbringen! Außerdem unbedingt feste Mokassin, alte Kleidung (wir malen mit Acryl) und ausreichend Vesper sowie Wasser/Tee. Bis bald!!! Wir treffen uns beim Wanderparkplatz am Uhlbergturn in Plattenhardt, Ortsausgang von Plattenhardt in Richtung Waldenbuch.

Vor Kursbeginn erhalten eure Eltern ein Merkblatt mit allen wichtigen Informationen zur Waldwoche und zum Aufenthalt im Naturraum Wald.



9269

Mo, 8.9.–Fr, 12.9., 10–17 Uhr, 5 x
Am Uhlbergturm
€ 181,30, bei 11 Kindern € 197,40
bei 10 Kindern € 216,70

Malen mit Acryl und viel Gefühl

NEU

Für Grundschulkinder

Andrea Supper, Freischaffende Künstlerin

In diesem Malkurs lernen die Kinder, mit Acrylfarben zu malen. Eigene Mal-Ideen der Kinder werden dabei berücksichtigt und umgesetzt. Je nach Voraussetzungen und individuellen Vorlieben der Kinder kommen dazu auch Schablonen zur eigenen Ausgestaltung zum Einsatz. Als Bildträger recyceln wir Pappe und Karton, beispielsweise von Verpackungen.

Das Malen auf Pappe mit Acrylfarbe hebt die bereits vorhandene natürliche Struktur des Trägermaterials hervor und sorgt für besondere Lebendigkeit des Bildes. Über den Einsatz von Farben hinaus experimentieren die Kinder mit der Verwendung von Materialien wie Asche, Sand, Pflanzenteilen oder Gips, um besonders interessante Hintergründe zu kreieren.

Letztlich erfahren die Kinder auch, dass durch die Verwendung von Karton/Pappe als Basis nachhaltiges Kunstschaffen möglich ist.

9271

Mo, 8.9.–Do, 11.9., 10–13 Uhr, 4 x
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 67,80, bei 6 TN € 78,10, bei 5 TN € 92,10
bei 4 TN € 113,40



Foto: Martina Steinmann

Gefäße, Schalen und Dosen aus Ton

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Martina Steinmann, Dipl. Kunsttherapeutin

An diesen zwei Tagen könnt ihr aus Ton Gefäße herstellen: Große und kleine, offene oder mit Deckel, bunte oder polierte oder mit besonderen Verzierungen. Wenn es euch interessiert, könnt ihr euch auch mal an der Töpferscheibe versuchen. Mein Hund Rona und ich freuen uns auf euch!

+ 1 € Brennkosten pro Stück, unabhängig von der Größe

9272

Mo, 8.9. und Di, 9.9., 10–15 Uhr
Kunstschule, Keramik
€ 55,70, bei 6 TN € 64,30, bei 5 TN € 76
bei 4 TN € 93,70

KUNSTSCHULE FÜR JUGENDLICHE



Foto: Ali Schüler, Zeichnung: Julia Henke

Malen und Zeichnen wie echt



Für Jugendliche ab 13 Jahren

Ali Schüler, freischaffender Künstler und Kunstschulleiter

„Hier könnt Ihr Zeichnen und Malen lernen, dass es aussieht wie echt“.

Was braucht's dazu: Einen scharfen Blick, einen guten Strich, täuschend ähnliche Oberflächen, Raumperspektive, Licht-Schatten usw ...

Mit diesen Mitteln könnte man Stilleben malen und zeichnen, aber auch Fantasievorstellungen und eigene Träume zu Papier bringen.

Zunächst 8 Abende.

Bei Interesse zusätzliche Termine:

- Schauen, wie die Profis das machen!
- Selber Rahmen bauen, mit Leinwand bespannen und grundieren.

9353

Mi, ab 19.2., 17–18:30 Uhr, 8 x
Kunstschule, Studio
€ 74, bei 6 TN € 84,90, bei 5 TN € 99,60
bei 4 TN € 122



Foto: Simone Haasis

Farbpiano meets Street Art

NEU

Für Jugendliche ab 12 Jahren

Simone Haasis, freiberufliche Designerin, Kindermalbegleiterin (IHKD)

Du liebst Farben, möchtest gern eine besondere kreative Auszeit für dich und dabei neue Energie tanken? Der Kunstraum im WIE bietet dir die Möglichkeit dazu. Hier malen wir stehend auf großen Papieren an der Wand und an Staffeleien. Im Zentrum steht das „Farbpiano“, ein XL-Farbpalettentisch mit 20 leuchtenden Farb-Tönen (Gouache). Bei diesem speziellen Workshop er-

weitern wir unsere Palette an gestalterischen Ausdrucksmöglichkeiten: Das Malen mit Pinseln und wird ergänzt durch Techniken aus der Street Art (Stencil, Marker, Stempel, Collage). Wir bleiben dabei dem Motto treu: Keine Motiv-Vorgaben, keine (Be-)Wertung - eigene Bildideen dürfen entstehen. Du findest deinen ganz persönlichen Ausdruck, indem du mit Farben, Formen und Malwerkzeugen in mehreren Schichten experimentierst. Zusätzlich zu den Papieren in Plakatgröße kannst du auch eine Leinwand gestalten. Wir arbeiten innen und nutzen keine Spraydosen, können den Effekt aber mit einfachen anderen Mitteln erreichen.

Entspannung und Spaß an einem besonderen Mal-Erlebnis stehen im Vordergrund, Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Bitte bring Malkleidung (auch Schuhe) sowie Vesper und Getränk mit. Leinwand kann günstig erworben (ca.4 €) oder mitgebracht werden.

9358

Sa, 22.2. und Sa, 15.3. 14–17 Uhr
Kunstschule, Kinder- und Jugendwerkstatt
€ 35, bei 6 TN € 40,40, bei 5 TN € 47,80
bei 4 TN € 59

Action Painting – Auf den Spuren von Jackson Pollock

NEU

Für Jugendliche ab 14 Jahren

Petra Eisele, Kulturpädagogin

Farbe Mischen, Farbe sprengeln, Farbe tropfen, Farbe pinseln, Farbe ziehen, Farbe rollen, Farbe spachteln, Farbe weg kratzen. In diesem Kurs dürft ihr all das ausprobieren. Wir nutzen vor allem Acrylfarbe und viel unkonventionelles Material. Du arbeitest frei von konkreten Bildvorstellungen und lässt einfach dem Schaffensprozess freien Lauf.

Du kannst eigene Ideen und Wünsche einbringen und wir schauen dann gemeinsam, was sich realisieren lässt. Zu Beginn schauen wir uns gemeinsam Leben und Werk des amerikanischen Künstlers Jackson Pollock an.

Bitte bring für die Pause Essen und Getränk mit.

9370

Sa, 24.5., 11–15 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 22,30, bei 6 TN € 25,90, bei 5 TN € 30,80
bei 4 TN € 38,30





Pizza-Action Night – Fluid Art

NEU

Für Jugendliche von 14 bis 17 Jahren

Petra Eisele, Kulturpädagogin

Ein Stück Kreativität auf Leinwand.

In diesem Kurs nähern wir uns dem Trend der „Fluid Art“. Hierfür bauen wir eine Konstruktion um Farbe in einem Behälter über einer Leinwand schwingen zu lassen. Die Farbe wird nicht gemalt sondern gegossen und fließt geschmeidig über den Malgrund. Du arbeitest frei von konkreten Bildvorstellungen und lässt einfach dem Schaffensprozess freien Lauf. Zur Inspiration schauen wir uns Leben und Werk des amerikanischen Künstlers Jackson Pollock an.

Für eine gemeinsame Pause bestellen wir Pizza. Du kannst dein Abendessen aber gerne auch mitbringen, falls dir das lieber ist.

9371

Fr, 27.6., 18–21 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 8, pro Person

Freies Zeichnen

Für Jugendliche ab 12 Jahren

Ursula Knödler, Grafik-Designerin, freischaffende Künstlerin

Wenn Du gerne zeichnest und neue Ideen und Tipps brauchst, dann bist Du in diesem Kurs gut aufgehoben. Hier bekommst Du die Möglichkeit, Deine Fähigkeiten im Zeichnen auszuarbeiten, verschiedene Materialien auszuprobieren und Dir Zeit für intensive Zeichnen zu nehmen.

Ob Portraits, Mangas oder Stilleben, alle Ideen sind willkommen. Ich unterstütze Euch bei der Perspektive, Licht und Schatten und bei Eurem persönlichen Strich.

9359

Fr, ab 14.3., 15:45–17:15 Uhr, 4 x
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 37, bei 6 TN € 42,40, bei 5 TN € 49,80
bei 4 TN € 61

Siebdruck- Wochenendkurs

NEU

Für Jugendliche von 14 bis 18 Jahren

Ute Fischer-Dieter, Visual Merchandiser

In einer Gruppe von max. 4 Personen wird der Siebdruck in allen seinen Facetten vorgestellt. Vieles kann selbst ausprobiert werden. Dabei könnt ihr sehr intensiv und speziell auf eure Bedürfnisse abgestimmt arbeiten. Ihr erlebt, wie vielseitig und individuell diese Drucktechnik ist. Vorhandene Entwürfe können mitgebracht werden, gerne auch aus anderen Kursen. Wir besprechen eure Ideen und stellen die passenden Schablonen her. Fotos können beispielsweise mit dem Handy oder Laptop für das Druckverfahren entsprechend bearbeitet werden. Selbst feinste Linien können mittels der fotomechanischen Schicht auf ein Sieb übertragen und bis max. DIN A4 gedruckt werden. Gearbeitet wird mit wasserbasierten Farben.

Bitte bringt Arbeitskleidung mit. Eventuelle Vorlagen oder Skizzen sollten schwarz-weiß sein.

9334

Sa, 26.7. und So, 27.7., 13–17 Uhr
maximal 4 Teilnehmende
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 45,70 pro Person



Foto: Nadja Pidan

Zeichnen – Von Manga bis Comic

Für Jugendliche von 12 bis 15 Jahren

Nadja Pidan, Leiterin der Jugendkunstschule
Backnang, Kunstdozentin

Mangas oder Comics, Filzstifte oder Buntstifte – an diesem Nachmittag kannst Du Deine Lieblingsmotive zum Thema machen und in lockerer Kunstschul-Atmosphäre umsetzen. Ob Du bereits Zeichenerfahrung hast oder nicht, spielt dabei keine Rolle. Mit diversen Mitteln wird die Welt des Zeichnens offengelegt und es kann experimentiert werden!

Bitte bringt gerne, soweit Ihr das habt, Papier oder Skizzenbücher sowie Zeichenstifte mit.

9354

Fr, 21.2., 15–17 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 10,70, bei 6 TN € 12,50, bei 5 TN € 15
bei 4 TN € 18,70

9355

Fr, 9.5., 15–17 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 10,70, bei 6 TN € 12,50, bei 5 TN € 15
bei 4 TN € 18,70

Töpfern und freies Arbeiten mit Ton – für Jugendliche und junge Erwachsene

NEU

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Julia Billmaier

Die Hektik des Alltags und Überforderung durch Reizüberflutung, die ich selbst als junge Frau in der heutigen Gesellschaft manchmal erlebe, können durch das Arbeiten mit Ton gut ausgeglichen werden. Das Material Ton soll in diesem Kurs durch seine Eigenschaften wertgeschätzt werden. Verschiedene Aufbautechniken, das Drehen an der Töpferscheibe als auch freies Modellieren sind möglich zu lernen.

Glasurtermin: Fr, 19.9.2025/18:30–20:00 Uhr
Die Materialkosten werden mit 5 € pro kg Ton inkl. Brand berechnet.

9659

Sa, ab 19.7., 14–18 Uhr, 3 x
Kunstschule, Keramik
€ 49,40, bei 6 TN € 57,80, bei 5 TN € 69,20
bei 4 TN € 86,40

FERIENKURSE FÜR JUGENDLICHE

Nähkurse

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Susanne Bäuerle, Textildesignerin,
Schnittdirektrice, Maltherapeutin

In diesem Nähkurs lernt ihr, auf unkomplizierte und kreative Weise euch einen Rock, eine kultige Tasche und vieles andere mehr zu nähen. Der Kurs ist auch für Nähanfänger*innen geeignet. Ihr werdet in die Grundkenntnisse an der Nähmaschine eingeführt, so dass ihr dann eure ganz eigenen Ideen umsetzen könnt.

Was ihr gerne mitbringen dürft: Eure eigene Nähmaschine, Stoffe, Stoffreste oder auch Kleidungsstücke, die ihr verändern wollt.

9209

Mo, 14.4.–Mi, 16.4., 10–15 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 83, bei 6 TN € 95,90, bei 5 TN € 113,40
bei 4 TN € 140

9214

Di, 22.4.–Fr, 25.4., 10–15 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

9220

Di, 10.6.–Fr, 13.6., 10–15 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

9228

Mo, 16.6.–Mi, 18.6., 10–15 Uhr, 3 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 83, bei 6 TN € 95,90, bei 5 TN € 113,40
bei 4 TN € 140

9251

Di, 5.8.–Fr, 8.8., 10–15 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

9275

Di, 9.9.–Fr, 12.9., 10–15 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

Kreatives Nähen

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Esther Hack, Modedesignerin

Ihr habt Lust zu nähen und Ideen was ihr machen wollt, dann seid ihr in diesem Kurs genau richtig. Egal ob Kleidungsstücke, Hüte oder Taschen, ich helfe euch bei der Umsetzung. Vorkenntnisse braucht ihr keine, nur ein wenig Geduld bis alle Nähmaschinen laufen und jede(r) damit umgehen kann. Wenn ihr habt bringt Schnitt und Stoffe mit, ansonsten finden wir was im Fundus und entwickeln die Schnitte selbst.

Ebenso eure eigene Nähmaschine, falls ihr eine habt. Ich bin gespannt auf eure Ideen.

9253

Mo, 11.8.–Do, 14.8., 10–15 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22
€ 108,30 bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30



9255

Mo, 1.9.–Do, 4.9., 10–15 Uhr, 4 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22€ 108,30, bei 6 TN € 125,50, bei 5 TN € 148,80
bei 4 TN € 184,30

Szenisches Schauspiel

Für Jugendliche ab 14 Jahren

Christian Kaiser, Staatl. anerkannter Theaterpädagog

Wir beginnen mit Szenen aus verschiedenen Theaterstücken, anhand derer wir uns ansehen, wie eine Szene aufgebaut ist. Wir werden uns mit folgenden Fragen auseinandersetzen: Wie erzeuge ich Spannung? Wie gestalte ich meine Figur interessant und fülle sie mit Leben? Wie kann natürliche Emotionalität entstehen?

Was macht eine gute Szene aus?

Dies geschieht im Wechsel von improvisiertem Spiel und anschließendem Reflektieren. Im Verlauf der Woche könnt ihr eigene Szenen schreiben und wir arbeiten gemeinsam an diesen. Dabei werden wir sicher viel Spaß miteinander haben.

9309

Mo, 14.4.–Do, 17.4., 14–17 Uhr, 4 x
Plattenhardt, Schillerhalle€ 67,80, bei 6 TN € 78,10, bei 5 TN € 92,10
bei 4 TN € 113,40

9310

Mo, 16.6.–Fr, 20.6., 14–17 Uhr, 5 x
Plattenhardt, Schillerhalle€ 83, bei 6 TN € 95,90, bei 5 TN € 113,40
bei 4 TN € 140Foto: Susanne von Rosen,
Schweißarbeit: Enno Haas und Jannes Wiegner

Kreative Schweißwerkstatt

Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Susanne von Rosen, freischaffende Künstlerin,
Techniklehrerin

In diesem einzigartigen Kurs habt ihr die Gelegenheit, eure künstlerische Kreativität mit handwerklichem Geschick zu verbinden und faszinierende Kunstwerke aus Metall zu erschaffen. Ob Roboter oder Insekt, Kerzenständer oder Gartenskulptur – das entscheidet ihr. Unsere Kreative Schweißwerkstatt ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Ihr werdet angeleitet, wie ihr mit Schweißgerät, Metallstücken und anderen Werkzeugen umgehen könnt um eure beeindruckenden Kunstwerke zu gestalten.

Bitte lange, alte Baumwollkleidung und geschlossene Schuhe anziehen.

9273

Mo, 8.9.–Do, 11.9., 14–17 Uhr, 4 x
Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7€ 65,80, bei 6 TN € 76,10, bei 5 TN € 90,10
bei 4 TN € 111,40

Farbpiano meets Street Art



Für Jugendliche ab 12 Jahren

Simone Haasis, freiberufliche Designerin,
Kindermalbegleiterin (IHKD)**NEU**

Du liebst Farben, möchtest gern eine besonders entspannte und kreative Auszeit für dich verbringen und dabei neue Energie tanken? Der Kunstraum im WIE bietet dir die Möglichkeit dazu. Hier malen wir stehend auf großen Papieren an der Wand und an Staffeleien. Im Zentrum steht das „Farbpiano“, ein XL-Farbpalettentisch mit 20 leuchtenden Farbtönen (Gouache), den wir gemeinsam nutzen. Bei diesem speziellen Workshop erweitern wir unsere Palette an gestalterischen Ausdrucksmöglichkeiten: Das Malen mit Pinseln und dem Farbpiano wird ergänzt durch Techniken aus dem Bereich der Street Art, wie z. B. Stencil (Schablonieren), Marker, Stempel, Collage ... Wir bleiben dabei dem Motto treu: Keine Motiv-Vorgaben, keine (Be-)Wertung – deine eigenen Bildideen dürfen entstehen. Du findest deinen ganz persönlichen Ausdruck, indem du deine Fantasie spielen lässt und mit Farben, Formen und Malwerkzeugen experimentierst. In mehreren Schichten, von figürlich bis abstrakt, alles ist möglich. Zusätzlich zu den Papieren in Plakatgröße können auch Leinwände gestaltet werden. Bitte beachten, dass wir nur in Innenräumen arbeiten und keine Spraydosen benutzen, diesen Effekt aber mit einfachen anderen Mitteln erreichen können.

Entspannung und Spaß an einem besonderen Mal-Erlebnis stehen im Vordergrund. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Bitte Malkleidung (auch Schuhe) und Getränk mit
Verpflegung für die Pause mitbringen.Leinwand kann günstig im Kurs erworben (ca. 4€)
oder in gewünschter Größe mitgebracht werden.**Der Kurs findet im WIE in Sielmingen statt!**

9356

Mi, 23.4.–Fr, 25.4., 14–17 Uhr, 3 x
Sielmingen, WIE, Kunstraum€ 51, bei 6 TN € 59,20, bei 5 TN € 70,20
bei 4 TN € 87

9357

Mo, 4.8.–Mi, 6.8., 14–17 Uhr, 3 x
Sielmingen, WIE, Kunstraum€ 51, bei 6 TN € 59,20, bei 5 TN € 70,20
bei 4 TN € 87

Foto: Ali Schüler

Malen und Zeichnen wie echt



Für Jugendliche ab 12 Jahren

Ali Schüler, freischaffender Künstler und
Kunstschulleiter

„Hier könnt ihr eine Woche intensiv Zeichnen und Malen lernen, dass es aussieht wie echt!“

Was braucht's dazu: Einen scharfen Blick, einen guten Strich, täuschend ähnliche Oberflächen, Raumperspektive, Licht-Schatten und so weiter.

Mit diesen Mitteln könnte man Stillleben, Tiere oder Portraits malen und zeichnen, aber auch Fantasievorstellungen und eigene Träume zu Papier oder auf die Leinwand bringen.

9366

Mo, 4.8.–Fr, 8.8., 14–17 Uhr, 5 x
Kunstschule, Studio€ 86, bei 6 TN € 98,90, bei 5 TN € 116,40
bei 4 TN € 143

Foto Martina Steinmann

Steinbildhauerei für Jugendliche

Für Jugendliche von 12 bis 18 Jahren

Martina Steinmann, Dipl. Kunsttherapeutin

In dieser Woche könnt ihr euch einen Sandstein aussuchen. Zusammen bauen wir unsere Arbeitsplätze im Freien unter Pavillons auf. Gemeinsam helfen wir uns mit den großen Steinen. Du kannst gerne deine Ideen umsetzen oder die Ideen kommen durch Betrachten von Bildern oder von den Steinen. Aus deinem Stein kann auch ein Brunnen werden. Die Werkzeuge sind Hammer und unterschiedliche Meisel.

Ich freue mich auf euch. Mein Hund Rona ist auch dabei.

Bringt bitte Arbeitskleidung, feste Schuhe, wenn möglich eine eigene Schutzbrille und Vesper mit.

9368

Mo, 4.8.–Fr, 8.8., 10–16 Uhr, 5 x
Hof der Kunstschule€ 162, bei 6 TN € 187,80, bei 5 TN € 222,80
bei 4 TN € 276

Zeichnen – präzise und frei

Für Jugendliche ab 12 Jahren

Uta-Maria Königer, freischaffende Malerin und
Bildhauerin

Am ersten Kurstag üben wir das exakte Abbilden von Formen und entdecken so Proportion, Raum, Licht und Schatten. Ebenso entdecken wir das spontane Zeichnen, das aus der Bewegung heraus entsteht. Präzises Zeichnen, kombiniert mit freien Linien, ergeben wirkungsvolle Bilder. Am zweiten Kurstag bringst Du ein eigenes Motiv mit und probierst das Gelernte selbstständig aus. Unser Malmaterial sind verschiedene Zeichenstifte, Kreiden, und Papiere.

Bitte mitbringen: Zeichnungen von Dir, die Du gerne besprechen und optimieren willst.

9377

Di, 15.4. und Mi, 16.4., 14–17 Uhr
Kunstschule, Studio€ 55,60, bei 6 TN € 63,40, bei 5 TN € 73,80
bei 4 TN € 89,80

Die Kunstschule ist auch auf Instagram – schauen Sie einfach mal rein!





KUNSTSCHULE FÜR ERWACHSENE



Fachbereichleitung Erwachsene: Ali Schüler
Fachbereich Textil: Manuela Kallinger
Assistenz: Sylvia Nikolaou

Ali Schüler · Tel. 0711 7003-4320
aschueler@filderstadt.de

Manu Kallinger · Tel. 0711 7003-4324
mkallinger@filderstadt.de

Sylvia Nikolaou · Tel. 0711 7003-4321
snikolaou@filderstadt.de

KURSE MIT GYJHO FRANK



Foto: Olaf Nagel, Malerei: Gyjho Frank

Freies Malen

Freie Werkstatt für Acrylmalerei

Gyjho Frank, freischaffender Künstler

Für alle Interessierten werden in diesem Kurs unterschiedliche Stile und Techniken des freien Malens vermittelt und gefördert. Eigeninitiative bedeutet, sich selbst in diverse Themen und Farbwelten zu vertiefen.

Malmaterialien bitte selbst mitbringen!

9530

Do, ab 20.2., 18–20 Uhr, 10 x
Kunstschule, Malersaal
€ 122,70 (€ 110,40), bei 6 TN € 143,60
bei 5 TN € 171,80, bei 4 TN € 214,70



Foto: Ali Schüler, Aquarell: Gyjho Frank

Acryl am Wochenende I

Für alle Interessierten

Gyjho Frank, freischaffender Künstler

Für alle Interessierten werden in diesem Kurs im freien Malen unterschiedliche Stile gefördert und Techniken vermittelt. Eigeninitiative bedeutet, sich selbst in diverse Themen und Welten der Farbe zu vertiefen.

Malmaterialien bitte selbst mitbringen!

9533

Sa, 15.3., 13–18 Uhr
So, 16.3., 12–17 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 64 (€ 57,60), bei 6 TN € 74,90
bei 5 TN € 89,60, bei 4 TN € 112

Acryl am Wochenende II

Für alle Interessierten

Gyjho Frank, freischaffender Künstler

Für alle Interessierten werden in diesem Kurs im freien Malen unterschiedliche Stile gefördert und Techniken vermittelt. Eigeninitiative bedeutet, sich selbst in diverse Themen und Welten der Farbe zu vertiefen.

Malmaterialien bitte selbst mitbringen!

9534

Sa, 5.7., 13–18 Uhr
So, 6.7., 12–17 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 64 (€ 57,60), bei 6 TN € 74,90
bei 5 TN € 89,60, bei 4 TN € 112

Aquarell am Samstag

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Gyjho Frank, freischaffender Künstler

Es werden unterschiedliche Themen bearbeitet und es können eigene Ideen eingebracht werden.

Bitte mitbringen: Aquarellmalkasten der Firma Schmincke, Aquarellmalblöcke (rauhes Papier), Rindshaarpinsel Nr. 14/16/18, übliches Aquarellmalzubehör.

9535

Sa, 22.2., 13–18 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 32 (€ 28,80), bei 6 TN € 37,40
bei 5 TN € 44,80, bei 4 TN € 56

Aquarell am Sonntag

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Gyjho Frank, freischaffender Künstler

Es werden unterschiedliche Themen bearbeitet und es können eigene Ideen eingebracht werden.

Bitte mitbringen: Aquarellmalkasten der Firma Schmincke, Aquarellmalblöcke (rauhes Papier), Rindshaarpinsel Nr. 14/16/18, übliches Aquarellmalzubehör.

9536

So, 6.4., 13–18 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 32 (€ 28,80), bei 6 TN € 37,40, bei 5 TN € 44,80,
bei 4 TN € 56

Lange Aquarellnacht

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Gyjho Frank, freischaffender Künstler

Ungestörtes Intensivstudium unterschiedlicher Sujets, Kompositionen und Techniken.

Bitte mitbringen: Aquarellmalkasten der Firma Schmincke, Aquarellmalblöcke (rauhes Papier), Rindshaarpinsel Nr. 14/16/18, übliches Aquarellmalzubehör.

9537

Fr, 28.3., 18–23 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 32 (€ 28,80), bei 6 TN € 37,40,
bei 5 TN € 44,80, bei 4 TN € 56

AQUARELL-, ACRYL- & ÖLMALEREI

Aquarellmalerei am Vormittag

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Anna Simons, Yogalehrerin BYV, freischaffende Künstlerin

Wollten Sie schon immer mal Aquarell malen lernen oder haben früher schon gemalt und wollen Ihr Können auffrischen und weiterentwickeln? Malen Sie gerne Landschaften, Blumen, Menschen oder Tiere? In diesem Kurs ist alles möglich! Ich zeige einzelne Schritte zu einem fertigen Bild, zu Techniken und Effekten. Sie können nach Ihren eigenen Vorlagen arbeiten oder ich bringe etwas mit. Seien Sie dabei!

Bitte mitbringen: Aquarellpinsel (verschiedene Größen), Aquarellpapier A4, A3, Aquarellfarben, Bleistift (H, HB).

9551

Fr, ab 21.2., 10–12 Uhr, 8 x
Kunstschule, Malersaal
€ 96 (€ 86,40), bei 6 TN € 112,30
bei 5 TN € 134,40, bei 4 TN € 168

Aquarell – Schottland & Hybriden – Intensivwochenende

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Philipp Kompalla, freischaffender Künstler und Gärtner

Raue See, Gischt peitscht ins Gesicht. Wolken hängen über grünen Tälern, wie alte Riesen ragen die Hügel der Landschaft in die Luft. Fischerboote liegen im Hafen und das nächste kleine Dorf, mit seinen typischen Hütten, ist nicht weit. All diese Motive bieten sich, wenn wir uns gemeinsam auf eine (Aquarell-)Reise nach Schottland und die äußeren Hebriden begeben. Lernen Sie mit mir die atemberaubende, raue Schönheit dieser Inseln im Aquarell einzufangen und ihre eigene kleine Reise malerisch festzuhalten.

9552

Sa, 24.5. und So, 25.5., 14–18 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 48 (€ 43,20), bei 6 TN € 56,20
bei 5 TN € 67,20, bei 4 TN € 84



Aquarell – Sommerblumen Intensivwochenende

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Philipp Kompalla, freischaffender Künstler
und Gärtner

Vielen Dank für Blumen! Ist aber auch herrlich, so ein duftender Strauß aus Sommerblumen. Wenn er doch nur ewig halten würde ... aber das werden wir lernen. Was macht ein gelungenes Sommerblumen-Aquarell aus? Wie plane ich die Komposition, welche Farbwahl treffe ich? Wie bringe ich Spannung in mein Blumen-Arrangement?

All das lernen wir an diesem Aquarell-Intensivwochenende.

9553

Sa, 28.6. und So, 29.6., 14–18 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 48 (€ 43,20), bei 6 TN € 56,20
bei 5 TN € 67,20, bei 4 TN € 84



Foto und Aquarell: Philipp Kompalla

Aquarellmalerei am Nachmittag

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Philipp Kompalla, freischaffender Künstler
und Gärtner

Meine Intension als Aquarellist ist es, das Aquarell locker und leicht darzustellen. Zu Beginn gebe ich einen kurzen Überblick zu den von mir verwendeten Materialien. Ich werde die Aquarelle Schritt für Schritt malen und ausführlich erklären, so dass Sie die Technik selbstständig erproben können. Am Ende des Workshops werden wir eine kleine Werkschau machen und jede entstandene Arbeit besprechen.

Alle aufgeführten Materialien dienen nur als Richtschnur. Farben: Vorteilhaft, aber nicht zwingend notwendig, wären folgende Farben die zu meinem Grundsortiment gehören. Schmincke: Reingelb, Indischgelb, Jaune brilliant, Lasurorange, Rubinrot, Ultramarin violett, Ultramarin, Kobaltblau, Bergblau, Siena gebrannt, Siena natur. Winsor&Newton: New Gamboge, Perylenviolett, Perylengrün, Goldgrün.

Papier A4 (oder A3): Ingres 100g weiß (nicht Hellweiß) von Hahnemühle. Alternativen: Fabriano Artistic grain fin 300g oder Hahnemühle Echtbütten 300g matt.

Bitte bringen Sie Ihre bevorzugten Aquarellpinsel mit, ergänzend lohnt sich die Anschaffung dieser Pinsel (meine am häufigsten verwendeten): Katzenszunge da Vinci Cosmotop Spin Synthetics Serie 5584, Größen 14, 20 (wer möchte 30er), billige Borstenpinsel zum Spritzen Größe ca. 14/16

Sonstiges: Handtuch als Unterlage für das Malbrett, kleiner Naturschwamm wenn vorhanden, Bleistifte in den Stärken 2B, 4B, 6B, Knetradiergummi, Skizzenbuch und Skizzenpapier, Papier-taschentücher.

Bitte mitbringen: Aquarellpinsel (verschiedene Größen), Aquarellpapier A4, A3, Aquarellfarben, Bleistift (H, HB)

9555

Mo, ab 17.2., 16–18 Uhr, 6 x
Kunstschule, Studio
€ 72 (€ 64,80), bei 6 TN € 84,20
bei 5 TN € 100,80, bei 4 TN € 126

Acrylmalerei

Ali Schüler, freischaffender Künstler
und Kunstschulleiter

Einführung in die Technik, Arbeit mit unterschiedlichen Malgründen, Auseinandersetzung mit Bildaufbau, Farbgesetzen und künstlerischen Traditionen. So werden Motive aus der Kunstgeschichte betrachtet, analysiert und können Anregung für die eigene Praxis werden. Ansonsten gilt, unter Anleitung eigene Wege des Malens zu entwickeln.

Bitte mitbringen: Leinwände, Acrylpinsel, Grundausstattung Acrylfarben

9556

Mo, ab 17.2., 19–21 Uhr, 8 x
Kunstschule, Studio
€ 96 (€ 86,40), bei 6 TN € 112,30
bei 5 TN € 134,40, bei 4 TN € 168

9557

Mi, ab 19.2., 19–21:15 Uhr, 8 x
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 108 (€ 97,20), bei 6 TN € 126,40
bei 5 TN € 151,20, bei 4 TN € 189



Foto: Ali Schüler, Malerei: Annette Kury

Acrylmalerei am Wochenende – Intensivworkshop

Für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen

Ali Schüler, freischaffender Künstler
und Kunstschulleiter

Dieses Wochenende wird speziell für alle Kursteilnehmenden aus den Acrylmalerkursen angeboten. Aber auch Interessierte mit Vorkenntnissen sind willkommen. Intensiv dranbleiben, sich Zeit nehmen, endlich einmal am Stück ohne Unterbrechung arbeiten. Inhaltlich ist der Kurs identisch mit den fortlaufenden Acrylkursen am Montag- und Mittwochabend.

Bitte mitbringen: Eine oder viele Leinwände (Größe nach eigener Wahl), Flachborstenpinsel, Größen ca. 4–20, Grundausrüstung Acrylfarben in Tuben.

9558

Sa, 10.5. und So, 11.5., 14–18 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 49,10 (€ 44,20), bei 6 TN € 57,40
bei 5 TN € 68,70, bei 4 TN € 85,90



Foto: Ali Schüler, Malerei: Fredi Hügel

Gegenständliche Ölmalerei

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Hans-Peter Blum, freischaffender Künstler

Alles, was wir realistisch erfassen, ist auch malbar?! www.blumbilderbuch.com

Nur wie? Die Technik, die Farbe, der Aufbau und die Tricks und Kniffe, uns in Öl die realistisch-gegenständliche Welt zuermalen, das ist das Ziel. Bitte mitbringen: Borsten-Pinsel 4–10, Mallappen. Ölfarben nur wenn vorhanden mitbringen, sie können im Kurs erworben werden.

9562

Di, ab 18.2., 18:30–20:30 Uhr, 12 x
Kunstschule, Malersaal
€ 144 (€ 129,60), bei 6 TN € 168,50
bei 5 TN € 201,60, bei 4 TN € 252

9563

Mi, ab 19.2., 19–21:30 Uhr, 12 x
Kunstschule, Malersaal
€ 180 (€ 162), bei 6 TN € 210,60
bei 5 TN € 252, bei 4 TN € 315

Ölmalerei am Wochenende

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Susanne Bäuerle, Textildesignerin,
Schnittdirektrice, Maltherapeutin

Dieses Wochenende ist geeignet, um sich einmal an die Technik der Ölmalerei heranzuwagen. Sie entdecken, wie sinnlich sich Ölfarben beim Malen anfühlen und können die einzigartige Leuchtkraft und Lasurfähigkeit ausprobieren und erleben. Mit kleinen Übungen zu den verschiedenen Maltechniken, Farbmischungen und Kompositionen erarbeiten wir uns die Grundlagen der Ölmalerei. Gemalt werden kann gegenständlich nach Vorlage (dann bitte eigene Motive mitbringen) oder auch abstrakt. Es sind keine Vorkenntnisse in der Ölmalerei nötig. Ich unterstütze Sie individuell bei der Umsetzung Ihrer ganz eigenen Bildideen.

Bitte mitbringen: Diverse Pinsel, eine oder auch mehrere Leinwände in verschiedenen Größen, Ölfarben soweit vorhanden – Farben können auch im Kurs gegen eine geringe Materialgebühr zur Verfügung gestellt werden.

9564

Sa, 31.5. und So, 1.6., 14–18 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 48 (€ 43,20), bei 6 TN € 56,20
bei 5 TN € 67,20, bei 4 TN € 84

Die Kunstschule ist
auch auf Instagram –
schauen Sie einfach
mal rein!





Die Kunst, Farben zu mischen

Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Susanne Bäuerle, Textildesignerin,
Schnittdirektrice, Maltherapeutin

Dieses Wochenende bringt uns Farben mit vielen praktischen Übungen und verständlicher Theorie näher. Meist verwenden wir Farben unbewusst. Und oft wirken die gemischten Töne dann nicht so, wie wir sie gerne hätten. Da kann es hilfreich sein, etwas über die Grundlagen der Farbenlehre zu wissen. Farbtheorie kann ein praktischer Leitfaden zum Mischen und Kombinieren von Farben sein. Doch der beste Weg, es zu lernen, ist das praktische Tun, zu experimentieren und Erfahrungen zu sammeln. Mit verschiedenen Übungen mischen wir Farben, erfahren wir mehr darüber, wie Farben wirken und sich gegenseitig beeinflussen, üben wir, Farben zu sehen. Erst wenn wir Farben wirklich sehen, können wir sie auch mischen. Denn Farbe ist vor allem Wahrnehmung. Wenn wir unsere Farben verstehen und bewusst einsetzen, kommen wir leichter zu den Bildern, die wir eigentlich malen wollen.

Bitte mitbringen: Festes Papier ab DIN A3 und diverse Pinsel. Wir werden die meisten Übungen mit Acrylfarben machen. Deswegen Acrylfarben in Cyan, Magenta und Primär Gelb mitbringen. Und soweit vorhanden weitere Farbtöne. Es können auch gerne Öl- und Aquarellfarben mitgebracht werden. Weiteres Material kann im Kurs gegen eine geringe Gebühr erworben werden.

9565

Sa, 19.7. und So, 20.7., 14–18 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 48 (€ 43,20), bei 6 TN € 56,20
bei 5 TN € 67,20, bei 4 TN € 84



Foto und Malerei: Patricia Gomeringer-Prestle

Acrylmalerei am Mittwochvormittag

NEU

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Patricia Gomeringer-Prestle, freischaffende
Künstlerin, Theatermalerin

Der Kurs lädt dazu ein, Freude an der eigenen Kreativität zu finden und verschiedene Arbeitsweisen und Materialien der Acrylmalerei kennenzulernen. Kenntnisse über Bildaufbau, Komposition oder Farbgebung werden im praktischen Arbeiten vermittelt. Eigene Bildideen können verwirklicht werden oder Anregungen aus den Bereichen Malerei oder Fotografie als Vorlagen dienen, die wir mit dem erlernten Knowhow gezielt auf die Leinwand bringen.

Bitte mitbringen: Acrylpinsel in verschiedenen Größen, eigene Auswahl an Acrylfarben und eine oder mehrere Leinwände, Größen nach eigenem Ermessen. Alles Weitere wird am ersten Termin besprochen.

9566

Mi, ab 19.2., 10–12:30 Uhr, 8 x
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 122,70 (€ 110,40), bei 6 TN € 143,60
bei 5 TN € 171,80, bei 4 TN € 214,70



Foto und Malerei: Katja Miller

Acrylmalerei am Mittwochnachmittag

NEU

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Katja Miller, Illustratorin, Malerin

Entdecken Sie die faszinierende Welt der Acrylmalerei! Egal, ob Sie gerade erst mit dem Malen beginnen oder Ihre Fähigkeiten weiterentwickeln möchten – in diesem Kurs sind Sie genau richtig! Dieses Angebot richtet sich sowohl an kreative Köpfe, die Unterstützung bei der Umsetzung ihrer Ideen suchen, als auch an Einsteiger*innen, die ihre ersten Schritte in der Malerei wagen möchten. Wer möchte, kann das Bespannen und Grundieren von Keilrahmen oder anderen Malgründen erlernen. Wir werden verschiedene Techniken erkunden, um kleine Motive auf große Leinwände zu übertragen. Aber auch diejenigen, die einfach in einer entspannten Atmosphäre malen möchten, sind herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Acrylpinsel in verschiedenen Größen, eigene Auswahl an Acrylfarben und eine oder mehrere Leinwände, Größen nach eigenem Ermessen. Alles Weitere wird am ersten Termin besprochen.

9567

Mi, ab 19.2., 14:30–17 Uhr, 8 x
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 122,70 (€ 110,40), bei 6 TN € 143,60
bei 5 TN € 171,80, bei 4 TN € 214,70



**Die Geschenkidee
für jeden Anlass!**

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

Acrylmalerei am Samstag oder Sonntag

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Carmen Campanini, Kunstpädagogin,
freischaffende Künstlerin

Genießen Sie eine wunderschöne Maltechnik und erkunden Sie die Vielfältigkeit, die sie zu bieten hat. Flüssig wie Aquarellfarbe oder deckend und pastos wie Ölfarbe – auf Leinwand, Papier oder Holz. Die Farbkraft von Acrylfarbe erlaubt es uns auch viel Farbtheorie in der Praxis umzusetzen. Am wichtigsten jedoch ist die Entwicklung Ihrer Ideen. Denn jede Technik ist ein Instrument, ein Mittel um Ihre visuellen Gedanken darzustellen.

Bitte mitbringen: Leinwände, Acryl-Flachborstpinsel, Größen ca. 4–20, Grundauswahl an Acrylfarben

9568

Sa, 5.4., 10–18 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 48 (€ 43,20), bei 6 TN € 56,20
bei 5 TN € 67,20, bei 4 TN € 84

9569

So, 6.7., 10–18 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 48 (€ 43,20), bei 6 TN € 56,20
bei 5 TN € 67,20, bei 4 TN € 84

MALEN



Foto und Malerei: Barbara Grupp

Meditation, Kunst und Natur – Zwei Tage voller Stille und Poesie

Für Jugendliche und Erwachsene

Barbara Grupp, Sozialpädagogin, Bildhauerin,
Kunsthistorikerin

Finden Sie sich ein an einem schönen Ort der Stille am Rand der Schwäbischen Alb, in einem Haus, das von einem blühenden Garten umgeben ist. Hier können Sie an zwei Tagen an Meditationen teilnehmen, in der Natur unter Anleitung zeichnen und/oder erste Schritte in der Tuschkmalerei gehen.

Ihnen steht eine voll ausgestattete Küche zur freien Verfügung und für 5 € zusätzlich können Sie im Dojo übernachten.

Nähere Informationen erhalten Sie auf Nachfrage unter: seigendojoweilheim@gmail.com

Meditationszeiten: 9–9:30 Uhr und 16:30–17 Uhr
Unterrichtszeiten: 9:45 bis 13 Uhr und 14 bis 16 Uhr
Maximal 6 Personen

9576

Mo, ab 4.8., 9–17 Uhr, 2 x
Zen Dojo „Seigen“ Wühlestr. 5, Weilheim/Teck
€ 91,70 (€ 82,50), bei 6 TN € 107,30, bei 5 TN € 128,40, bei 4 TN € 160,50, bei 3 TN € 213,70



Sumi-e/ Japanische Tuschmalerei

Für Fortgeschrittene und Anfänger*innen

Petra Friedrich, Künstlerin, Studium der japanischen Tusch- und Farbmalerie bei Prof. Hitoshi Kobayashi, Tokyo und Ayako Koga, Yokohama

Wir wollen uns in traditioneller Weise der Philosophie der japanischen Tuschmalerei nähern.

Mit gepresster Holzkohle reiben wir unsere Tusche selbst und arbeiten auf sehr saugfähigem Papier. Anhand von Objekten aus der Natur lernen wir das Wesentliche auszudrücken.

Am Ende des Kurses lernen wir, unsere Bilder im japanischen Stil zu kaschieren.

Bitte mitbringen: Lappen, Schale, Briefbeschwerer, Pinsel, Tusche. Tuschstein und Papier können im Kurs erworben werden.

9578

Mi, ab 19.2., 10:15–12:15 Uhr, 10 x Kunstschule, Studio

€ 120 (€ 108), bei 6 TN € 140,40
bei 5 TN € 168, bei 4 TN € 210

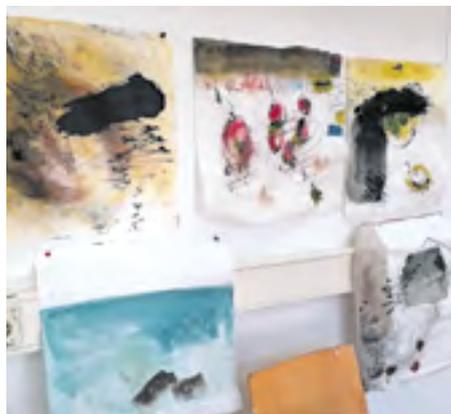


Foto: Ali Schüler

Experimentelle Tuschmalerei

Für Fortgeschrittene und Anfänger*innen

Petra Friedrich, Künstlerin, Studium der japanischen Tusch- und Farbmalerie bei Prof. Hitoshi Kobayashi, Tokyo und Ayako Koga, Yokohama

Mit Tusche, Wachs, Kaffee und verschiedenen anderen Materialien begeben wir uns in ein Zaubelabor für Entdecker*innen, dabei inspiriert der Zufall unsere Kreativität. Wir suchen nach möglichen spannenden Reduktionen, weniger ist mehr. Zwischen Linie und Form, Form und Raum, suchen wir nach unserer Bildaussage.

Papier, Tusche und Unterlage können im Kurs erworben werden.

9579

Fr, 16.5. bis So, 18.5., 10–17 Uhr, 3 x Kunstschule, Studio

€ 126 (€ 113,40), bei 6 TN € 147,40
bei 5 TN € 176,40, bei 4 TN € 220,50

**Die Kunstschule ist
auch auf Instagram –
schauen Sie einfach
mal rein!**



Experimentelle Tuschmalerei – Intensivwoche im Sommer

Für Fortgeschrittene und Anfänger geeignet

Petra Friedrich, Künstlerin, Studium der japanischen Tusch- und Farbmalerie bei Prof. Hitoshi Kobayashi, Tokyo und Ayako Koga, Yokohama

Arbeiten auf und mit Papier erscheint oft flüchtig, skizzenhaft. Aber Papier ist offen für fast jedes Experiment. So sind Tusche und Papier wunderbare Partner, die Spielen und Ausprobieren zulassen. Wir werden auswaschen, mit Wachs festhalten, mit vielen Materialien experimentieren und dabei den Zufall mit einbeziehen. Eine Woche künstlerisches Arbeiten auf dem Weg den individuellen Ausdruck zu finden.

Bitte mitbringen: Lappen, Schale, Briefbeschwerer, Pinsel, Tusche. Tuschstein und Papier können im Kurs erworben werden

9580

Mo, 18.8. bis Fr, 22.8., 10–17 Uhr, 5 x Kunstschule, Studio

€ 195 (€ 181,40), bei 6 TN € 228,20
bei 5 TN € 273, bei 4 TN € 341,20

MALEN & ZEICHNEN

Zeichnen und Farbe

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Zeichnen mit farbiger Tusche, Aquarellstiften, Pastellkreiden, Buntstiften – gegenständlich, abstrakt, nach Fotos und vor Objekten. Vermittelt werden Kenntnisse im Zeichnen, im Umgang mit Farben und den Utensilien. Wir erproben die Materialien. Sie können dann die eigene Auswahl dessen, was Sie vertiefen möchten, treffen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bei Interesse können Sie im Laufe des Semesters eine dafür geeignete Zeichnung in einen Siebdruck umsetzen.

Bitte mitbringen: Skizzenblock A3 und die Stifte, Kreiden, Tuschen etc., die Sie schon haben. Sinnvolle Neuanschaffungen können im Kurs besprochen werden. Zum Einstieg sind etliche Materialien vorhanden.

9581

Mo, ab 17.2., 10–12 Uhr, 15 x Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 180 (€ 162), bei 6 TN € 210,60
bei 5 TN € 252, bei 4 TN € 315

Ankommen, zur Ruhe kommen, zeichnen

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Ankommen aus dem Alltag, zur Ruhe kommen, den Zeichenstift nehmen und nicht gleich dem nächsten Zeit- und Leistungsdruck verfallen. Wir machen gemeinsam kurze, entspannende Zeichenübungen. Mal sehend, mal blind, mal ganz langsam, mal schnell, mal lustig. So kommen wir an – so entspannt und schnell, dass im anschließenden Abendkurs der Einstieg bereits gemacht ist – wir bereits „warmgelaufen“ sind.

Gebührenfreier Einstieg zu den Abendkursen um 18 Uhr.

9582

Di, ab 18.2., 17:45–17:55 Uhr, 15 x Kunstschule, Grafikwerkstatt

gebührenfrei



Foto: Ali Schüler, Zeichnung: Gudrun Voll

Zeichnen und Malen

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Anhand von Übungen werden Grundlagen bildnerischer Gestaltung vermittelt. Die Übungen gliedern sich in figurlich-räumliches Zeichnen und Malen, Portrait, freies Zeichnen und Malen. Im Mittelpunkt steht der individuelle Ansatz.

Die Teilnehmenden lernen Materialien kennen (Aquarell, Acryl, Tusche, Gouache, Kreiden, Stifte, Grundierungen etc.) und sie eigenständig anzuwenden. Ziel ist es, einen vertrauteren und selbstverständlicheren Umgang mit bildnerischen Mitteln und ein Gefühl für die eigenen Entwicklungsmöglichkeiten zu gewinnen.

Darüber hinaus bietet der Kurs Betrachtungen aus Kunstgeschichte und aktueller Kunst.

Bei Interesse sind Atelier- und Ausstellungsbesuche vorgesehen.

9583

Di, ab 18.2., 14:30–17 Uhr, 15 x

Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 225 (€ 202,50), bei 6 TN € 263,20
bei 5 TN € 315, bei 4 TN € 393,80

9584

Di, ab 18.2., 18–20 Uhr, 15 x

Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 180 (€ 162), bei 6 TN € 210,60
bei 5 TN € 252, bei 4 TN € 315

9585

Di, ab 18.2., 20–22 Uhr, 15 x

Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 180 (€ 162), bei 6 TN € 210,60
bei 5 TN € 252, bei 4 TN € 315

9586

Do, ab 20.2., 14:30–17 Uhr, 15 x

Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 225 (€ 202,50), bei 6 TN € 263,20
bei 5 TN € 315, bei 4 TN € 393,80

9587

Do, ab 20.2., 18–20 Uhr, 15 x

Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 180 (€ 162), bei 6 TN € 210,60
bei 5 TN € 252, bei 4 TN € 315

9588

Do, ab 20.2., 20–22 Uhr, 15 x

Kunstschule, Grafikwerkstatt

€ 180 (€ 162), bei 6 TN € 210,60
bei 5 TN € 252, bei 4 TN € 315



Intensiv-Zeichenschulung

Basis- und AufbauSeminar

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Das Seminar vermittelt Grundkenntnisse im Zeichnen, praktisch und theoretisch. Bereits vorhandene Erfahrungen werden individuell vertieft und erweitert. In Übungen werden verschiedene Techniken und Stilmittel vorgestellt, mit dem Ziel, die Bandbreite von Zeichnung kennenzulernen und darüber hinaus die eigenen Veranlagungen und Interessen auszuloten.

Grundbausteine des Seminars sind: gegenständliches Zeichnen, Perspektive, verschiedene Techniken und Materialien (Stifte, Kreiden ...), spezielle Wahrnehmungsübungen, Einblick in Kunstgeschichtliches und bei Interesse auch die freie Zeichnung.

Gut geeignet als Schulung und Vorbereitung für Mappenerstellung und Aufnahmeprüfungen.

9590

Fr, 14.3., 19–21:30 Uhr
Sa, 15.3. und So, 16.3., 10–17:30 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 105 (€ 94,50), bei 6 TN € 122,80
bei 5 TN € 147, bei 4 TN € 183,80

9591

Fr, 27.6., 19–21:30 Uhr
Sa, 28.6. und So, 29.6., 10–17:30 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 105 (€ 94,50), bei 6 TN € 122,80
bei 5 TN € 147, bei 4 TN € 183,80



Foto und Zeichnung: Patricia Gomeringer-Prestle

Tell me a story! Comic-Zeichnen für Erwachsene

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Patricia Gomeringer-Prestle, freischaffende Künstlerin, Theatermalerin

Comic und Graphic Novel sind spannende künstlerische Ausdrucksmittel.

Superheld*innen, berühmte Enten und Mäuse oder mutige Gallier*innen unterhalten uns mit ihren Stories in Wort und Bild. Darüber hinaus wird in großer stilistischer Vielfalt auch von realen Personen aus Geschichte, Kunst, Sport oder Showbusiness erzählt.

Auch wir können unsere Erlebnisse, Träume und Geschichten in Bildern erzählen! Texte aus Musik und Literatur sind ebenfalls gute Vorlagen für gezeichnete Stories.

In diesem Kurs lernen wir die Gestaltungselemente und Stilmittel von Comic und Graphic Novel kennen und gestalten unsere eigenen Bilderzählungen.

Dabei kommen klassische Mittel wie Stifte, Farben und Tusche zum Einsatz, wir experimentieren aber auch mit einfachen Drucktechniken und schaffen so ganz individuelle und spannende Bildwelten.

Bei Interesse kann der Kurs auch weitergeführt werden.

Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3, Bleistift, Fineliner schwarz, wasserfest (verschiedene Strichstärken).

9593

Sa, 10.5., 10–17 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 42 (€ 37,80), bei 6 TN € 49,10
bei 5 TN € 58,80, bei 4 TN € 73,50



Foto und Zeichnung: Nadja Pidán

Urban Sketching

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Nadja Pidán, Leiterin der Jugendkunstschule Backnang, Kunstdozentin

Linie, Fläche, Strich – und plötzlich zeigt sich auf dem Blatt Papier ein Stück Fenster, ein in der Luft schwebender Vorhang ... Das Zeichnen jederzeit und überall ist unser Motto! In kleiner Gruppe, ohne Vorkenntnisse, begeben wir uns auf eine journalistische Reise und versuchen, die Umgebung und eventuell entstehende Geschichten in einem Skizzenblock festzuhalten. Eine erfahrene Dozentin begleitet das Treffen und gibt wertvolle Tipps sowie künstlerische Anregungen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

In diesem Kurs arbeiten Sie in Ihrem eigenen Skizzenbuch und halten darin Gesehenes und Stimmungen in Bildern fest.

Dazu benötigen Sie lediglich eine Grundausrüstung unterschiedlicher Stifte und einen Skizzenblock, manche bevorzugen auch Aquarellfarben oder Kreiden.

Der Skizzenblock/das Skizzenbuch sollte handlich sein, A4 oder A5 oder ein schmales Querformat. Unterschiedliche Grafit- und Buntstifte, ein Spitzer, ein Radiergummi. Wer möchte: Unterschiedliche Kreiden und Zeichenkohle. Wer möchte: Ein kleiner Aquarellkasten, Pinsel und ein Wasserbehälter und ein Lappen. Weitere Utensilien nach Belieben.

9594

Sa, 5.4., 14–17 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 18,80 (€ 16,90), bei 6 TN € 22
bei 5 TN € 26,30, bei 4 TN € 32,90

9595

Sa, 28.6., 14–17 Uhr
Kunstschule, Malersaal
€ 18,80 (€ 16,90), bei 6 TN € 22
bei 5 TN € 26,30, bei 4 TN € 32,90



Foto, Zeichnung und Aquarell: Nadja Pidán

Hike & Sketch

Nadja Pidán, Leiterin der Jugendkunstschule Backnang, Kunstdozentin

Unsere kleine Wanderung beginnen wir an der Kunstschule. Unterwegs legen wir zahlreiche Stopps ein, um die Natur zu beobachten und skizzieren. Sommerlandschaften, Naturstudien und vieles mehr werden wir dabei in unseren Skizzenbüchern festhalten. Tipps rund ums Thema Zeichnen und Aquarellieren werden dabei helfen zahlreiche Motive erfassen zu können. So wird aus Wandern etwas komplett Neues entstehen!

Kleine Skizzenbücher oder einen Aquarellblock, versch. Pinsel, Wasserfarben, Stifte, Hocker, kleines Vesper, Sonnenschutz und Wasser.

9596

Sa, 5.7., 10–14 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 25,10 (€ 22,60), bei 6 TN € 29,40
bei 5 TN € 35,10, bei 4 TN € 43,90

Kunst in der Natur – Pflanzen zeichnen und aquarellieren

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Angela Ehni, Grafikerin und Biologin

Im Frühjahr blüht der Garten der Kunstschule und bietet schöne Möglichkeiten, draußen zu zeichnen und zu aquarellieren. Hier werden wir uns intensiv mit Pflanzen und ihren Formen beschäftigen. Neben künstlerischen Techniken werden auch Kenntnisse in der Pflanzenkunde vermittelt. Im Garten wachsen Färbepflanzen, aus denen selbst Farbe hergestellt werden kann. So können die Pflanzen mit ihrer eigenen Farbe gemalt werden. Bei schlechtem Wetter können wir die Räume der Kunstschule nutzen.

Bitte mitbringen: Aquarellblock oder Skizzenbuch, Bleistifte, Aquarellfarben, kleiner Wasserbehälter. Es besteht die Möglichkeit, selbst Farben herzustellen. Gegebenenfalls kleine verschließbare Gefäße oder einen leeren Aquarellkasten mitbringen.

9638

Di, ab 20.5., 18:30–20:30 Uhr, 3 x
Kunstschule, Studio
€ 36 (€ 32,40), bei 6 TN € 42,10
bei 5 TN € 50,40, bei 4 TN € 63

**FIGUR: AKT – PORTRAIT****Zwischen Akt und Gewandfigur – im Wechsel****Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene**

Albrecht Weckmann, Künstler & Pädagoge

Wir zeichnen Akt und begegnen dem Modell auch alltäglich bekleidet. Dabei stellen sich die gleichen Fragen nach zeichnerischer Bewältigung von menschlicher Proportion im Ausdruck von Gestik und Bewegung. Wir erleben, wie Kleidung die menschliche Figur betont, verändert oder verdeckt. Dabei werfen wir immer wieder einen Blick in die Kunstgeschichte zum Thema „Gewandfigur“. Wir erweitern im Laufe des Semesters das Zeichnen mit malerischen Mitteln.

Zunächst mitzubringen: Diverse Papiere, von DIN A3 bis DIN A2, je nach eigener Einschätzung, Graft, Kreiden, Kohle. Weiterer Bedarf wird im Kurs besprochen.

9600

Do, ab 13.3., 19–21:30 Uhr, 8 x

Kunstschule, Studio

€ 192 (€ 178,60), bei 6 TN € 224,60

bei 5 TN € 268,80, bei 4 TN € 336

Akt am Sonntag I

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Aktzeichnen ist mit die beste Übung zur Kunst des Zeichnens überhaupt, auch für Einsteiger*innen.

Das Erfassen menschlicher Gestalt umfasst das Sehen von Proportion, Volumen, Haltung, Gestik, Licht und Schatten.

Dabei ist das zentrale Thema „Figur im Raum“ und ihre vielfältigen Darstellungsmöglichkeiten.

Die Auswahl der Mittel ist individuell: Stifte, Kreiden, Tusche, Pastell, Aquarell, Acryl ... Lediglich das Papier sollte nicht zu klein sein, daher bitte ab A3 aufwärts.

Mit Modell

9602

So, 2.3., 10–17 Uhr

Kunstschule, Studio

€ 67,20 (€ 60,50), bei 6 TN € 78,60

bei 5 TN € 94,10, bei 4 TN € 117,60

Akt am Samstag I

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Aktzeichnen ist mit die beste Übung zur Kunst des Zeichnens überhaupt, auch für Einsteiger*innen.

Das Erfassen menschlicher Gestalt umfasst das Sehen von Proportion, Volumen, Haltung, Gestik, Licht und Schatten.

Dabei ist das zentrale Thema „Figur im Raum“ und ihre vielfältigen Darstellungsmöglichkeiten.

Die Auswahl der Mittel ist individuell: Stifte, Kreiden, Tusche, Pastell, Aquarell, Acryl ... Lediglich das Papier sollte nicht zu klein sein, daher bitte ab A3 aufwärts.

Mit Modell

9603

Sa, 5.4., 10–17 Uhr

Kunstschule, Studio

€ 67,20 (€ 60,50), bei 6 TN € 78,60

bei 5 TN € 94,10, bei 4 TN € 117,60



Foto: Kunstschule, Zeichnung Birgit Haug

Akt am Sonntag II

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Aktzeichnen ist mit die beste Übung zur Kunst des Zeichnens überhaupt, auch für Einsteiger*innen.

Das Erfassen menschlicher Gestalt umfasst das Sehen von Proportion, Volumen, Haltung, Gestik, Licht und Schatten.

Dabei ist das zentrale Thema „Figur im Raum“ und ihre vielfältigen Darstellungsmöglichkeiten.

Die Auswahl der Mittel ist individuell: Stifte, Kreiden, Tusche, Pastell, Aquarell, Acryl ... Lediglich das Papier sollte nicht zu klein sein, daher bitte ab A3 aufwärts.

Mit Modell

9604

So, 4.5., 10–17 Uhr

Kunstschule, Studio

€ 67,20 (€ 60,50), bei 6 TN € 78,60

bei 5 TN € 94,10, bei 4 TN € 117,60

Akt am Samstag II

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Aktzeichnen ist mit die beste Übung zur Kunst des Zeichnens überhaupt, auch für Einsteiger*innen.

Das Erfassen menschlicher Gestalt umfasst das Sehen von Proportion, Volumen, Haltung, Gestik, Licht und Schatten.

Dabei ist das zentrale Thema „Figur im Raum“ und ihre vielfältigen Darstellungsmöglichkeiten.

Die Auswahl der Mittel ist individuell: Stifte, Kreiden, Tusche, Pastell, Aquarell, Acryl ... Lediglich das Papier sollte nicht zu klein sein, daher bitte ab A3 aufwärts.

Mit Modell

9605

Sa, 5.7., 10–17 Uhr

Kunstschule, Studio

€ 67,20 (€ 60,50), bei 6 TN € 78,60

bei 5 TN € 94,10, bei 4 TN € 117,60

**Portrait-Zeichnen/
Abenteuer Mensch****Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene**

Patricia Gomeringer-Prestle, freischaffende Künstlerin, Theatermalerin

Ein Portrait möchte Wesen und Persönlichkeit eines Menschen zeigen. Künstler*innen aller Epochen haben zahlreiche Portraits von großer Ausdruckskraft geschaffen und Menschen in ihrer Vielfalt dargestellt: Einflussreiche oder mächtige Personen ebenso wie einfache Menschen, die allein durch ihren individuellen Ausdruck berühren. In unserem Kurs lernen wir unterschiedliche Formen der Portraitdarstellung kennen und anwenden. Wir beschäftigen uns mit den Proportionen der menschlichen Figur, ihrer Gestik und Mimik und dem Ausdruck verschiedener Körperhaltungen. Auch die Position der Figur im Raum oder wie sie ins Bild gesetzt ist, befähigt uns, die darzustellende Persönlichkeit bildnerisch zu interpretieren. Die Entwicklung Ihrer individuellen Bildsprache steht dabei im Mittelpunkt des Kurses und ermutigt, die Ästhetik unserer eigenen Arbeiten wahrzunehmen und zu schätzen.

Mit Modell

Bitte mitbringen: Papier mindestens DIN A3, besser A2, Bleistifte (je nach persönlicher Vorliebe auch Kohle, Kreiden, Röteln, Tusche, Pinsel, Farben).

9616

Mi, ab 19.2., 19:15–21:15 Uhr, 7 x

Kunstschule, Studio

€ 134,40 (€ 121), bei 6 TN € 157,20,

bei 5 TN € 188,20, bei 4 TN € 235,20

**Akt-Zeichnen/
Abenteuer Mensch****Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene**

Patricia Gomeringer-Prestle, freischaffende Künstlerin, Theatermalerin

Die Darstellung des menschlichen Körpers fasziniert seit frühester Zeit und gehört zu den Grundlagen des künstlerischen Schaffens. Die zeichnerische und malerische Auseinandersetzung mit dem nackten, unverstellten Menschen steht im Mittelpunkt unseres Aktzeichnkurses. Wir schulen dabei präzises Wahrnehmen, lernen Proportionen und Volumen der menschlichen Gestalt zu erfassen und sowohl in schnellen Skizzen als auch in ausgeführter Weise mit den Mitteln und Techniken unserer Wahl wiederzugeben. Dem Entwickeln eigener bildnerischer Ausdrucksformen wird dabei viel Raum gelassen. Anregung, Ermutigung und Korrektur unterstützen diesen Prozess. In lockerer Atmosphäre lernen wir so, die Formensprache des menschlichen Körpers immer wieder neu zu sehen und auf individuelle Weise und in eigenständiger Bildidee darzustellen.



Mit Modell

Bitte mitbringen: Papier mindestens DIN A3, besser A2, Bleistifte (je nach persönlicher Vorliebe auch Kohle, Kreiden, Rötel, Tusche, Pinsel, Farben).

9617

Mi, ab 30.4., 19:15–21:15 Uhr, 6 x
Kunstschule, Studio
€ 115,20 (€ 103,70), bei 6 TN € 128,30
bei 5 TN € 145,90, bei 4 TN € 172,80

Akt – Intensiv/ Abenteuer Mensch

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Patricia Gomeringer-Prestle, freischaffende Künstlerin, Theatermalerin

Einen ganzen Samstag lang mit einem Modell verschiedene Herangehensweisen und Darstellungsmöglichkeiten auskosten, das ist ein ganz besonders intensives Erlebnis!

Mit Modell

Mitzubringen: Zeichenpapier A2, Bleistifte (je nach persönlichen Vorlieben auch Kohle, Kreide, Rötel, Tusche/Pinsel, Farben ...).

9618

Sa, 29.3., 10–17 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 67,20 (€ 60,50), bei 6 TN € 78,60
bei 5 TN € 94,10, bei 4 TN € 117,60



Foto und Zeichnung: Patricia Gomeringer-Prestle

Portrait – Intensiv Abenteuer Mensch

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Patricia Gomeringer-Prestle, freischaffende Künstlerin, Theatermalerin

Einen ganzen Samstag lang mit unterschiedlichen Modellen (Frau, Kind, männlicher Charakterkopf) verschiedene Herangehensweisen und Darstellungsmöglichkeiten auskosten, das ist ein ganz besonders intensives Erlebnis!

Mit drei Modellen

Mitzubringen: Zeichenpapier A2, Bleistifte (je nach persönlichen Vorlieben auch Kohle, Kreide, Rötel, Tusche/Pinsel, Farben ...).

9619

Sa, 19.7., 10–17 Uhr
Kunstschule, Studio
€ 67,20 (€ 62,50), bei 6 TN € 78,60
bei 5 TN € 94,10, bei 4 TN € 117,60

FOTOGRAFIE & BILDBEARBEITUNG

Experimentelle Fotografie – im professionellen Fotostudio

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Olaf Nagel, Freier Fotograf

Gerichtet an ambitionierte Fotograf*innen, die nicht nur ablichten wollen. Inhaltlich geht es um Mehrfachbelichtungen, Langzeitbelichtungen, Kombination von Dauerlicht, Blitzlicht und Bewegungsunschärfen.

Im Studio sind wir nicht von den Launen der Natur abhängig.

Treffpunkt: Fotostudio Olaf Nagel,
Nielsenstraße 24, 73760 Ostfildern
Tel. 0711 3428963/mobil 0171 6464244
nagel@nagel-photodesign.de

Bitte mitbringen: Digitale Spiegelreflexkamera, Objektive, Laptop.

9623

So, 16.3., 10–18 Uhr
Ostfildern, Photostudio, Nielsenstr. 24
€ 49,10 (€ 44,10), bei 6 TN € 57,40
bei 5 TN € 68,70, bei 4 TN € 85,90

Makrofotografie – im professionellen Fotostudio

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Olaf Nagel, Freier Fotograf

Der Makrobereich begeistert schon immer viele Liebhaber*innen der Fotografie. Es ist faszinierend, mit der Kamera und spezieller Optik in die Nähe von kleinen Welten mit all ihren Facetten und Details vorzustoßen. So zeigen uns Makroaufnahmen Bereiche, die oft unbeachtet werden, in voller Größe und erlangen dadurch außerordentliche Faszination. Es ist ein ganz eigener Weg des Herangehens an Motive, bei dem man mit Betrachtung von Details und Alltagsgegenständen neue Erkenntnisse von bisher unscheinbaren Objekten und Motiven gewinnen kann.

Wir vertiefen uns in eine Welt mit ungewohnten Möglichkeiten von An- und Einsichten. Wir werden kreativ in der Gestaltung, lernen mit Licht und Schatten zu arbeiten, stoßen auf die Problematik von Schärfentiefe, mit Tipps, sie in den Griff zu bekommen und basteln uns nützliche Hilfsmittel zur Unterstützung unserer Aufnahmen. Fotografisches Grundwissen ist bedingt nötig. Ein Stativ und eine Kamera mit Makroobjektiv, sowie ein Laptop zur Bildbearbeitung sind von großem Vorteil.

Wichtiger Hinweis: Für das Nikon-System sind in meinem Studio diverse Objektive und Zwischenringe vorhanden. Wer andere Systeme bevorzugt und nicht über Makroobjektive, Zwischenringe oder Balgengerät verfügt, kann sich gerne bei mir melden. Ich versuche, das entsprechende Equipment zu besorgen.

Treffpunkt: Fotostudio Olaf Nagel,
Nielsenstraße 24, 73760 Ostfildern
Tel. 0711 3428963/mobil 0171 6464244
nagel@nagel-photodesign.de

Bitte mitbringen: Digitale Spiegelreflexkamera, Objektive, Laptop.

9624

So, 6.4., 10–18 Uhr
Ostfildern, Photostudio, Nielsenstr. 24
€ 49,10 (€ 44,20), bei 6 TN € 57,40
bei 5 TN € 68,70, bei 4 TN € 85,90



Foto: Olaf Nagel

Portraitfotografie – Intensiv

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Olaf Nagel, Freier Fotograf

Auf dem Gelände und in der Freien Kunstakademie Nürtingen, im Hölderlingarten und am Ufer des Neckars.

So individuell wie jeder Mensch, ist auch das Portrait, das man von ihm macht. Wie kann ich meine Digitalkamera optimal ausnutzen, um Menschen in Bezug auf Darstellung, Lichtführung und Bildgestaltung optimal in Szene zu setzen? Wie löse ich Probleme mit Gegenlicht und starken Helligkeitskontrasten oder wie fotografiere ich in schattigen Bereichen? Wir finden Lösungen für diese Aufgaben und lernen, wie man auf einen unbekannt Menschen eingeht, um ihn zu portraituren und ins rechte Licht zu setzen.

Dabei beschäftigen wir uns mit den Zusammenhängen von Verschlusszeiten, Brennweiten, Empfindlichkeit/ISO und der Kameratechnik. Wir wollen die Bilder am eigenen Rechner sichten und in der Gruppe besprechen. Mitzubringen sind: Ein Laptop, eine einsatzbereite Kamera, (ideal wäre eine Spiegelreflex) mit Speicherkarte, geladenen Akkus und Objektiven.

Wir werden mit einem geschulten Fotomodell arbeiten.

Mittagspause 1 Std. bei einem gemeinsamen Mittagessen.

Treffpunkt: Parkplatz der Freien Kunstakademie Nürtingen, Neckarstr. 13, 72622 Nürtingen

Bitte mitbringen: Digitale Spiegelreflexkamera, Objektive, Laptop wenn vorhanden.

9625

So, 6.7., 10–18 Uhr
Freie Kunstakademie Nürtingen, Neckarstr. 13,
72622 Nürtingen
€ 49,10 (€ 44,20), bei 6 TN € 57,40
bei 5 TN € 68,70, bei 4 TN € 85,90

FAMILIEN PASS

**Neuerungen beim
Familienpass!**

Prüfen Sie Ihre Berechtigung –
und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 105!



SOMMERATELIER UND SOMMERAKADEMIE



Foto: Ali Schüler

Sommeratelier – Akt zeichnen und malen

Walter Schüler, freischaffender Künstler

Vier Tage intensiv und konzentriert Akt zeichnen und malen. Uns steht die Schillerhalle zur Verfügung, das heißt, die Teilnehmer*innen haben genügend Platz sich auszubreiten. Großformatiges Arbeiten ist möglich, auf Leinwänden und Papier, auf dem Boden und an mobilen Stellwänden. Wir können uns auch mit einfachen Drucktechniken, wie Linolschnitt und Monotypie auseinandersetzen. Neben Anatomie ist das klassische Thema „Figur und Raum“, etwas, das viel Spielraum auch für Abstraktion und expressives Arbeiten lässt.

Wer möchte, kann in den Räumen der Kunstschule einen Arbeitsplatz einrichten, als Rückzugsort und zur Weiterarbeit an Bildern, auch unabhängig von den angegebenen Uhrzeiten.

Arbeitsmaterial und Verpflegung bitte nach eigenem Bedarf mitbringen.

Bei Nachfragen bitte an das Sekretariat wenden.

Mit Modell

9610

Do, 31.7. bis So, 3.8., 10–19 Uhr, 4 x Plattenhardt, Schillerhalle

€ 245 (€ 227,80), bei 8 TN € 275 bei 7 TN € 315



Foto: Birgit Rehfeldt, Skulptur Kornelia Schneller

Sommeratelier – Holzbildhauerei

Birgit Rehfeldt, Bildhauerin

Wer Lust hat, einmal vier Tage lang in Ruhe mit Holz zu arbeiten, ist in diesem Kurs genau richtig. Jede/r Teilnehmer*in sucht sich zuerst sein Werkstück aus. Liegend, stehend, dünn oder dick.

Bei der Motivfindung, egal ob figürlich oder abstrakt, durch Skizzen und kleine Tonmodelle, werden die dabei entstandenen Ideen individuell besprochen. Wir bearbeiten das Holz mit den vorhandenen Werkzeugen, Schnitzseisen und Knüpfeln. Es können gerne auch eigene Kettensägen, Winkelschleifer o. ä. mitgebracht werden. In den fachgerechten Umgang mit dem vorhandenen Werkzeug wird eingeführt. Aber bitte beachten, keine Kettensägen-Einführung! Ich bin jedoch gerne beim Sägen behilflich.

Beim Umsetzen der Idee in Formen wird ein Schwerpunkt auf die Beobachtung der Volumen, Formenabläufe und Querschnitte gelegt. Jede/r wird seinen Arbeitsrhythmus finden. Nach dem Zwiebelschalenprinzip nähern wir uns dem plastischem Ereignis, unserer Skulptur!

Das Material kann mitgebracht oder im Kurs nach vorheriger Absprache günstig erworben werden.

9611

Do, 31.7. bis So, 3.8., 10–17 Uhr, 4 x Kunstschule, Holzwerkstatt

€ 168 (€ 156,20), bei 6 TN € 203,70

bei 5 TN € 252, bei 4 TN € 325,50



Foto: Albrecht Weckmann

Sommerakademie – Ich mach mein Ding

Albrecht Weckmann, Künstler & Pädagoge

Wege finden zum „Das ist mein Ding“ – Ist es ein Wort, ein Gegenstand, eine Idee, die mir bereits im Kopf herumschwirrt, oder gehe ich offen auf die Suche, lass mich in dieser Woche anregen, (ver)führen ...?

Das Zeichnen ist zunächst unser Mittel, um dieses Finden sichtbar zu machen.

In der gestalterischen Umsetzung praktizieren wir mit diversen, auch experimentellen Formen des Tiefdrucks, Flach- und Hochdrucks – vom einfachen, Linien-Umdruckverfahren, bis zum malerischen Umgang mit der Druckplatte. Der Exkurs zur Tuschemalerei provoziert zur spontanen, schnellen Aktion und öffnet schließlich den Weg zu komplexen Arbeiten in der Kombination von Wort, Zeichnung, Druck und Malerei = Mixed-Media.

9540

Mo, 25.8. bis Do, 28.8., 10–16:30 Uhr, 4 x Kunstschule, Keramik

€ 156 (€ 140,40), bei 6 TN € 182,50

bei 5 TN € 218,40, bei 4 TN € 273



Foto und Malerei: Beate Blankenhorn

Sommerakademie – Acrylmalerei

Der künstlerische Blick in die Natur – mit Stift, Pinsel, Farben und allen Sinnen

Beate Blankenhorn, Freischaffende Künstlerin

Auf der Haberschlai-Heide, im angrenzenden Wald und auf den Obstbaumwiesen betreiben wir Sehschulung, lernen genau hinzusehen, um frei damit spielen zu können. Wir zeichnen und skizzieren. Wir beobachten, nehmen mit allen Sinnen die Natur dort wahr und lassen dieses Sinnliche in unsere Zeichnungen mit einfließen. Im Atelier an der Kunstschule tauchen wir ein in die Welt der Farben und in die malerische Umsetzung von Natur- und Landschaftsskizzen. Dazu erkläre ich, wie bewusst Ausschnitte gewählt, mit Komposition und Farbsetzung umgegangen werden kann, wie Farbmischungen entstehen. Wir betrachten das Ganze und das Detail, spielen und experimentieren mit Farben und Formen.

Gemalt wird mit Acrylfarben und eventuell in Mischtechniken, auf Papier und Leinwand, gerne auch großformatig. Wie viel Zeit wir im Freien und/oder im Atelier verbringen, wird wetterabhängig sein.

Für das Skizzieren im Freien bitte einen leichten tragbaren Klapphocker, Skizzenblock und Stifte, außerdem Mittagsverpflegung und genügend zu Trinken mitbringen. Für die Arbeit im Atelier benötigen wir Acrylfarben, Pinsel in verschiedenen Größen, Leinwand oder Papier. Wer möchte, kann außerdem noch andere Materialien mitbringen, wie z. B. Kreiden, Fotos, Zeitungsausschnitte, Kalenderblätter oder Naturmaterialien für Collagen.

9542

Mo, 1.9. bis Fr, 5.9., 10–16:30 Uhr, 5 x Kunstschule, Studio

€ 195 (€ 181,40), bei 6 TN € 228,20

bei 5 TN € 273, bei 4 TN € 341,20

Anmeldung bitte so früh wie möglich!

I Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.



DRUCK – GRAFIK

Siebdruck-Wochenendkurs

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Ute Fischer-Dieter, Visual Merchandiser

Sie können in diesem Kurs sehr intensiv und speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt arbeiten. In einer Gruppe von max. 4 Personen kann der Siebdruck in allen seinen Facetten vorgestellt und selber ausprobiert werden. Sie erleben, wie vielseitig und individuell diese Drucktechnik ist. Vorhandene Entwürfe können mitgebracht werden, gerne auch aus anderen Kursen. Wir besprechen Ihre Ideen und stellen die passenden Schablonen her. Fotos können z. B. mit Ihrem Handy oder Laptop so für das Druckverfahren entsprechend bearbeitet werden. Selbst feinste Linien können mittels der fotomechanischen Schicht auf ein Sieb übertragen und bis max. DIN A4 gedruckt werden. Gearbeitet wird mit wasserbasierenden Farben.

Bitte bringen Sie Arbeitskleidung, Stifte, Schere, verschiedenen Papiere (mindestens 120g), Maler-Klebeband und, sofern vorhanden, auch schwarze Rohrer-Tusche und Pinsel mit. Fotos, Vorlagen und Skizzen müssen schwarz-weiß sein.

9634

Sa, 15.3. und So, 16.3., 14–18 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 74 (€ 63,40)



Foto und Druck: Susanne Bäuerle

Lavendel-Druck auf Stoff

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Susanne Bäuerle, Textildesignerin,
Schnittdirektrice, Maltherapeutin

Beim Lavendelruck lassen sich auf Papier kopierte Motive ganz einfach mit Lavendelöl auf unterschiedliche Trägermaterialien übertragen. Wir arbeiten in diesem Workshop auf Stoff. Die so bedruckten Stoffe können dann noch weiter gestaltet werden. Mit schönen Papieren, einfachen Stickstichen, alten Spitzen, etc. entstehen Collagen ... oder z. B. auch ganz besondere Geburtstagskarten. Es sind keine Vorkenntnisse nötig ...

Wer möchte, kann gerne Fotografien oder ausgewählte Motive aus Zeitschriften mitbringen.

9635

Fr, 28.2., 16–20 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 24 (€ 21,60), bei 6 TN € 28,10
bei 5 TN € 33,60, bei 4 TN € 42

Experimentelle Druck- technik – Monotypien mit Gelatineplatten

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Kerstin Ganser, freischaffende Kunst,
Grafik-Design und Marketing

Für experimentierfreudige Anfänger*innen und Fortgeschrittene. Achtung! Macht leider süchtig!

Die Gel-Platte ist ein tolles Medium, um eigene Drucke mit verschiedenen Motiven und Mustern herzustellen. Mit dieser Technik kann man schnell vielschichtige Muster, sehr schöne Strukturen und überraschende Ergebnisse herstellen. Im Vordergrund stehen Freude und Begegnung: Freude am Ausleben Ihrer Fantasie und Begegnungen mit Material, Technik, anderen Menschen ... Einfach von dieser tollen Technik überraschen lassen, welche man problemlos auch zuhause ausführen kann. Falls erwünscht ziehen wir die Motive anschließend gerne auf Leinwände auf.

Die Materialkosten werden im Kurs abgerechnet, eine Materialliste wird Ihnen vor Kursbeginn zugeschickt.

9641

Sa, 29.3., 10–17 Uhr
Kunstschule, Grafikwerkstatt
€ 45 (€ 40,50), bei 6 TN € 52,10
bei 5 TN € 61,80, bei 4 TN € 76,50

KERAMIK

Töpfern am Vormittag

Brigitte Kugler-Hillinger

Grundkenntnisse und Feinheiten der Aufbaukeramik und der Drehtechnik werden vermittelt. Die allein für die Keramik eingerichtete Werkstatt steht für weiteres selbstständiges Arbeiten (das Restsemester) offen! Für den Glasurbrand nach Absprache Zusatztermin.

Die Materialkosten werden mit 5 € pro kg Ton inkl. Brand berechnet.

9646

Do, ab 13.2., 9–11:30 Uhr, 8 x
Kunstschule, Keramik
€ 114,70 (€ 103,20), bei 6 TN € 134,20
bei 5 TN € 160,60, bei 4 TN € 200,70

9647

Fr, ab 14.2., 9–11:30 Uhr, 8 x
Kunstschule, Keramik
€ 114,70 (€ 103,20), bei 6 TN € 134,20
bei 5 TN € 160,60, bei 4 TN € 200,70

FAMILIEN PASS

Neuerungen beim Familienpass!

Prüfen Sie Ihre Berechtigung –
und sparen Sie deutlich!

Näheres finden Sie auf Seite 105!



Foto und Keramik: Annette Niemann-Rohr

Tierplastiken – Intensivwochenende

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Annette Niemann-Rohr

Sie sind uns Freunde und Wegbegleiter, verkörpern Gelassenheit, Kraft und Wildheit. Wir modellieren ein Tier nach Wahl naturgetreu oder vereinfacht, es geht um Proportion, Ausdruck, Körperhaltung und das Experimentieren mit verschiedenen Oberflächen. Die innen hohlen, mittelgroßen Figuren werden aus grob schamottiertem Ton aufgebaut, bemalt und frostsicher gebrannt.

Materialkosten werden berechnet mit 5 € pro kg Ton mit Brand.

9648

Sa, ab 17.5., 14–18 Uhr, 3 x
Kunstschule, Keramik
€ 60 (€ 54), bei 6 TN € 70,20
bei 5 TN € 84, bei 4 TN € 105



Foto: Ali Schüler, Keramik: Ute Gärtner-Schüler

Freies Gestalten mit Ton

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Ute Gärtner-Schüler, freischaffende Künstlerin

In diesem Kurs können Sie sämtliche keramische Techniken samt Oberflächengestaltung kennen lernen und praktisch erproben. Im Vordergrund steht der individuelle künstlerische Ausdruck mit dem Material Ton. Das können Büsten, Figuren oder auch abstrakte Objekte sein. Die Arbeiten werden in der Kunstschule gebrannt, je nach Bedarf auch glasiert oder mit Oxyden behandelt.

Bei Interesse kann der Kurs verlängert werden.

Die Materialkosten werden mit 5 € pro kg Ton inkl. Brand berechnet.

9649

Mi, ab 19.2., 10–12:15 Uhr, 8 x
Kunstschule, Keramik
€ 108 (€ 97,20), bei 6 TN € 126,40
bei 5 TN € 151,20, bei 4 TN € 189



Töpfern am Mittwochabend I

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Annette Niemann-Rohr

Grundkenntnisse des Arbeitens mit Ton, wie das figürliche Gestalten, die Aufbaukeramik, das Drehen auf der Töpferscheibe werden vermittelt. Eigene Ideen und Vorstellungen können umgesetzt werden. Glasurbrand nach Absprache (Am letzten Termin).

Die Materialkosten werden mit 5 € pro kg Ton inkl. Brand berechnet.

9650

Mi, ab 19.2., 19–21:30 Uhr, 8 x
Kunstschule, Keramik
€ 120 (€ 108), bei 6 TN € 140,40
bei 5 TN € 168, bei 4 TN € 210

Töpfern am Mittwochabend II

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Annette Niemann-Rohr

Grundkenntnisse des Arbeitens mit Ton, wie das figürliche Gestalten, die Aufbaukeramik, das Drehen auf der Töpferscheibe werden vermittelt. Eigene Ideen und Vorstellungen können umgesetzt werden. Glasurbrand nach Absprache (Am letzten Termin).

Die Materialkosten werden mit 5 € pro kg Ton inkl. Brand berechnet.

9651

Mi, ab 21.5., 19–21:30 Uhr, 7 x
Kunstschule, Keramik
€ 105 (€ 94,50), bei 6 TN € 122,80
bei 5 TN € 147, bei 4 TN € 183,80

Töpfern für Küche und Tisch

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Annette Niemann-Rohr

Ob Auflaufform, Schüssel, Butterdose, Becher, Tassen, Schalen ... Wir stellen in Aufbau Technik besondere Dinge her, die man auch benutzen kann. Am letzten Termin wird glasiert.

Materialkosten werden berechnet mit 5 € pro kg Ton mit Brand.

9652

Do, ab 26.6., 18:30–21 Uhr, 3 x
Kunstschule, Keramik
€ 39 (€ 36,20), bei 6 TN € 45,60
bei 5 TN € 54,60, bei 4 TN € 68,20

Töpfern für den Garten

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Annette Niemann-Rohr

Hier können wir verschiedene Dinge für die Tiere in unserem Garten oder unserem Balkon töpfeln. Wir verschönern unseren Garten mit dekorativen Elementen und schaffen gleichzeitig einen Beitrag zur Verbesserung unserer Umwelt. Die Objekte werden in Aufbautechnik hergestellt und zum Teil modelliert. Form und Dekoration werden mit Fantasie und Kreativität frei gewählt.

Materialkosten werden berechnet mit 5 € pro kg Ton mit Brand.

9653

Do, ab 8.5., 18:30–21 Uhr, 3 x
Kunstschule, Keramik
€ 39 (€ 35,10), bei 6 TN € 45,60
bei 5 TN € 54,60, bei 4 TN € 68,20

Freies Arbeiten mit Ton

Elke Steiger, Biologin und Keramikerin

Mit verschiedenfarbigen Tonen und Glasuren werden eigene Ideen in Steinzeug und Irdnwaren verwirklicht. Für erfahrene Keramiker*innen stehen fünf Töpferscheiben zur Verfügung. Die fertigen Teile werden im Elektroofen unter oxidierenden Bedingungen gebrannt.

Die Materialkosten werden mit 5 € pro kg Ton inkl. Brand berechnet.

9654

Di, ab 6.5., 18–21 Uhr, 7 x
Kunstschule, Keramik
€ 162 (€ 145,80), bei 6 TN € 189,50
bei 5 TN € 226,80, bei 4 TN € 283,50

Keramik aus dem Kapselbrand

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Bettina Kohlen, Keramikerin

Keramik wird aus dem Feuer geboren. Im Mittelalter versuchte man, die Rauchspuren des offenen Feuers und den Ascheanflug mit einer Kapsel zu vermeiden.

Im Gegensatz dazu wollen wir mit Hilfe eines Kapselbrandes Kohlenstoffeinlagerungen und die Verdampfung von Metalloxiden auf den polierten Oberflächen unserer Objekte sichtbar machen.

Lassen Sie sich auf dieses Experiment ein!

Materialkosten werden berechnet mit 5 € pro kg Ton mit Brand.

9655

Herstellung der Objekte:
Fr. 14.3. 18:30–21:30 Uhr

Fertigstellung und Polierung:
Sa. 15.3. 10–16 Uhr

Mischung der Kapselmasse, Einhüllen der Objekte: Fr. 28.3. 18:30–21:30 Uhr

Beschickung des Gasofens:
Sa. 29.3. 10–17 Uhr

Kunstschule, Keramik
€ 138 (€ 124,20), bei 6 TN € 161,50
bei 5 TN € 193,20, bei 4 TN € 241,50



Foto: Bettina Kohlen

Keramik im Rakubrand

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Bettina Kohlen, Keramikerin

Dieser Kurs vermittelt umfangreiche Kenntnisse über Grundlagen und Anwendung keramischer Formgestaltungstechniken, individuelle praxisbezogene Anleitung, sowie Tricks und Kniffe aus meinem Erfahrungsschatz.



Baha

**Fliesen · Mosaik · Naturstein
Silberanfertigung · Badsanierung
Verputz · Verputz · Verputz**

**Mercedesstraße 7
70704 Filderstadt
Mobil 01 72/1 405284
Telefon 0 71 58/1 72 96 48
Telefax 0 71 58/8 82 10
www.fliesen-baha.de
Info@fliesen-baha.de**

Die selbst gefertigten Keramikstücke werden für den 2. Teil des Kurses bei 900 °C vorgebrannt. In Vorbereitung auf das Rakubrennen werde ich am Glasurabend in die Farb- und Glasurgestaltung einführen.

Welche Einflüsse das Feuer, das Wasser und die Luft auf die keramischen Oberflächen nehmen, erleben Sie selbst.

9656

Sa, 24.5., 10–17 Uhr
So, 25.5., 10–16 Uhr
Fr, 4.7., 19–22 Uhr
Sa, 5.7., 10–17 Uhr
Kunstschule, Keramik
€ 131,90 (€ 118,70), bei 6 TN € 154,30
bei 5 TN € 184,70, bei 4 TN € 230,80

Pflanzgefäße aus verschiedenen Aufbautechniken

NEU

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Julia Billmaier, Keramikerin

In diesem Kurs werden drei verschiedene Aufbautechniken gelernt und damit Pflanzgefäße gefertigt. Ob oval oder symmetrisch, eckig oder rund, kommt auf die Technik an. Eigene Ideen können umgesetzt werden oder die Inspiration kann während dem Tun kommen. Nach dem Schrühbrand werden die Werke am letzten Kurstermin glasiert und anschließend hoch gebrannt.

Die Materialkosten werden mit 5 € pro kg Ton inkl. Brand berechnet.

9657

Fr, 9.5., 16.5., 23.5. 18:30–21 Uhr
Glasurtermin: Fr, 27.6.2025 18:30–20 Uhr
Kunstschule, Keramik
€ 51,60 (€ 46,40), bei 6 TN € 60,40
bei 5 TN € 72,20, bei 4 TN € 90,30



Glassfusing – Intensivwoche im Sommer

Verbindung von Glas und Keramik

Elke Steiger, Biologin, Keramikerin

Upcycling – das Wort ist in aller Munde! Aus farbigen alten Flaschen und Glasplatten entstehen in der Hitze des keramischen Brennofens individuelle Kunstwerke. Durch Verbindung mit Keramik werden sie in Szene gesetzt.

9658

Mo, 18.8., Mi, 20.8., Fr, 22.8., jeweils 17–21 Uhr
Kunstschule, Keramik
€ 72 (€ 64,80), bei 6 TN € 84,20
bei 5 TN € 100,80, bei 4 TN € 126



Foto und Keramik: Julia Billmaier

Töpfern und freies Arbeiten mit Ton – für Jugendliche und junge Erwachsene

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene

Julia Billmaier, Keramikerin

Die Hektik des Alltags und Überforderung durch Reizüberflutung, die ich selbst als junge Frau in der heutigen Gesellschaft manchmal erlebe, können durch das Arbeiten mit Ton gut ausgeglichen werden. Das Material Ton soll in diesem Kurs durch seine Eigenschaften wertgeschätzt werden. Verschiedene Aufbautechniken, das Drehen an der Töpferscheibe als auch freies Modellieren sind möglich zu lernen. Nach dem Schrühbrand werden die Werke am letzten Kurs termin glasiert und anschließend hoch gebrannt.

Die Materialkosten werden mit 5 € pro kg Ton inkl. Brand berechnet.

9659

Sa, 19.7. und So, 20.7. 14–18 Uhr
Glasuretermin: Fr, 19.9. 18:30–20 Uhr
Kunstschule, Keramik
€ 49,40 (€ 44,40), bei 6 TN € 57,80
bei 5 TN € 69,20, bei 4 TN € 86,40



**Die Geschenkeidee
für jeden Anlass!**

Gutscheine erhalten Sie in der vhs und ksf.

SCHWEISSEN & SCHMIEDEN

Offene Werkstatt – Schweißen

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Ellen Zimmermann-Wendt (0711/703526)

Hier können Anfänger*innen üben und Fortgeschrittene selbstständig arbeiten.

Wer will kann andere Materialien wie z. B. Holz, Keramik, Stein, Papier mitbringen, um sie in Kombination mit Metall zu verarbeiten.

Bitte mitbringen: Persönlich bevorzugte Materialien.

9660

Sa, 7.6., 10–19 Uhr
Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7
€ 51,60 (€ 46,40), bei 6 TN € 60,40
bei 5 TN € 72,20, bei 4 TN € 90,30

9661

Sa, 2.8., 10–19 Uhr
Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7
€ 51,60 (€ 46,40), bei 6 TN € 60,40
bei 5 TN € 72,20, bei 4 TN € 90,30



Foto und Objekt: Ellen Zimmermann-Wendt

Mein liebstes Lieblingstier Schweißen – Materialmix – Pappmaché

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Ellen Zimmermann-Wendt

Hund, Katze, Vogel, Elefant oder irgendwas dazwischen? In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Schutzgas-Schweißens, um mit Hilfe vorgefundener Materialien aus unserem reichhaltigen Fundus,

ein Gerüst nach eigenen Vorstellungen zu fertigen. Anschließend zeige ich Ihnen, wie dieses Gerüst mit Papier und Kleister in Ihr zukünftiges Lieblingstier verwandelt werden kann. Nach dem Trocknen können Sie dann zuhause das Kunstwerk nach Belieben farbig gestalten.

Materialkosten je nach Verbrauch ca. 10–20 €. Bitte anrufen zur Materialabsprache Tel. 0711 703526

Kleidung: Langärmelige, alte Baumwollkleidung, lange Hosen, geschlossene Schuhe. Wer möchte, kann eigene Arbeitshandschuhe, Gehörschutz und eine Kaffeetasse mitbringen. Bitte auch ein paar alte Zeitungen mitbringen.

9662

Fr, 25.4., 17–20:30 Uhr
Sa, 26.4., 10–18 Uhr
Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7
€ 65,90 (€ 59,30), bei 6 TN € 77,10
bei 5 TN € 92,30, bei 4 TN € 115,30

Kreative Schweißwerkstatt

Susanne von Rosen, freischaffende Künstlerin, Techniklehrerin

Unsere Kreative Schweißwerkstatt ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. In diesem einzigartigen Kurs haben Sie die Gelegenheit, Ihre künstlerische Kreativität mit handwerklichem Geschick zu verbinden und faszinierende Kunstwerke aus Metall zu erschaffen. Sie werden von einer erfahrenen Künstlerin und Metallhandwerkerin angeleitet. Schritt für Schritt lernen Sie mit dem Schweißgerät und den wichtigsten Werkzeugen umzugehen. So können beeindruckende Kunstwerke entstehen. Ob figurliche Objekte, abstrakte Installationen oder funktionale Kunstgegenstände – Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Materialkosten je nach Verbrauch ca. 10–15 €

Kleidung: Langärmelige, alte Baumwollkleidung, lange Hosen, geschlossene Schuhe. Wer möchte, kann eigene Arbeitshandschuhe, Gehörschutz und eine Kaffeetasse mitbringen.

9663

Fr, 27.6., 17–20:30 Uhr
Sa, 28.6., 10–18 Uhr
Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7
€ 65,90 (€ 59,30), bei 6 TN € 77,10
bei 5 TN € 92,30, bei 4 TN € 115,30

Schweißen und Schmieden

Herbert Häbich (07162 9703654)

Durch die Verbindung der Techniken Schweißen und Schmieden wird den Teilnehmenden in der freien Gestaltung von Skulpturen eine neue Dimension eröffnet. Bei Regen kann nicht oder nur eingeschränkt geschmiedet werden.

Nach einer Einführung in das MAG-Schweißen und im Umgang mit Feuer und Eisen werden erste Übungsstücke erarbeitet. Mit dem Erlernen von Arbeits- und Gestaltungstechniken, sowie Entwickeln von Materialgefühl, können freie Formen, Skulpturen aber auch Gebrauchsgegenstände entstehen.

Materialkosten: Für Werkstoff und Verbrauchsmaterial wird ein Beitrag von 20–30 € im Kurs erhoben.

Eigene Fundstücke, Holz oder Stein, sowie Stahl-Schrottteile können zum Kurs gerne mitgebracht werden.

Hilfsmittel: Werkzeuge, Maschinen, sowie Schweißhelme, Schweißhandschuhe, Schutzbrillen und Lederschürzen werden gestellt.

Kleidung: Lange Hosen, Jeans o. ä., langärmelige alte Baumwollkleidung, geschlossenes Schuhwerk, eigene Arbeitshandschuhe, Vesper und Getränke bitte selber mitbringen.

9665

Fr, 16.5., 14–18 Uhr
Sa, 17.5., 10–18 Uhr
Bonlanden, Schmiede, Kanalstr. 7
€ 74,90 (€ 67,40), bei 6 TN € 87,60
bei 5 TN € 104,90, bei 4 TN € 131,10

**Die Kunstschule ist
auch auf instagram –
schauen Sie einfach
mal rein!**





KUNST ANGEWANDT

Hobbyschneidern

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Manuela Kehrle

Sie wollen etwas Besonderes? Ein Einzelstück?

Dann schneiden Sie Ihre Garderobe einfach selbst! Ich helfe Ihnen, Maß zu nehmen und dies richtig auf den Schnitt zu übertragen. Auch kleine Figurprobleme können wir geschickt kaschieren. Falls Sie Änderungsarbeiten (Reißverschlüsse erneuern, Ärmel oder Hosen kürzen, usw.) erledigen wollen, helfe ich Ihnen gerne, diese Arbeiten mit Tipps und Tricks zu meistern.



Zeichnung:
Albrecht Weckmann

Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Garderobe modisch unter fachkundiger Anleitung zu erweitern.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Nähutensilien und Schreibzeug

9685

Do, ab 20.2., 19–21:30 Uhr, 10 x
Plattenhardt, vhs, Raum 22

€ 133,30 (€ 120,90), bei 6 TN € 156
bei 5 TN € 186,60, bei 4 TN € 233,30

Sashiko – Japanisch Sticken

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Susanne Bäuerle, Textildesignerin,
Schnittdirektrice, Malthérapeutin

SASHIKO (übersetzt „kleines Stäbchen“) stammt aus Japan und bezeichnet ursprünglich eine Reparaturtechnik, um Risse, Löcher, aufgescheuerte Stellen oder andere Beschädigungen an Kleidern auszubessern. Doch die Muster aus feinen Linien und geometrischen Formen sind so schön, dass die Technik auch genutzt werden kann, um schlichte Flächen zu verzieren. Jedes der Muster hat traditionelle Wurzeln und eine symbolische Bedeutung. Sie entstehen durch Aneinanderreihen von Vorstichen (einfaches Auf und Ab) in bestimmten Rhythmen. Mit Sashiko wird der Makel hervorgehoben, lästige Mottenlöcher geädelt, und Kleider bekommen ein neues Leben. Sashiko entschleunigt und hat definitiv Suchtpotenzial.

Es sind keine Vorkenntnisse im Nähen/Sticken erforderlich. Materialkosten je nach Verbrauch werden im Kurs abgerechnet.

Wer möchte kann mitbringen: Kleidungsstücke zum Reparieren, evtl. Stoffreste und Stickgarn.

9686

Fr, 14.3., 16–20 Uhr

Kunstschule, Malersaal

€ 24 (€ 21,60), bei 6 TN € 28,10
bei 5 TN € 33,60, bei 4 TN € 42

9687

Fr, 6.6., 16–20 Uhr

Kunstschule, Malersaal

€ 24 (€ 21,60), bei 6 TN € 28,10
bei 5 TN € 33,60, bei 4 TN € 42



Foto: Elisa Plakhotny

Lopapeysa Stricken – Der Weg zum ersten Islandpulli

NEU

Für Anfänger*innen mit Grundkenntnissen

Elisa Plakhotny

Du hast deine ersten Maschen schon gestrickt, traust dich aber noch nicht an ein größeres Projekt? Dann ist das deine Chance! Gemeinsam lernen wir Schritt für Schritt einen Original Islandpullover nach deinen Vorstellungen zu fertigen. Im Kurs besprechen wir jeden Abschnitt einzeln, lernen alle notwendigen Techniken und klären alle Fragen.

Die Termine sind so gelegt, dass du genügend Zeit hast, bis zum nächsten Treffen weiter zu stricken.

Bei Bedarf kann der Kurs verlängert werden.

Beim ersten Termin besprechen wir, was an Material benötigt wird, welches dann bis zum zweiten Termin besorgt werden kann.

9688

Di, 18.3., 25.3., 8.4., 29.4., 13.5., 18–19:30 Uhr
Kunstschule, Studio

€ 24 (€ 21,60), bei 6 TN € 28,10
bei 5 TN € 33,60, bei 4 TN € 42

Nähen für das größte kleine Wunder

NEU

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Esther Hack, Modedesignerin

Der Kurs ist für alle Eltern, Großeltern, Freund*innen und Bekannte, die einen ganz besonderen und persönlichen Overall oder Baby-Schlafsack nähen möchten, sei es als Geschenk oder für das eigene Baby.

Dabei werden sie an dem Wochenende individuell begleitet und beraten.

Die Teilnehmenden klären vor Kursbeginn über E-Mail alle Fragen zu geeignetem und gewünschtem Material sowie Stoffmenge, so dass Samstag direkt mit der Schnittübertragung begonnen werden kann.

Gerne dürfen eigene Nähmaschinen mitgebracht werden.

9689

Sa, 29.3. und So, 30.3., 10–16 Uhr
Plattenhardt, vhs, Raum 22

€ 68,80 (€ 21,60), bei 6 TN € 80,50
bei 5 TN € 96,30, bei 4 TN € 120,40



Foto: Susanne Bäuerle

Indigo – Blaumachen

Susanne Bäuerle, Textildesignerin,
Schnittdirektrice, Malthérapeutin

In diesem Kurs dreht sich alles um das „Blaue Gold“ – um „Indigo“- das über Jahrhunderte auf fast allen Kontinenten zum Färben von Textilien verwendet wurde.

Nach einer kurzen Einführung in die Theorie des Blaumachens und Details zum Färbebad – der Indigoküppe – geht es gleich ans praktische ausprobieren. Mit einer japanische Falt-Abbinde-Technik, „Shibori“ genannt, bereiten wir die Stoffe fürs Färben vor. Dort wo durch die Faltung beim Eintauchen in das Färbebad kein Sauerstoff hingelangt, bleibt der Stoff weiß. So entstehen die spannendsten Musterungen.

Doch das eigentliche „Blaue Wunder“ passiert, wenn der Stoff wieder aus der unappetitlich gelben Brühe gezogen wird und sich mit jeder Sekunde an der Luft mehr und mehr in dieses tiefe, magische Indigoblau verwandelt ...

Bitte mitbringen – falls vorhanden: Stoffreste aus Baumwolle, Seide, Leinen oder auch Wolle. evtl. weiße Geschirrhandtücher, etc.

Es entstehen je nach Bedarf geringe Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden.

Der Workshop findet im Atelier der Künstlerin statt.

Esslinger Str. 71, 73207 Plochingen

9690

Sa, 5.7., 10–18 Uhr

Esslinger Str. 71, 73207 Plochingen

€ 48 (€ 43,20), bei 6 TN € 56,20
bei 5 TN € 67,20, bei 4 TN € 84

Anmeldung bitte so früh wie möglich!

Wir sagen die meisten Kurse einige Tage vor Kursbeginn ab, wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Leider melden sich immer mehr Kund*innen sehr kurzfristig an oder kommen unangemeldet zum ersten Kursabend und stehen möglicherweise vor verschlossener Tür.

Wir müssen dann leider feststellen, dass wir den Kurs unnötigerweise abgesagt haben.

Diese Enttäuschung wollen wir Ihnen und uns ersparen.



BILDHAUEREI & PLASTISCHES GESTALTEN



Foto: Ali Schüller

Bildhauerei am Montag

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Birgit Rehfeldt, Bildhauerin

Wer Lust hat, einmal mit Holz oder auch mit Steinen, die man schnitzen kann, zu arbeiten, ist in diesem Kurs genau richtig. Das Material kann mitgebracht oder im Kurs nach vorheriger Absprache erworben werden. Bei der Motivfindung, egal ob figürlich oder abstrakt, werden die Ideen und Möglichkeiten individuell besprochen.

Wir bearbeiten Holz, Speckstein oder Alabaster mit vorhandenen Schnitzseisen und Knüpfeln, mit Raspeln und Schleifpapier. In den fachgerechten Umgang mit dem Material und dem Werkzeug werden Sie eingeführt. Ob glatt oder rau, farbig oder natur, alles ist möglich für Ihre Skulptur! Bei komplexeren Eingriffen arbeite ich nach Absprache mit der Kettensäge vor.

Keine Einführung in die Arbeit mit der Kettensäge. Materialkosten extra!

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf und festes Schuhwerk.

9701

Mo, ab 17.2., 18:30–21:30 Uhr, 13 x
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 216 (€ 194,40), bei 6 TN € 252,70
bei 5 TN € 302,40, bei 4 TN € 378

Bildhauerei am Mittwoch

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Birgit Rehfeldt, Bildhauerin

Wer Lust hat, einmal mit Holz zu arbeiten ist in diesem Kurs genau richtig. Dabei sind Anfänger*innen ebenso willkommen und werden sicher zur fertigen Arbeit begleitet. Das Material kann mitgebracht oder im Kurs nach vorheriger Absprache erworben werden. Bei der Motivfindung, egal ob figürlich oder abstrakt werden die Ideen und Möglichkeiten individuell besprochen. Wir bearbeiten das Holz mit den vorhandenen Schnitzseisen und dem Knüpfel. In den fachgerechten Umgang mit dem Material und dem Werkzeug werden sie eingeführt. Bei komplexeren Eingriffen arbeite ich nach Absprache mit der Kettensäge vor. Ob glatt oder rau, farbig oder natur, alles ist möglich für ihre Skulptur!

Materialkosten extra.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf und festes Schuhwerk.

9702

Mi, ab 19.2., 9–12 Uhr, 13 x
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 216 (€ 194,40), bei 6 TN € 252,70
bei 5 TN € 302,40, bei 4 TN € 378

Holzbildhauerei am Wochenende

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Birgit Rehfeldt, Bildhauerin

Wer Lust hat, einmal mit Holz zu arbeiten ist in diesem Kurs genau richtig. Dabei sind Anfänger*innen ebenso willkommen und werden sicher zur fertigen Arbeit begleitet. Das Material kann mitgebracht oder im Kurs erworben werden. Die Kunstschule hat ein reichhaltiges Holzlager, in dem Sie bei Bedarf sicher ein passendes Stück finden werden. Bei der Motivfindung, egal ob figürlich oder abstrakt, werden die Ideen und Möglichkeiten individuell besprochen. Wir bearbeiten das Material mit den vorhandenen Schnitzseisen und dem Knüpfel, mit Raspel und Schleifpapier. In den fachgerechten Umgang mit dem Material und dem Werkzeug werden Sie eingeführt. Bei komplexeren Eingriffen arbeite ich nach Absprache mit der Kettensäge vor. Ob glatt oder rau, farbig oder natur, alles ist möglich für ihre Skulptur! Materialkosten je nach Verbrauch ca. 15–30 €.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, festes Schuhwerk.

9704

Sa, 29.3. und So, 30.3., 10–17 Uhr
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 84 (€ 75,60), bei 6 TN € 98,30
bei 5 TN € 117,60, bei 4 TN € 147

9705

Sa, 5.7. und So, 6.7., 10–17 Uhr
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 84 (€ 75,60), bei 6 TN € 98,30
bei 5 TN € 117,60, bei 4 TN € 147



Foto und Skulptur: Uli Gsell

Steinbildhauerei am Wochenende – Figur und Form

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Uli Gsell, Bildhauer

Wir tauchen in die uralte Kunst der Steinbildhauerei ein. Es ist faszinierend, wie aus einem rohen Steinblock langsam eine Form entsteht und behutsam herausgearbeitet wird. Wir erleben die Schwere und Härte des Materials und lernen, eine Figur oder Form im Stein zu „sehen“. Mit Hammer

und Meißel, im eigenen Rhythmus, nehmen wir die Arbeit auf. Einführung in Material- und Werkzeugkunde: Wir arbeiten mit Sandstein oder Kalkstein. Der Ausgangspunkt kann eine Zeichnung, ein Modell oder der Stein selbst sein.

Keine Vorkenntnisse nötig, vorausgesetzt wird etwas handwerkliches Geschick und Geduld. Werkzeug wird gestellt, Steine können im Kurs erworben werden.

Materialkosten je nach Verbrauch ca. 15–25 €.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, festes Schuhwerk.

9706

Sa, 15.3. und So, 16.3., 10–17 Uhr
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 84 (€ 75,60), bei 6 TN € 98,30
bei 5 TN € 117,60, bei 4 TN € 147

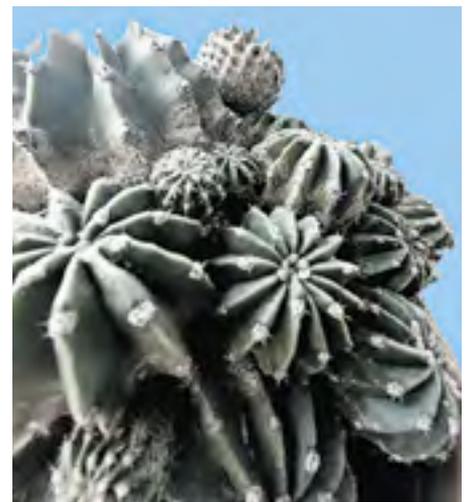


Foto: Uli Gsell

Steinbildhauerei am Wochenende – Früchte, Samen, Knospen

NEU

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Uli Gsell, Bildhauer

Wir tauchen in die uralte Kunst der Steinbildhauerei ein. Es ist faszinierend, wie aus einem rohen Steinblock langsam eine Form entsteht und behutsam herausgearbeitet wird. Wir erleben die Schwere und Härte des Materials und lernen, eine Form im Stein zu „sehen“. An diesem Wochenende soll es um einfache pflanzliche Formen gehen: Früchte, Samen, Knospen ... Mit Hammer und Meißel, im eigenen Rhythmus, nehmen wir die Arbeit auf. Einführung in Material- und Werkzeugkunde: Wir arbeiten mit Sandstein oder Kalkstein. Der Ausgangspunkt kann eine Zeichnung, ein Modell oder der Stein selbst sein.

Keine Vorkenntnisse nötig, vorausgesetzt wird etwas handwerkliches Geschick und Geduld. Werkzeug wird gestellt, Steine können im Kurs erworben werden.

Materialkosten je nach Verbrauch ca. 15–25 €.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, festes Schuhwerk.

9707

Sa, 28.6. und So, 29.6., 10–17 Uhr
Kunstschule, Holzwerkstatt
€ 84 (€ 75,60), bei 6 TN € 98,30
bei 5 TN € 117,60, bei 4 TN € 147

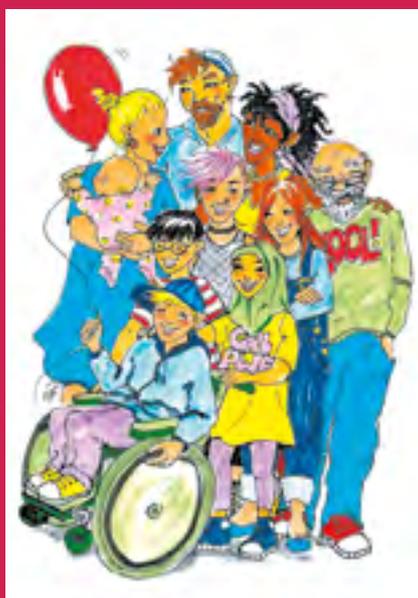


KOSTENLOSE WORKSHOPS FÜR JUNG UND ALT



Foto: Ali Schüler

TAG DER OFFENEN TÜREN



Grafik: Patricia Gomeringer-Prestle

Freitag

7. Februar 2025

von 15–18 Uhr

Mit kostenlosen Workshops
für Jung und Alt

Ausstellungen in allen Räumen

Kaffee und Kuchen

INDIVIDUELLE WORKSHOPS ANGEBOTE FÜR ERWACHSENE

Kunst-Events für Teams und private Gruppen

Die Kunst etwas Neues zu schaffen

Diese kreativen Gemeinschaftsaktionen sind für private Erwachsenengruppen oder kollegiale Teams bis zu 12 Personen gedacht. In den sehr gut ausgestatteten Werkstätten der Kunstschule entstehen beim gemeinsamen Malen, Zeichnen, Drucken, Schweißen, Bildhauern oder Töpfern besondere Team-Erlebnisse und -Ergebnisse!

- Die Events finden in unserer Kunstschule in Filderstadt statt. Können aber auch, nach Absprache, an Ihrem Standort durchgeführt werden.
- Gerne erarbeiten wir ein individuelles und maßgeschneidertes Konzept für Sie. Termine nach Vereinbarung!
- Für weitere Informationen können Sie uns jederzeit unverbindlich kontaktieren, wir beraten Sie gerne:
E-Mail snikolaou@filderstadt.de
Telefon 0177 7003-4321

Kosten: € 50 Euro pro Stunde, zzgl. Material und Fahrtkosten

Beispiel: Preis für einen dreistündigen Workshop in der Kunstschule, mit einer erfahrenen Fachkraft: € 150 zzgl. Material- und Fahrtkosten



Fotos: Ali Schüler

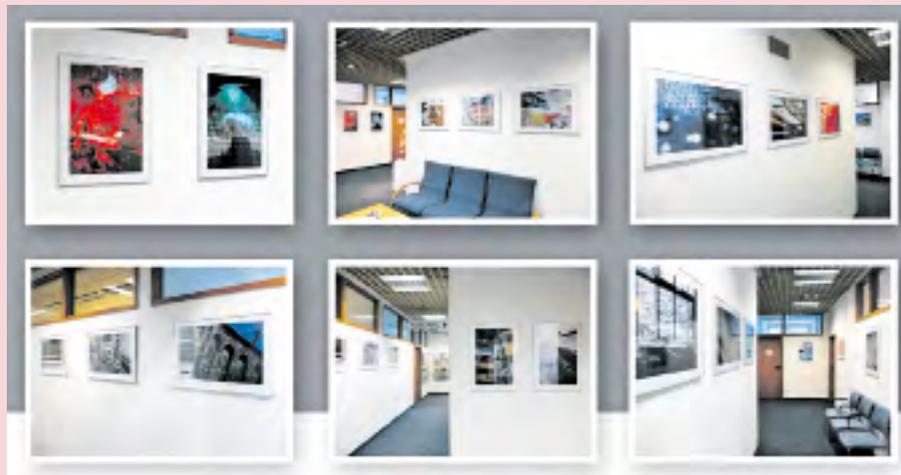
FÖRDERVEREIN DER KUNSTSCHULE

Der Verein fördert und unterstützt pädagogisch, künstlerische Aktivitäten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen – Laien wie professionell tätigen Künstler*innen. Der Verein unterstützt zahlreiche Projekte, bei denen Mitarbeiter*innen und Dozent*innen der Kunstschule in Kooperation mit Schulen und Kindergärten Jugendliche und Kinder zu eigenkreativer Tätigkeit anregen.

Ein besonderes Anliegen ist, Projekte sozial benachteiligter Gruppen zu unterstützen.

Der Verein bietet Kindern und Erwachsenen, die die Kursgebühren nicht aufbringen können, finanzielle Unterstützung.

Werden Sie Mitglied! Informationen in der Geschäftsstelle der Kunstschule.



Fotografien: Ali Schüler

Die Fotografien zeigen die Ausstellung im Verwaltungsgebäude Bernhausen mit Arbeiten aus einem experimentellen Fotoworkshop der Fördervereins-Mitglieder.



Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule/Kunstschule Filderstadt vom 1. September 2024

1. Anmeldung

- 1.1 Mit Zugang der Anmeldung bei der vhs/Kunstschule ist der/die Anmeldende hieran gebunden und anerkennt die Allgemeinen Geschäftsbedingungen.
- 1.2 Anmeldungen sind möglich
 - auf der im Programmheft eingelebten Anmeldekarte
 - persönlich
 - oder formlos schriftlich
 - oder per Fax, Internet oder E-Mail
 - oder telefonisch
 - Anmeldungen durch eine/n Vertreter*in sind nur möglich, wenn diese/r die Anmeldung persönlich durchführt.
- 1.3 Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs bearbeitet. Es wird eine Buchungsbestätigung versandt.
- 1.4 Der regelmäßige Besuch von Veranstaltungen kann – ggf. unter Berechnung einer Bearbeitungsgebühr – bestätigt werden.

2. Teilnahmeentgelte/Ermäßigungen

- 2.1 Bei Rechnungsstellung sind die Teilnahmeentgelte innerhalb von zwei Wochen nach Rechnungserhalt bargeldlos zu bezahlen (Barzahlung nur in begründeten Ausnahmefällen).
- 2.2 Bei hohen Teilnahmeentgelten wird auf Antrag Ratenzahlung ermöglicht. Dies ist nur möglich, wenn ein Abbuchungsauftrag erteilt wird. Dies gilt nicht für Tages- oder Wochenendkurse, Studienfahrten und Reisen.
- 2.3 Für die Teilnahme an unseren Veranstaltungen gelten die abgedruckten Entgelte. Zusätzlich können Kosten für Skripte, Kopien, Material, Lebensmittel usw. entstehen. Diese sind nicht ermäßigbar.
- 2.4 Ermäßigungen gibt es bei Vorlage entsprechender Nachweise (nicht für Reisen und Fahrten), sofern dies im Programmheft abgedruckt ist. Es wird jeweils nur ein Ermäßigungsgrund anerkannt.
 - Für Schüler*innen, Auszubildende, Studierende, Schwerbehinderte und Menschen im Bundesfreiwilligen Dienst oder im Freiwilligen Sozialen Jahr gelten die ermäßigten Gebühren in Klammer.
 - Für Arbeitslose bei beruflich weiterbildenden Kursen gelten die ermäßigten Gebühren in Klammer.
 - Familienermäßigung - bei gleichzeitigem Besuch mehrerer Kinder in einem Kurs - unter 18 Jahren für das zweite Kind 25 Prozent, für das dritte und jedes weitere Kind 50 Prozent.
 - Familienpassinhaber*innen:
Familienpass A: 60 Prozent
Familienpass B: 35 Prozent

3. Rücktritt

- 3.1 Rücktritt durch Teilnehmende:
 - 3.1.1 Ein Rücktritt durch Teilnehmende ist nur innerhalb bestimmter Fristen möglich:
 - Bei Kursen (1–5 Termine), Tages- oder Wochenendseminaren spätestens 4 Arbeitstage vor dem Beginn
 - Bei Kursen ab mindestens 6 Terminen am 2. Arbeitstag nach dem ersten Kurstermin.
 - Bei Kochkursen eine Woche vor Beginn.
 - Bei Fahrten und Reisen gelten besondere Bestimmungen.

- 3.1.2 Ein Rücktritt während eines bereits laufenden Kurses ist nur möglich, wenn der/die Teilnehmende nachweist, dass er/sie aus einem nicht von ihm/ihr zu vertretenden Grund eine begonnene Veranstaltungsreihe nicht zu Ende besuchen kann. Das bereits bezahlte Entgelt wird (abzüglich einer Bearbeitungsgebühr) auf schriftlichen Antrag bei der Geschäftsstelle anteilig ab dem Tag des Rücktritts erstattet werden, sofern dieser vor Kursende gestellt wird. Bei Krankmeldung ist ein Attest erforderlich.

- 3.1.3 Der Rücktritt muss gegenüber der Geschäftsstelle der vhs/Kunstschule erklärt werden. Maßgebend ist der Zeitpunkt des Zugangs bei der vhs/Kunstschule. Rücktritte gegenüber Kursleitenden sind ungültig.

- 3.1.4 Die Bearbeitungsgebühr für Rücktritte beträgt 5 Euro.

3.2 Rücktritt vhs/Kunstschule, Kursveränderungen

- 3.2.1 Die vhs/Kunstschule kann wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall von Kursleitenden oder aus anderen wichtigen Gründen eine Veranstaltung ausfallen lassen oder terminlich verändern. In diesem Fall werden bereits bezahlte Entgelte in voller Höhe erstattet.

- 3.2.2 Werden Veranstaltungen von der vhs/Kunstschule während des Veranstaltungsverlaufs abgebrochen, werden bereits bezahlte Entgelte teilweise ohne Abzug von Bearbeitungskosten erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen die vhs/Kunstschule sind ausgeschlossen.

- 3.2.3 Bleibt ein Kurs unter der von der vhs/Kunstschule festgelegten Mindestgruppengröße und soll auf Wunsch der Teilnehmenden trotzdem stattfinden, wird entweder zusätzlich zum Kursentgelt eine Aufzahlung erhoben, die den Ausfallbetrag auf alle Teilnehmende umlegt oder aber eine Terminkürzung, bei gleichbleibender Gebühr, vorgenommen. In beiden Fällen wird keine Bearbeitungsgebühr verlangt.

4. Unterrichtsfreie Tage

Während der Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen findet in der Regel kein Unterricht statt, es sei denn, es ist ausdrücklich angegeben.

5. Datenschutz

Wir verarbeiten Ihre personenbezogenen Daten unter Einhaltung der DSGVO. Ihre Betroffenenrechte entnehmen Sie bitte der Datenschutzerklärung auf unserer Homepage www.filderstadt.de

6. Haftung

- 6.1 Die vhs/Kunstschule behält sich notwendige Änderungen gegenüber den Angaben im Programmheft vor.
- 6.2 Die Haftung der vhs/Kunstschule beschränkt sich auf den gesetzlichen Umfang und ist auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit beschränkt. Für Unfälle während der Veranstaltung, auf dem Weg zur oder von der Veranstaltungsstätte sowie für Diebstahl und den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen übernimmt die vhs/Kunstschule auch keine Haftung, auch nicht bei Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche.

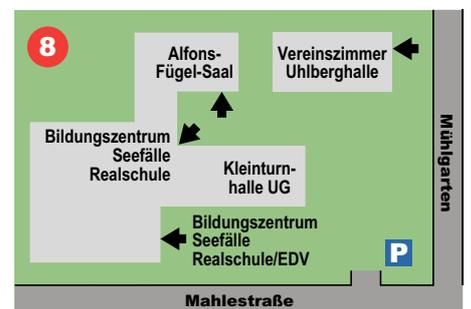
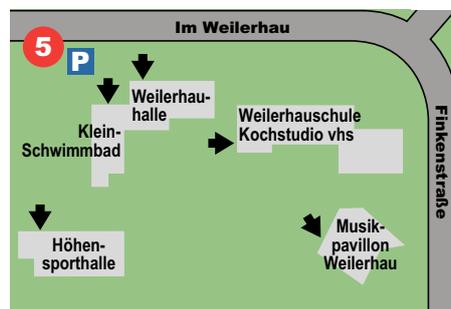
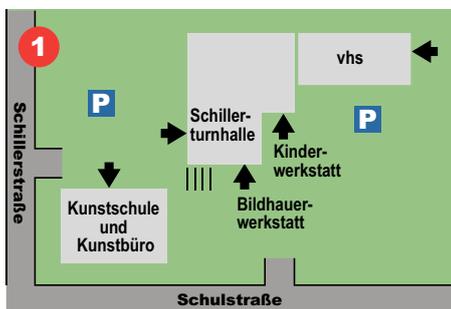
7. Inkrafttreten

Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen treten mit Wirkung vom 1. September 2024 in Kraft.

LAGEPLAN



- | | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| <p>1 Geschäftsstelle vhs
Mörikeschule
Schulstraße 13/1
Plattenhardt</p> <p>2 Atelierhaus
Schulstraße 51
Plattenhardt</p> <p>3 Bürgerhaus
Plattenhardt
Uhlbergstraße 37
2. Stock</p> | <p>4 Serigrafie-Museum
Filderstadt
Uhlbergstraße 36–40
Plattenhardt</p> <p>5 Weilerhau
Im Weilerhau 2
Plattenhardt
s. Lageplan unten</p> <p>6 Alte Mühle
Humboldtstraße 5
Linker Eingang
Bonlanden</p> <p>7 Schmiede
Kanalstraße 7
Bonlanden</p> | <p>8 Bildungszentrum
Seefälle mit Klein-
turnhalle
Mahlestraße, Bonlanden
s. Lageplan unten</p> <p>9 Elisabeth-Selbert-
Gymnasium
Tübinger Straße 73
Bernhausen</p> <p>10 Fleinsbach-Realschule
& Pavillon
Poltawastraße 3
Bernhausen</p> <p>11 Gotthard-Müller-Schule
La Souterrainer Straße 9
Bernhausen</p> | <p>12 Filharmonie Kultur
& Kongress Zentrum
Filderstadt
Tübinger Straße 40
Bernhausen</p> <p>13 Bürgerzentrum
Bernhausen
Bernhäuser Hauptstr. 2
Bernhausen</p> <p>14 Das WIE
Wielandschule
Gemeindehalle
Sielmingen
Wielandstraße 8
Sielmingen</p> | <p>15 Pestalozzischule
Seestraße 18
Sielmingen</p> <p>16 Dietrich-Bonhoeffer-
Gymnasium
Seestraße 40
Sielmingen
vhs-Eingang
Mühlwiesenstraße</p> <p>17 Jahnschule
Jahnstraße 25
Harthausen</p> <p>18 Sitzungssaal Rathaus
Grötzingen Straße 7
Harthausen</p> | <p>19 Waldorfschule
Gutenhalde
Bonlanden</p> <p>20 Sporthalle Brandfeld
Esslinger Straße 55
Harthausen</p> <p>21 Städtische Galerie
Bonländer Hauptstr. 32/1
Bonlanden</p> <p>22 Unterrichtsräume
Aicher Straße 9
Bernhausen</p> <p>23 Unterrichtsräume
Aicher Straße 10
Bernhausen</p> |
|--|--|--|---|--|--|



Akut- und Ganzheitsmedizin aus einer Hand.



Die Filderklinik



Wenn's ums Ganze geht.

FACHABTEILUNGEN UND AMBULANZEN:

- Unfall- & Viszeralchirurgie
- Intensivmedizin & Anästhesie
- Innere Medizin & Gastroenterologie
- Frauenheilkunde
- Integrative Brustkrebsbehandlung
- Geburtshilfe mit Neugeborenen-Intensivstation
- Integrative Onkologie
- Palliativmedizin
- Kinder- & Jugendmedizin
- Psychosomatik mit Tagesklinik
- Kinder- & Jugendpsychosomatik
- Radiologie mit CT und MRT
- Privatambulanz für Anthroposophische Medizin

UNSERE BESONDEREN LEISTUNGEN:

- Anthroposophische Pflege & Therapie
- Natürliche Arzneimittel
- Biozertifizierte Ernährung
- Babyfreundliche Geburtsklinik
- Familientherapie
- Kunsttherapien
- Heileurythmie
- Hyperthermie
- Misteltherapie
- Rhythmische Massage

