Wenn dieser Newsletter nicht richtig angezeigt wird, klicken Sie bitte hier.

vhs Volkshochschule Wiesbaden e.V.



Newsletter Dezember 2026

Liebe Freundinnen und Freunde der vhs Wiesbaden

wir nähern uns dem Jahresende, aber auch in der Vorweihnachtszeit haben wir noch viele spannende Kurse für Sie! Lassen Sie sich im Museum Reinhard Ernst nach dem Ausstellungsbesuch über die Zahlungsmöglichkeiten der Zukunft informieren oder genießen Sie Charles Dickens' Weihnachtsgeschichte in Verbindung mit festlichen Leckereien aus England! Und wenn sich Ihr Blick schon ins kommende Jahr richtet: verschenken Sie zu Weihnachten doch einen Gutschein für vhs-Kurse ab Januar, planen Sie einen Bildungsurlaub oder setzen Sie Ihre guten Vorsätze in unseren Fitnesskursen um!
Am 8. Dezember erscheint das neue vhs-Programm, in dem Sie sich über alle unsere Kurse in der ersten Jahreshälfte 2027 informieren können.

Viel Spaß mit den Kursen im Dezember und eine zauberhafte Vorweihnachtszeit wünscht Ihre vhs Wiesbaden

Gefällt Ihnen das Angebot der vhs Wiesbaden? Dann lassen Sie uns doch gerne eine Google-Bewertung da!

Bewertung abgeben

Inhalt

- VHS WIESBADEN AKTUELL
- POLITIK UND GESELLSCHAFT
- KULTUR UND KREATIVITÄT
- ARBEIT UND BERUF
- GESUNDHEIT UND NATUR
- FREMDSPRACHEN
- GRUNDBILDUNG
- JUNGE VHS



vhs Wiesbaden aktuell

Das neue Programmheft 1/2027 kommt

Das neue Programmheft der vhs erscheint am 8. Dezember und liegt in den Häusern der vhs im Europaviertel, der Villa Schnitzler und in der Luisenstraße, sowie an vielen weiteren Orten in der Stadt aus.
Sie finden die neuen Kurse dann auch online auf unserer Webseite.

Programm



Verschenken Sie doch einen vhs-Gutschein!



Verschenken Sie Kultur, Kunst, Bildung und vieles mehr mit Guscheinen der vhs!
Wir beraten Sie gerne persönlich, per Telefon oder per Email.

Kontakt

Politik und Gesellschaft

Bargeld und digitaler Euro – Wie bezahlen wir in der Zukunft?

Mi 16.12.2026, 17:30 Uhr - H18480
Digitale Finanzen verstehen! Mit dem mre Mutiger Mittwoch
Unsere Bezahlwege entwickeln sich schnell. Im Rahmen der Sonderausstellung Judit Reigl. Couleur vivante geben Expert:innen der Deutschen Bundesbank einen Überblick über heutige und künftige Zahlungssystem.
In einer Kurzführung durch die Ausstellung erfahren wir, was finanzielle Bildung mit abstrakter Kunst, Freiheit und der Basis unserer europäischen Wertegemeinschaft zu tun hat.
Im anschließenden Workshop „Bargeld und digitaler Euro – Wie bezahlen wir in der Zukunft?“ mit nachfolgender Fragerunde erhalten Sie Wissen für ein sicheres und selbstbestimmtes Leben.

museum reinhard ernst

Zum Kurs

Kurse im Dezember

Die Bauern waren nicht überrascht. Pandemische Geschichte auf dem Lande: Das Beispiel Schweinepest - Online
Mi 02.12.2026, 19:30 Uhr - H11420
Die Verwunderung war groß, als die Corona-Pandemie die Welt im März 2020 in den Lockdown zwang: So etwas hatte man noch nie erlebt. Für alle, die in der Landwirtschaft mit Tieren zu tun haben, ist das Leben mit potentiell katastrophalen Krankheitserregern jedoch seit Jahrzehnten betriebliche Normalität.
Frank Uekötters Vortrag bietet anhand des Beispiels der Schweinepest einen Überblick über den Umgang mit Tierseuchen vom 19. Jahrhundert bis heute und fragt nach den Veränderungen für Menschen und Tiere.

Zum Kurs

Auf Zeitreise: Sport, Unterhaltung und Freizeit durch die Zeiten
Mi 02.12.2026, 18:30 Uhr - H13600
Und, was machst Du heute Abend? Mit Freunden in der Kneipe, Fußball schauen im Stadion, für Olympia vor dem Fernseher, Spieleabend mit Brettspiel oder ins Staatstheater? Wie war das eigentlich früher? Mit Dr. Michael Teichmann begeben wir uns auf Zeitreise und beschäftigen uns mit Massensportveranstaltungen und anderen Freizeitaktivitäten in der Vergangenheit: Wer nahm ursprünglich an den Olympischen Spielen teil? Kämpften Gladiatoren auch gegen wilde Tiere? Gab es Fanclubs bei Wagenrennen? Diesen und weiteren Fragen gehen wir nach.

Zum Kurs

Umfragen: Des Volkes Stimme oder moderne Volksmärchen?
Do 03.12.2026, 19:00 Uhr - H10900
Nahezu täglich werden verschiedenste Umfragen veröffentlicht. Was aber ist im Einzelnen von diesen Umfragen zu halten? Kommt hier wirklich des Volkes Stimme zum Ausdruck oder werden uns moderne Volksmärchen von eher zweifelhaftem Wert verkauft?
Gerold Beckers Vortrag gibt Einblick in den "Maschinenraum" der Branche. Welche Methoden kommen zum Einsatz, was ist wirklich repräsentativ und wie wird mit gewonnenen Ergebnissen umgegangen?

Zum Kurs

Workshop: KI-Tools ausprobieren und gemeinsam diskutieren
Do 03.12.2026, 17:00 Uhr - H15880V
Möchten Sie KI-Tools selbst anwenden und mehr über deren Möglichkeiten und Grenzen erfahren? In diesem Workshop werden KI-Tools ausprobiert und gezeigt wie diese im Alltag genutzt werden können und es besteht die Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch

Zum Kurs

Staat und Religion – eine (gefährliche) Liebesbeziehung?
Ist Gott in unserer Gesellschaft wirklich tot?
Fr 04.12.2026, 18:30 Uhr - H11260
Staat und Religion in ihren unterschiedlichsten spirituellen Ausprägungen sind aus unserem Alltag kaum wegzudenken. Doch sind sie wirklich strikt voneinander zu trennen? Oder sind sie möglicherweise aus ähnlichen menschlichen Bedürfnissen und soziokulturellen Ideen entstanden – und ihre Entwicklungsgeschichten daher untrennbar miteinander verflochten?
Durch Diskussion und gegenseitigen Austausch gehen Sie dieser Frage mit Dr. Magdalena Sara Guschlbauer auf den Grund. Ziel der Treffen ist vor allem der Dialog, orientiert an ausgewählten wissenschaftlichen Beobachtungen und Thesen.

Zum Kurs

Gottes Zeit: Jüdische, christliche und pagane Zeitvorstellungen und Zeiterfahrungen in der Antike - Online
Fr 04.12.2026, 19:30 Uhr - H11416
War das Leben in der Antike gemütlicher oder gab es damals schon ähnlich viel Stress wie heute? In Judentum wie Christentum gab es Gruppen, die ein schreckliches Ende aller Weltzeit erwarteten.
Wie verbreitet waren solche apokalyptischen Zukunftsszenarien? Wie ging man im Alltag mit den konkurrierenden Zeitrechnungen um, beispielsweise religiös motivierten Zeitrechnungen und politischen Chronologien nach Kaisern oder Konsulen? Wie erfuhren Menschen ganz praktisch, was die Stunde geschlagen hatte und was hatte das alles mit Religion zu tun?
Antworten auf alle diese Fragen finden sich in einem größeren Buch, an dem Christoph Markschies arbeitet und dessen Inhalte er kurz gefasst vorstellt.

Zum Kurs

Restlos Glücklich: Tipps und Tricks für die Reste-Küche
So 06.12.2026, 10:00 Uhr - H12500
Eintopf verbindet Menschen und die gemeinsame Herstellung um oder in der Villa Schnitzler mit Bio-Gemüse fördert den harmonischen Austausch miteinander. Die engagierte und versierte Lebensmittelretterin Talley Hoban bringt gerettetes Gemüse mit und vermittelt in diesem Kurs leckere Ideen, Tipps und Tricks für die Reste-Küche.

Zum Kurs

Treffpunkt Philosophie: Angst
Mo 07.12.2026, 19:00 Uhr - H14415
Zwischen Adornos Forderung, dass man Angst nicht verdrängen sollte und Sartres These, dass man keine Angst haben darf, scheinen Welten zu liegen. Die Unterscheidung zwischen Realangst und neurotischer öffnet den Blick auf die politische Dimension des Angsthabens und des Angstschürens.
Rainer Huthmanns Treffpunkt Philosophie bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit, ihre Sicht der Dinge mit anderen auszutauschen. Da dies für alle möglich sein soll, gibt es Verfahrensregeln, die sich an den Gepflogenheiten philosophischer Diskurse orientieren und mit deren Hilfe auch philosophische Denkweisen sich angeeignet werden können. Die Abende haben jeweils ein Thema, zu dem es eine Einführung oder ein Thesenpapier gibt. Sie bieten aber auch Raum, über die jeweiligen Themen hinaus zu schießen.

Zum Kurs

Rubens oder Rembrandt? Werke der Holländischen und Flämischen Malerei des Barock in der Alten Pinakothek - Online
Do 10.12.2026, 19:30 Uhr - H11421
1581 schlug die Geburtsstunde der Republik der Vereinigten Niederlande, als sich die sieben nördlichen niederländischen Provinzen von der spanischen Herrschaft lossagten.
Damit begann eine tiefgreifende künstlerische Neuentwicklung, die zur Ausbildung eines eigenen Malstils führte, der heute im deutschen Sprachraum als „holländisch“ bezeichnet wird.
In der Führung werden anhand von Beispielen in der Alten Pinakothek die Unterschiede, aber auch die Parallelen der künstlerischen Auffassungen vorgestellt.

Zum Kurs

Theologischer Tee-Salon: Der erste hessische Christ
Mi 16.12.2026, 15:00 Uhr - H17402
2024 gelang die sensationelle Entzifferung der sogenannten „Frankfurter Silberinschrift“, in der aus dem Brief des Paulus an die Philipper zitiert wird. Sie könnte das älteste nördlich der Alpen erhaltene Textzeugnis für das Neue Testament sein. In der Öffentlichkeit wurde der Tote, dem sie mit ins Grab gegeben wurde, deswegen zum „ersten hessischen Christ“. Wie tief reichen unsere Wurzeln in die Vergangenheit?
Theologischer Salon - das heißt: Gesprächskultur in offener, ungezwungener Atmosphäre, Zuhören, mitreden, abwägen, nachdenken: "Über Gott und die Welt", ausgehend vom Christentum, aber nicht auf dieses beschränkt. Dr. Susanne Claußen, Fachstelle Bildung am Evangelischen Dekanat Wiesbaden, führt mit kurzen Impulsen in das jeweilige Thema ein und diskutiert dann einfach mit.

Zum Kurs

Der "American Dream" seit der Unabhängigkeit
Vortrags- und Seminarabend mit Prof. Dr. Achim Köddermann
Fr 18.12.2026, 19:00 Uhr - H11240
Der „American Dream“ prägt seit der Unabhängigkeitserklärung von 1776 das Selbstverständnis der Vereinigten Staaten. Er steht für die Vorstellung, dass jeder Mensch unabhängig von seiner Herkunft durch Freiheit, Leistung und Eigeninitiative Wohlstand und Erfolg erreichen kann. Doch wie hat sich dieses Ideal im Laufe der amerikanischen Geschichte entwickelt? Inwiefern wurde es verwirklicht und wer blieb von diesem Versprechen ausgeschlossen? Dr. Achim Ködderman beleuchtet die Entstehung, Entwicklung und Bedeutung des „American Dream“ auch aus philosophischer Perspektive und betrachtet dabei sowohl seine Chancen als auch seine Widersprüche.

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang

Kultur und Kreativität

Merry Christmas – A Christmas Carol - Literatur & Kulinarik



Sa 12.12.2026, 18:00 Uhr - H20160
Charles Dickens weltberühmte Weihnachtsgeschichte – unzählige Male verfilmt und unsterblich. Im weihnachtlichen Ambiente der Bibliothek der Villa Schnitzler hören wir die Geschichte vom geizigen, griesgrämigen Ebenezer Scrooge, für den Weihnachten nur ein Ärgernis und eine Verschwendung von Zeit und vor allem Geld ist. Aber dann erscheint Scrooge plötzlich der Geist Marleys, seines verstorbenen Geschäftspartners. Dieser kündigt ihm den Besuch von den Geistern der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft an. Sie nehmen Scrooge und uns mit auf eine phantastische Reise durch die Nacht und Zeit. Scrooge ist ehrlich erschüttert und wandelt sich zu einem mitfühlenden, warmherzigen und großzügigen Menschen und kann endlich von Herzen „FRÖHLICHE WEIHNACHTEN“ wünschen – und wir mit ihm. Während der Geizhals Scrooge sich nur ein Weihnachtsmahl aus Grütze erlaubt, wollen wir den Abend unter der Leitung von Keike Barth mit Weihnachtsleckereien aus England wie Mince Pies, Mulled Wine und Christmas Crackers stilvoll genießen: Passend zu der Erzählung lernen wir außerdem typische englische Weihnachtsbräuche.

Zum Kurs

Kurse im Dezember

Socken und Mützen stricken - Beanies, Rollmützen, Spiralsocken
Di 01.12.2026, 15:30 Uhr - H22218
In diesem Kurs unter der Leitung von Heike Roider lernen wir gemeinsam Mützen und Socken mit und ohne Ferse zu stricken. Mit der Sockenwolle perfekt. Es werden die Grundlagen erklärt, dann geht es an das Projekt.

Zum Kurs

Whisky und Worte - Eine hochprozentige Schottland Lesung mit Verkostung
Fr 04.12.2026, 18:30 Uhr - H27110
»Slàinte«, sagt man in Schottland, wenn man mit einem Whisky anstößt und sich bei einem Ceilidh, einem Treffen in gemütlicher Runde, Geschichten erzählt. Fenna Williams, Autorin, und Whiskykennerin, holt diese Tradition nach Wiesbaden, in dem sie aus ihren hochprozentigen (Krimi-)Geschichten liest und dazu die passenden Single Malt Whiskys kredenzt.

Zum Kurs

Gelungenes Vorlesen - Vortragen – Vorsprechen - Texte zum Leben erwecken
Sa 05.12.2026, 10:00 Uhr - H20860
Den Auftakt des Workshops unter der Leitung von Susanne Schwarz-Steinherz bildet eine Phase gemeinsamen Aufwärmens mit Tipps für den Umgang mit der Stimme. Im Verlauf des Workshops üben wir mit verschiedenen Textarten.

Zum Kurs

Ölmalerei-Wochenendseminar Für Anfänger und Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Sa 05.12.2026, 10:00 Uhr - H21530
Auf einfache Weise werden in diesem Kurs unter der Leitung von Michael Schubert die Grundlagen der Ölmalerei anhand eines einfachen Stilllebens und einer kleinen Landschaft (nach Foto) aufgezeigt.

Zum Kurs

Buchbinden - Wochenendseminar für bisherige Teilnehmer und Einsteiger
Sa 05.12.2026, 09:00 Uhr - H22113
Vermittelt wird ein Einstieg in das handwerkliche Buchbinden mit kleiner Materialkunde. Sie lernen unter fachmännischer Anleitung von Erwin Haßdenteufel verschiedene Heft- und Bindetechniken, das Herstellen von Bucheinbänden in verschiedenen Materialien.

Zum Kurs

Lino-Cut-Print - Linolschnitt-Workshop (auf Englisch) - Für Anfänger und Fortgeschrittene
Sa 05.12.2026, 10:00 Uhr - H22127
In this workshop led by Michael Robinson, you will be introduced to lino cut technique, with the aim of producing an A6 plate to make relief prints from. We will begin with a quick history of lino print, discussing some great examples from such renowned artists as Picasso and Escher.

Zum Kurs

Weihnachtskarte und Weihnachtsbäume mit Origami für Erwachsene und Kinder ab 9 Jahren
Sa 05.12.2026, 13:00 Uhr - H22131
Selbstgemachte Karten zu schenken ist eine herzliche Geste. In diesem Origami-Workshop unter der Leitung von Maya S. Onodera können sie überraschend einfach schöne Karten zaubern. Origami bietet auch wunderbare Weihnachtsbäume-Variationen für die Adventszeit.

Zum Kurs

Käse trifft Sekt & Wein im Schloss Henkell - Sekt- und Weinseminar mit Verkostung
Sa 05.12.2026, 18:00 Uhr - H27490R
Erleben Sie in der Henkell & Co. Sektkellerei das Zusammenspiel von köstlichem Käse und prickelnden Schaumweinkreationen! Ob Sekt von Henkell Freixenet oder edle Weine aus Frankreich und Deutschland – hier wird Ihr Gaumen verwöhnt.

Zum Kurs

Fotografie - Gestaltung und Technik I - Wochenend-Workshop (Anfänger und Fortgeschrittene)
Sa 05.12.2026, 10:00 Uhr - H25030
Dieser Kurs unter der Leitung von Michael Schultes hat zum Ziel, bessere Kenntnisse der Fotografie zu erlernen und damit auch bessere Bilder zu machen. Es werden sowohl die Kamerafunktionen als auch die Tipps und Anregungen zur Bildgestaltung vermittelt. Auch erfahrene Hobbyfotografen können hier noch sehr viel lernen.

Zum Kurs

Ukulele - Liedbegleitung zum Kennenlernen - Workshop für Anfänger
So 06.12.2026, 10:00 Uhr - H24325
Die Ukulele ist ein populäres hawaiianisches Instrument, das bereits mit überschaubarem Übungsaufwand den Einstieg in das aktive Musizieren ermöglicht. Sie lernen unter der Leitung von Linda Krieg die grundlegende Handhabung der Ukulele und spielen einige bekannte Songs mit ersten einfachen Akkorden und Schlagmustern.

Zum Kurs

„Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen…“ - Literarisch-musikalische Soirée zu Rainer Maria Rilkes 100. Todestag
Fr 11.12.2026, 18:00 Uhr - H20137
Rilkes dichterische Reflexionen regen zu eigener Beschäftigung mit Grundfragen der Conditio Humana an. Die Lesung von Elke Weber-Boger von Gedichten und Prosatexten Rilkes wird umrahmt vom Duo Contraverso (Cornelia Thorspecken, Querflöte, Hartmut Boger, Kontrabass) mit Kompositionen von Smetana, Satie, Debussy, Piazzolla, Cage u.a.

Zum Kurs

Besuch bei Henkell Freixenet - "Experience Tour"
Fr 11.12.2026, 16:00 Uhr - H27450R
Bei dieser Tour durch die Henkell & Co. Sektkellerei lernen die interessierten Besucher das globale Unternehmen Henkell Freixenet mit seiner faszinierenden Produktvielfalt und Internationalität kennen.

Zum Kurs

Experimentelles Malen in Acryl - Mischtechniken – Collage - Wochenendworkshop
Sa 12.12.2026, 10:00 Uhr - H21567
An diesem Wochenende unter der Leitung von Claudia Stöber liegt der Schwerpunkt auf experimentellen, kreativen Techniken der Malerei - auf Papier und/oder auf Leinwand. Zusatzmaterialien wie Ölkreiden, Strukturpaste, Faserpapiere und Materialien wie Schnur, Jute und Sand kommen zum Einsatz.

Zum Kurs

Bogenbau - Wochenendworkshop
Sa 12.12.2026, 10:00 Uhr - H22064
In diesem zweitägigen Kurs unter der Leitung von Michel Bombardier haben die Teilnehmer die Möglichkeit, einen gebrauchsfähigen Bogen herzustellen. Als Vorbild dienen uns mittelalterliche Bogen sowie Wikinger-, Englische oder Flachbögen.

Zum Kurs

Filzen ist in - Workshop für Einsteiger und Fortgeschrittene
Sa 12.12.2026, 10:00 Uhr - H22222
Filzen ist eine textile Technik, die ein großes kreatives Potenzial bietet und auch bei Anfängern gibt es sehr schnell Erfolgserlebnisse! In diesem Kurs unter der Leitung von Margot Roth können Sie diese Jahrtausende alte Technik erlernen oder auch vertiefen.

Zum Kurs

Knigge - noch aktuell? - Workshop für moderne Benimmregeln
Sa 12.12.2026, 14:00 Uhr - H26250
In diesem Seminar unter der Leitung von Jutta Feit werden die wichtigsten Punkte des modernen Umgangs vermittelt bzw. vertieft. Mit zunehmender Sicherheit wird Ihr Auftreten überall stilvoller und somit erfolgreicher.

Zum Kurs

Handlettering & Watercolor Workshop am Sonntag für Anfänger und Fortgeschrittene
So 13.12.2026, 11:00 Uhr - H21615
In diesem kompakten Workshop unter der Leitung von Ingrid Langenbahn machen wir uns mit der Kunst des schönen Schreibens und der einfachen Illustration mit Aquarellfarben vertraut.

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang

Arbeit und Beruf

Bildungsurlaub: Ausblick 2027

Planen Sie schon jetzt Ihren Bildungsurlaub für 2027. Als Beschäftige:r haben Sie Anspruch auf bis zu fünf Tage bezahlte Freistellung. Auch im nächsten Jahr warten wieder viele spannende Bildungsurlaubsangebote für Ihre berufliche und persönliche Weiterentwicklung auf Sie. Von Kommunikations- und Führungstrainings über KI für den Beruf bis zu BWL und Change Management - stöbern Sie gerne schon jetzt in unserem Angebot und sichern Sie sich Ihren Platz.



Zu den Bildungsurlauben 2027

Kurse im Dezember

NEIN sagen! Souverän Grenzen setzen - beruflich und privat
Ab 05.12.2026, 09:00-16:00 Uhr - H56008
Immer Ja sagen? Nein! Lernen Sie, Ihre eigenen Interessen selbstbewusst zu vertreten und klare Grenzen zu setzen – ohne andere vor den Kopf zu stoßen. Anhand praxisnaher Beispiele aus Beruf und Alltag üben Sie, freundlich, aber bestimmt Nein zu sagen.

Zum Kurs

Bewerbungstraining mit KI
05.12.2026, 09:30-16:30 Uhr - H51556
Optimieren Sie in diesem Kurs Ihre Bewerbungsunterlagen und bereiten Sie sich gezielt auf Vorstellungsgespräche vor. Lernen Sie, Ihre Stärken überzeugend zu präsentieren, selbstbewusst aufzutreten und digitale Tools sowie KI sinnvoll im Bewerbungsprozess einzusetzen. Für einen professionellen Auftritt und bessere Bewerbungschancen!

Zum Kurs

Programmieren mit Python - Bildungsurlaub (ausgebucht - Warteliste)
Ab 07.12.2026, 09:00-16:00 Uhr - H54422BU
Entdecken Sie die vielseitige Programmiersprache Python und lernen Sie, eigene Programme zu entwickeln! Schritt für Schritt machen Sie sich mit den Grundlagen der Programmierung vertraut – von Variablen, Schleifen und Funktionen bis hin zu ersten Anwendungen. Praxisnahe Übungen erleichtern den Einstieg.

Zum Kurs

Schwarze Rhetorik: Die Macht der Sprache - Bildungsurlaub (ausgebucht - Warteliste)
Ab 07.12.2026, 09:00-16:00 Uhr - H56008BU
Mit den richtigen Worten überzeugen, souverän auftreten und Manipulationen erkennen! In diesem praxisnahen Kurs lernen Sie, geschickt zu argumentieren, auf persönliche Angriffe schlagfertig zu reagieren und Konflikte konstruktiv zu lösen. Stärken Sie Ihre rhetorischen Fähigkeiten und gewinnen Sie mehr Sicherheit in beruflichen und privaten Gesprächssituationen.

Zum Kurs

Berufliche Ziele visualisieren - Dein Tool zur effektiven Zielerreichung - Onlinekurs
10.12.2026, 18:00-21:30 Uhr - H56032
Machen Sie Ihre Wünsche und Ziele sichtbar! In diesem Online-Workshop entwickeln Sie Ihr persönliches Visionboard und gewinnen mehr Klarheit über Ihre beruflichen und privaten Ziele. Mit kreativen digitalen Tools wie Canva und Miro visualisieren Sie Ihre Zukunft, stärken Ihre Motivation und schaffen eine inspirierende Orientierung für Ihren weiteren Weg.

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang

Gesundheit und Natur

Neue Kurse ab Januar 2027 – jetzt schon buchbar!



Wir möchten Sie bereits heute auf unsere neuen Gesundheits- und Fitnesskurse ab Januar 2027 aufmerksam machen. Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Angebot mit Step Aerobic, HIFT – Funktionelles Kraft- und Ausdauertraining, Capoeira für Anfänger, Pilates am Morgen, Candle-Light Pilates und Krafttraining Zirkel.
Ob Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit oder Entspannung - für jedes Fitnesslevel ist etwas dabei!
Diese Kurse sind ab sofort buchbar. Sichern Sie sich schon jetzt Ihren Platz!

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

Zu unseren Kursen

Kurse im Dezember

Hairstyling - Locken-Wellen-glatte Strähnen
06.12.2026, 09:00 Uhr – H32050
Welche Frisur passt zu mir und wie bringe ich mein Haar optimal zur Geltung? Sie erhalten praktische Tipps zu Haarpflege, passenden Produkten und einfachen Stylingtechniken wie Hochsteckfrisuren, Lockenwicklern und Papilloten. Mit vielen Anregungen für die persönliche Wohlfühl-Frisur stärken wir Selbstwahrnehmung und Ausstrahlung. Und dann heißt es: ausprobieren, üben und Spaß haben!

Zum Kurs

Gedächtnistraining früh beginnen
06.12.2026, 15:00 Uhr – H33520
Was richtig Spaß macht, wird leichter dauerhaft in den Alltag eingebaut. Der Heureka Konzentrations- und Gedächtnis Event richtet sich an Menschen jeden Alters. Zum Einsatz kommen die bewährtesten Heurekas aus 30 Jahren Varieté Erfahrung.

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang



Fremdsprachen

Wir möchten uns als Team ganz herzlich bei allen bedanken, die in diesem Jahr an unseren Sprachkursen teilgenommen haben und hoffen, Sie konnten viel Neues entdecken, Ihr Wissen vertiefen und gemeinsam mit netten Menschen Ihre Freude am Sprachenlernen teilen.

Wenn Sie jetzt noch auf der Suche nach einem besonderen **Weihnachtsgeschenk** sind, finden Sie in unserem neuen Programmheft vielleicht einen tollen (Sprach) Kurs, mit dem Sie einem lieben Menschen - oder sich selbst - eine ganz besondere Freude machen können.

Unser neues Fremdsprachensemester beginnt dann wie gewohnt wieder im Februar.
Wir freuen uns schon darauf, Sie auch im neuen Jahr wieder bei uns begrüßen zu dürfen.

Für die bevorstehenden Weihnachtstage wünschen wir Ihnen und Ihren Familien eine wundervolle Zeit und für das Jahr 2027 viel Gesundheit und Zuversicht.

Ihr Team Fremdsprachen



Alle Kurse des Fachbereichs

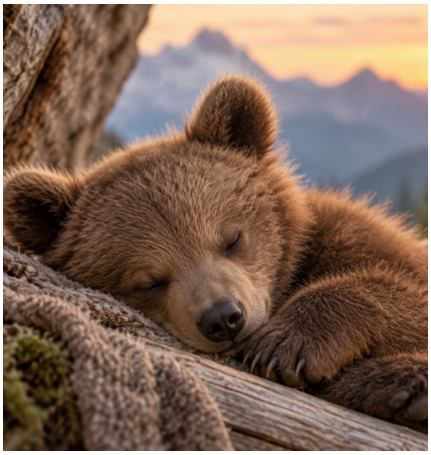
Zurück zum Anfang

Zurück zum Anfang

Grundbildung

Winterpause der Grundbildungskurse

Unsere Lese- Schreibkurse enden Anfang Dezember.
Auch der Rechenkurs „Mathe Fit“
Ganz herzlichen Dank für Eure Teilnahme in diesem Jahr.
Nach Fastnacht geht es weiter.
Wir freuen uns schon auf Euch!



Nur kurze Pause im Lerntreff
Der Lerntreff ist nur in den Weihnachtsferien geschlossen.
Das heißt vom 23.12.2026 bis 12.1.2027
Also bitte nicht in den Winterschlaf fallen!

Wir wünschen eine schöne Adventszeit.
Zeit, um Geschichten zu lesen und
Zeit, liebe Nachrichten zu schreiben.

Herzliche Grüße, Euer Grundbildungsteam

Infos für 2027

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang

Junge vhs

Unsere Kurse im Dezember

LEGO® Technik Schnupper-Workshop (7-12 Jahre)
Ab 05.12.2026, 14:00-17:00 Uhr - H95013A
Weckt spielerisch eure MINT (Mathe, Ingenieurwissenschaften, Naturwissenschaften und Technik) Talente und werdet mit LEGO® Technik zu kleinen Ingenieuren und Baumeistern. Durch den Einsatz von LEGO® Bausteinen in Verbindung mit Elektronik und anderen technischen sowie mechanischen Werkzeugen baut ihr z.B. Fahrzeuge, Transportmaschinen, Aufzüge und Flugzeuge.

Zum Kurs

Weihnachtskarten und Weihnachtsbäume mit Origami (ab 9 Jahren)
05.12.2026, 13:00-16:00 Uhr - H22131
Falten, basteln und verschenken! Entdecke die kreative Welt des Origami und gestalte mit einfachen Falttechniken wunderschöne Weihnachtskarten und kleine Tannenbäume. So entstehen tolle selbstgemachte Kunstwerke, mit denen du deine Familie und Freunde überraschen kannst! Eine Teilnahme zusammen mit den Eltern/Erziehungsberechtigten ist möglich.

Zum Kurs

Zurück zum Anfang

vhs Wiesbaden e. V.
Alcide-de-Gasperi-Str. 4-5, 65197 Wiesbaden
www.vhs-wiesbaden.de

Copyright 2026

Webansicht / Webview Abmelden / Unsubscribe