



Newsletter Februar 2026

Liebe Freundinnen und Freunde der vhs Wiesbaden

der Winter hat uns noch nicht ganz verlassen, aber mit unseren Februar-Kursen wird Ihnen sicher warm ums Herz. Diskutieren Sie mit uns über Müll, fahren Sie ins Museum oder bilden Sie sich in der Mittagspause! Trainieren Sie Ihre Sprachkenntnisse oder bilden Sie sich im Bereich Kinderyoga fort. Haben Sie vielleicht schon einmal darüber nachgedacht, selbst Kurse an der vhs zu geben? Dann melden Sie sich gerne bei uns, wir sind gespannt auf Ihre Ideen!

Viel Spaß im Februar wünscht

Ihre vhs Wiesbaden

Inhalt

- [VHS WIESBADEN AKTUELL](#)
- [POLITIK UND GESELLSCHAFT](#)
- [KULTUR UND KREATIVITÄT](#)
- [ARBEIT UND BERUF](#)
- [GESUNDHEIT UND NATUR](#)
- [FREMDSPRACHEN](#)
- [DEUTSCH](#)
- [GRUNDBILDUNG](#)
- [JUNGE VHS](#)





Müll. Eine schmutzige Geschichte der Menschheit

Lesung und Podiumsdiskussion mit Roman Köster und Akteur*innen aus Wiesbaden

Mensch und Müll haben eine sehr lange und enge Beziehung. Schon die Neandertaler warfen nutzloses weg und auch das antike Rom kämpfte mit Müllproblemen. Doch im Vergleich zu den heutigen Müllmengen verblasst das alles. Roman Kösters Buch "Müll. Eine schmutzige Geschichte der Menschheit" erzählt anhand der Produktion und des Umgangs mit Abfall eine aufschlussreiche Geschichte unserer Spezies.

Anschließend diskutieren wir das Thema auch aus einer lokalen Perspektive. Mit Dr. Köster diskutieren Dr. Sibylle Bimmermann von der Initiativgruppe Ideen für Biebrich, Markus Patsch, Leiter der ELW, und Jule Schlimmer vom Nachhaltigkeitsbüro der Hochschule Rhein-Main.

Die Veranstaltung ist Teil der Reihe "Bücher, die die Welt erkären", die in Kooperation von der vhs, dem Evangelischen Dekanat und der Friedrich-Ebert-Stiftung durchgeführt wird.



[Zur Veranstaltung](#)

Kursleiter*innen gesucht!



Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, Kurse an der vhs Wiesbaden zu geben? Teilen Sie Ihr Wissen mit anderen, diskutieren Sie über spannende Themen, geben Sie Workshops oder Wochenendseminare! In unseren Fachbereichen suchen wir Kursleitungen auf Honorarbasis in einer Vielzahl von Themengebieten. Bewerben Sie sich gerne mit Lebenslauf und Kursidee bei uns.

[Interesse?](#)



Politik und Gesellschaft

Gesunde Grenzen – Ihr Weg zu mehr Selbstvertrauen

Sa 14.02.2026, 10:00 Uhr - G10320

Es ist ein wichtiger erster Schritt, sich selbst genau wahrzunehmen: den eigenen Körper, die Gefühle und Gedanken. So können Sie erkennen, was in Ihnen vorgeht – wo ein klares „Ja“ ist und wo ein deutliches „Nein“. In Annett Heides Kurs lernen Sie, Ihre körperlichen und emotionalen Grenzen bewusst wahrzunehmen, ernst zu nehmen und mit Selbstvertrauen zum Ausdruck zu bringen – für mehr Sicherheit, Freiheit und authentische Begegnungen.

Zum
Kurs



Kurse im Februar

Im Wettlauf mit dem Gehirn: ist künstliche Intelligenz schon intelligent? -[Online](#)

Mo 23.02.2026, 19:30 Uhr - G11405

Was wir heute unter Künstlicher Intelligenz (KI) verstehen ist künstlich aber noch nicht wirklich intelligent. Vor 50 Jahren wurden die heutigen Methoden der KI von der Neurowissenschaft inspiriert – und für Moritz Helmstäadter ist die Frage ist naheliegend, ob es aus der Hirnforschung erneut Inspirationen für eine nächste Generation der KI geben kann.

Zum
Kurs

Zwischen Superorganismus und Polizeistaat: Konflikte und Konfliktlösung in den Staaten sozialer Insekten - [Online](#)

Mo 02.02.2026, 19:30 Uhr - G11410

Auf einen flüchtigen Blick hin wirkt ein Bienen-, Wespen- oder Ameisennest wie ein perfekt organisiertes System, in dem alle Gruppenmitglieder harmonisch kooperieren. Tatsächlich gibt es aber auch Reibereien in den Nestern sozialer Insekten: Jürgen Heinze schildert, welche Konflikte auftreten und wie sie gelöst werden.

Zum
Kurs

Fehlerhafte Menschen und Maschinenfehler - Online

Di 24.02.2026, 19:30 Uhr - G11415

Martina Heßlers Vortrag widmet sich der Geschichte maschineller und menschlicher Fehler. Er diskutiert die Hartnäckigkeit des Maschinenglaubens, das Stereotyp vom fehlerhaften Menschen sowie die Zunahme technologischer Fehler in den letzten Dekaden, um schließlich zu thematisieren, warum wir eine „Error Literacy“ brauchen.

Zum
Kurs

Goethes "Faust II": Wohltäter oder Unmensch?

Mo 02.02.2026, 19:00 Uhr - G14450

Jürgen Striebingers Kurs beschäftigt sich mit dem zweiten Teil von Goethes Drama, dessen Hauptfigur nicht mehr der Wahrheitssucher und Verführer, sondern der Handelnde auf großer Bühne ist.

Zum
Kurs

Die Stoa: ihr Platz in der Philosophiegeschichte

Di 03.02.2026, 19:00 Uhr - G14455

Die Stoa ist weit mehr als das, was man landläufig unter Stoizismus versteht. An 4 Abenden lernen Sie mit Rainer Huthmann ihre Herkunft, ihre Abgrenzungen und ihre Wirkungen bis in die Neuzeit hin kennenlernen.

Zum
Kurs

Bücherwelt und mehr - Ein Blick hinter die Kulissen der Landesbibliothek

Mo 23.02.2026, 17:00 Uhr - G15400V

Lernen Sie den Standort Rheinstraße der Hochschul- und Landesbibliothek RheinMain kennen. Im Rahmen einer Führung stellen wir Ihnen die Serviceangebote und die umfangreichen Bestände vor.

Zum
Kurs

Führungen in der Stadt- und Musikbibliothek

Do 26.02.2026, 17:00 Uhr - G15900V

Kennen Sie schon die Stadt- und Musikbibliothek in der Mauritius-Mediathek und deren Angebote? Erhalten Sie einen Einblick in die Medienvielfalt – Print oder digital, Streaming oder Download, Literatur oder Musik, Bildung oder Genuss.

Zum
Kurs

Alle Kurse des
Fachbereichs

[Zurück zum Anfang](#)

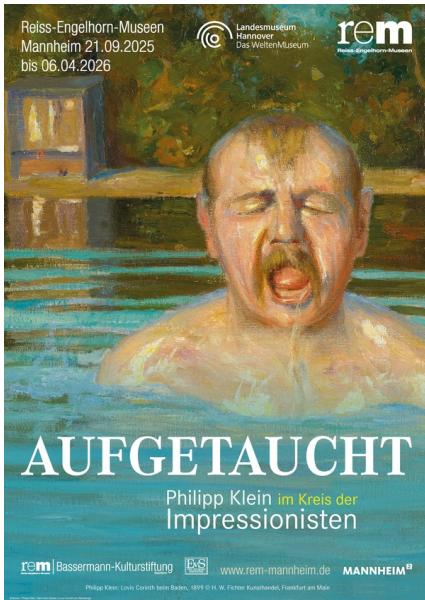


Kultur und Kreativität

Tagesfahrt zur Ausstellung
„Aufgetaucht - Philipp Klein im Kreis der Impressionisten“
in die Reiss-Engelhorn-Museen nach Mannheim

Sa 21.02.2026, 09:30 Uhr - G29020R

Zusammen mit Musik- und Kulturreisen bietet die vhs unter der Leitung von Dr. Rainer Schmitt und/oder Elfriede Weber diese Ausstellungsfahrt in die Reiss-Engelhorn-Museen nach Mannheim an. Philipp Klein wurde 1871 in Mannheim geboren. Neben den großen Kollegen wie Lovis Corinth, Max Liebermann und Max Slevogt schuf der früh verstorbene Künstler ein vielbeachtetes Werk. 1892 ging er nach München, um sich vorwiegend autodidaktisch seiner künstlerischen Ausbildung zu widmen. Sein Weg führte ihn mit so unterschiedlichen Künstlerinnen und Künstlern wie Paula Modersohn-Becker, Wassily Kandinsky oder Edvard Munch zusammen. Die Ausstellung präsentiert ca. 100 Werke von Philipp Klein, vereint mit Künstlern und Künstlerinnen aus seinem Umfeld. Präsentiert werden Landschaften, Porträts und Stillleben als herausragende Gattungen des Impressionismus. Mit eindrücklichen Momentaufnahmen im flirrenden Spiel von Farbe und Licht erwarb Philipp Klein einst große Anerkennung. (Quelle: Ausstellungstext und Plakat rem Mannheim)



**Zum
Kurs**

Kurse im Februar

Trommeln für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Mo 02.02.2026, 18:00 Uhr - G24332

In den Kursen unter der Leitung von Holger Wittkowski erlernen wir mit Rhythmen aus Afrika, der Karibik oder Brasilien Spieltechniken verschiedener Percussioninstrumente, wie z.B. die afrikanische Djembe, Congas, Bongos, Basstrommeln (Surdos) und Kleinpercussion (Agogô, Ganza, Caxixí etc.). Kursinhalt: Vertiefung der Spieltechniken, Erweiterung des rhythmischen Materials, Ensemblespiel

**Zum
Kurs**

Trommeln für Fortgeschrittene

Mo 02.02.2026, 18:00 Uhr - G24333

In den Kursen unter der Leitung von Holger Wittkowski erlernen wir mit Rhythmen aus Afrika, der Karibik oder Brasilien Spieltechniken verschiedener Percussioninstrumente, wie z.B. die afrikanische Djembe, Congas, Bongos, Basstrommeln (Surdos) und Kleinpercussion (Agogô, Ganza, Caxixí etc.). Kursinhalt: Ensemble der vhs "Tambores Rufando", Anfänge des Solospieles

Zum
Kurs

Menschen skizzieren und zeichnen - Anfänger und Fortgeschrittene

Di 03.02.2026, 19:00 Uhr - G21175

Ein Trainingsprogramm für alle, die Menschen in ihrer Umgebung zeichnen möchten. Von der Minutenskizze bis zur detaillierten Zeichnung: In diesem Kurs unter der Leitung von Katja Rosenberg stehen wasservermalbare Zeichenmittel sowie Aquarell oder Tusche im Vordergrund.

Zum
Kurs

Oil painting - Ölmalerei (Kurs primär auf Englisch)

Mi 04.02.2026, 18:30 Uhr - G21510

Join with Ekaterina Floescher our 4-week beginner oil painting course and explore a new theme each week: landscape, seascape, flowers and a subject of your choice. Learn essential techniques, brushwork, color mixing and more.

Zum
Kurs

Figürliches Gestalten in Ton: Bildhauerisches Gestalten

Do 05.02.2026, 18:45 Uhr - G23100

Ziel des Kurses unter der Leitung von Isanna von Perbandt ist die Sicherheit im Umgang mit Ton, um sich auch an schwierigere Formen zu wagen. Schwerpunkte: Menschliche Figur und Figuration, die Umsetzung eigener Ideen und Entwürfe. Gespür für Proportionen entwickeln, Formgefühl und bewusstes Sehen schulen.

Zum
Kurs

Design-Armbändchen mit edlen Steinen - Schmuckgestaltung mit Edelstahldraht

Sa 07.02.2026, 11:00 Uhr - G22082

Kreieren Sie Ihre Schmuckstücke wie Halsketten, Armbänder, Ohrhänger oder -stecker und Schlüsselanhänger unter der Leitung der Schmuckdesignerin Elinka Sturm einfach selbst! Über 150 Edelsteine, preiswerte Echtperlen, 925-Silberteile und etwas Modeschmuck werden Ihnen zu Kursbeginn vorgestellt und eine große Auswahl an Modellen steht Ihnen zur Nacharbeitung oder als Anregung zur Verfügung.

Zum
Kurs

Freude am Malen - Die Kopie als Einstieg in die klassische Ölmalerei (und andere Techniken):

Wochenendkurs: Anfänger und Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Sa 07.02.2026, 10:00 Uhr - G21525

Die Auseinandersetzung mit Bildwerken vergangener Meister sensibilisiert die eigene künstlerische Wahrnehmung. Der Einstieg ins Malen im Kurses von Michael Schubert ist auch über andere Techniken zu finden wie mit Acryl oder zeichnerischen Mitteln. Der Schwerpunkt liegt jedoch auf dem Malen mit Ölfarben.

Zum
Kurs

Liebesbekenntnisse - Kreativer Schreibkurs zum Valentinstag

Mi 11.02.2026, 18:30 Uhr - G20344

Wir nehmen den Valentinstag zum Anlass, uns im Kurs von Vanessa Renner mit Stift und Papier schreibend einem großen Gefühl zu nähern: der Liebe. Wie können wir in unserem Alltag kleine Liebesbotschaften erkennen und dankend annehmen? Dabei lassen wir uns beim Kreativen Schreiben von Farben, Gerüchen und Musik inspirieren.

Zum
Kurs

Malen und Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

Mi 11.02.2026, 17:30 Uhr - G21192

In diesem Kurs unter der Leitung von Ishkhan Nazaryan sollen das Selbstvertrauen gestärkt, das richtige Sehen geschult und ein harmonisches Farbempfinden trainiert werden. Grundbegriffe der Farbenlehre und des Zeichnens werden erörtert und je nach Technik (Bleistift, Kohle, Buntstift, Acryl, Pastellkreide, Ölkreide, Aquarell) angewandt.

Zum
Kurs

Stricken für Anfänger (ohne Vorkenntnisse)

Di 17.02.2026, 15:30 Uhr - G22210

Dieser Kurs unter der Leitung von Heike Roider zeigt Dir vom Maschenanschlagen, rechten und linken Maschen, Zu- und Abnehmen bis zu einfachen Mustern alles, was Du für ein eigenes kleines Projekt, zum Beispiel einen Schal, ein Stirnband oder Pulswärmer, wissen musst.

Zum
Kurs

Farben schneiden, Formen tanzen lassen - Ein Collage-Kurs inspiriert von Henri Matisse

Di 17.02.2026, 10:00 Uhr - G21648

Dieser Kurs unter der Leitung der Künstlerin, Autorin und Lehrerin Petra von Breitenbach widmet sich der Collage-Technik, die Henri Matisse selbst in seinem hohen Alter meisterhaft weiterentwickelt hat. Mit Schere und Papier gestalten Sie eigene Kompositionen – spielerisch, intuitiv und voller Ausdrucks Kraft.

Zum
Kurs

Gelungenes Vorlesen - Vortragen – Vorsprechen: Texte zum Leben erwecken

Sa 21.02.2026, 10:00 Uhr - G20860

Wer lässt sich nicht gerne von gut vorgetragener Prosa, Gedichten oder auch Reiseerlebnissen berühren? Den Auftakt des Workshops 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

Buchbinden - Wochenendseminar für Einsteiger und bisherige Teilnehmer

Sa 21.02.2026, 09:00 Uhr - G22111

Vermittelt wird ein Einstieg in das handwerkliche Buchbinden mit kleiner Materialkunde unter der Leitung des Buchbindermeisters Erwin Haßdenteufel. Sie lernen verschiedene Heft- und Bindetechniken, das Herstellen von Bucheinbänden in verschiedenen Materialien. Dazu gehören auch das Fertigen von Sonderarbeiten wie Mappen, Kästchen, Kassetten und Fotoalben, das Reparieren von alten Büchern unter fachkundiger Anleitung.

Zum
Kurs

Das Porträt - Anfänger und Fortgeschrittene

Mo 23.02.2026, 12:15 Uhr - G21275

Ein Porträt nach der Natur zu erfassen, seine Anatomie und die sich daraus ableitenden Proportionen zu erkennen, das Gesehene mit den verschiedenen Techniken wie Bleistift, Kohle, Aquarell, Pastell, Acryl in eine Zeichnung oder ein Bild umzusetzen, ist die Zielsetzung dieses Kurses unter der Leitung von Birgit Knappe.

Zum
Kurs

Chinesische Kalligraphie: Kunst und Kultur des "Schönen Schreibens" für Anfänger und Fortgeschrittene (Kleingruppe)

Mo 23.02.2026, 18:45 Uhr - G21635

Die chinesische Kalligraphie ist eine meditative Kunst, die Schrift kann dicht oder dünn, leicht oder schwer, schnell oder langsam und die Tusche dunkel oder hell sein und spielt eine wichtige Rolle in der traditionellen chinesischen Kultur. Anfänger und Fortgeschrittene befruchten sich in diesem Kurs unter der Leitung von Chen-Hsiu Reschke dabei gegenseitig.

Zum
Kurs

Literatur als Hobby: Macht und Moral - Kritik der Moderne im Werk Joseph Conrads

Di 24.02.2026, 09:30 Uhr - G20120

Joseph Conrad hat eine große Zahl von Romanen und Erzählungen hinterlassen, die das - mitreißend dargestellte - moralische Versagen im kolonialistischen Europa zum Thema haben. Im Seminar von Dr. Ulrike-Sofie Scholtz werden drei der wichtigsten Texte Conrads gelesen, diskutiert und literaturwissenschaftlich erläutert: Der Geheimagent (diesen Text bitte bis zum ersten Kurstag lesen), Herz der Finsternis, Lord Jim.

Zum
Kurs

Bluesharp - Grundkurs 2: Diatonische Mundharmonika für Wiedereinsteiger

Mi 25.02.2026, 18:30 Uhr - G24394

Wenn Sie die ersten sauberen Einzeltöne gemeistert haben und schon ein paar einfache Melodien ausprobiert haben, sind Sie jetzt reif für den nächsten Schritt! Rhythmus, bluesige Töne sowie einfache Songs sind Inhalt des Workshops unter der Leitung von Linda Krieg.

Zum
Kurs

Lesekreis Besonderes Buch

"Die Holländerinnen" von Dorothee Elmiger - Buch des Jahres 2025

Mi 25.02.2026, 18:00 Uhr - G20131

Im Lesekreis unter der Leitung von Dr. Ulrike-Sofie Scholtz wird die Komplexität des Romans diskutiert und unter literaturwissenschaftlichen Gesichtspunkten erläutert. Die Teilnehmenden sollten das Buch bis zum 1. Kurstermin gelesen haben.

Zum
Kurs

„La Passione di nostro signore Gesù Cristo“

Seminar zum Konzert: „La Passione“ am 7. März 2026 in der Marktkirche Wiesbaden

Do 26.02.2026, 19:00 Uhr - G24005

Noch immer scheint Salieri im Schatten Mozarts zu stehen, wenngleich seine Werke immer häufiger zu hören und zu erleben sind. Dies gilt im Besonderen auch für „La Passione“! Wie sich das in der Musik zeigt und welche Besonderheiten es gibt, die das Werk so herausragen lassen, darum soll es in diesem Seminar des Leiters der Schiersteiner Kantorei bei einem Glas Wein und Knabberereien gehen.

Zum
Kurs

Literatur als Hobby

Macht und Moral - Kritik der Moderne im Werk Joseph Conrads

Do 26.02.2026, 18:00 Uhr - G20130

Joseph Conrad hat eine große Zahl von Romanen und Erzählungen hinterlassen, die das - mitreißend dargestellte - moralische Versagen im kolonialistischen Europa zum Thema haben. Im Seminar von Dr. Ulrike-Sofie Scholtz werden drei der wichtigsten Texte Conrads gelesen, diskutiert und literaturwissenschaftlich erläutert: Der Geheimagent (diesen Text bitte bis zum ersten Kurstag lesen), Herz der Finsternis, Lord Jim.

Zum
Kurs

Gitarre - Fortgeschrittene

Fr 27.02.2026, 16:45 Uhr - G24320

Pop-Songs, Klassik, Akkorderweiterungen, verschiedene Stile, Gitarrentechnik für Fortgeschrittene sind Inhalt des Kurses unter Leitung von Zoltan Magyar.

Zum
Kurs

Portrait-Sketching: Köpfe (mit Modell) für Anfänger und Fortgeschrittene

Fr 27.02.2026, 16:30 Uhr - G21255

Ziel dieses Kurses unter der Leitung von Sylvia Wolf ist es, zunächst Proportionen des menschlichen Kopfes richtig zu erfassen. Vom Allgemeinen zum Besonderen wird der jeweilige Charakter erkannt und herausgearbeitet. Verschiedene Techniken sind möglich.

Zum
Kurs

Sketching - Akt (mit Modell) für Anfänger und Fortgeschrittene

Fr 27.02.2026, 19:00 Uhr - G21230

Ziel dieses Kurses unter der Leitung von Sylvia Wolf ist das Erfassen von Formen, Größenverhältnissen, Achsen und Haltungen der jeweiligen Figur. Die reine Linie, die Fläche, Licht und Schatten werden angesprochen, möglich sind auch Wasserfarben, Acryl- oder Ölfarben (und dazu das entsprechende Papier).

Zum
Kurs

Besuch bei Henkell Freixenet: "Experience Tour"

Fr 27.02.2026, 16:00 Uhr - G27410R

Bei dieser Tour in der Henkell & Co. Sektkellerei, die im denkmalgeschützten Marmorsaal mit einem Begrüßungssekt und der kurzweiligen Betrachtung zu Historie und Gegenwart des Hauses am Standort Wiesbaden beginnt, lernen Sie bei einem 2. Glas Sekt Menger-Krug Manufaktursekt die verschiedenen Stationen der Produktion des Hauses kennen.

Zum
Kurs

Lebensschätze – Lebensgeschichten: Workshop Autobiografisches Schreiben

Sa 28.02.2026, 10:00 Uhr - G20351

Unsere Erfahrungen begleiten uns durch die Jahre und sind so einzigartig wie das Leben selbst. Wie wir Erlebnissen auf die Spur kommen und verschüttete Erinnerungen wecken, ist ein Schwerpunkt dieses Workshops von Susanne Kronenberg. Mit Methoden des Kreativen Schreibens lassen wir uns zu Geschichten inspirieren.

Zum
Kurs

Japanische Teezeremonie - Seminar mit Verkostung

Sa 28.02.2026, 15:30 Uhr - G27510

In diesem Seminar unter der Leitung von Belinda Schröder widmen Sie sich der japanischen Teekultur. Sie lernen die einzelnen "Stationen" der klassischen Teezeremonie kennen und erfahren dabei, worauf es bei der Zubereitung von japanischem Grüntee - klassischerweise ein Matcha - ankommt.

Zum
Kurs

Fantasy und Science-Fiction schreiben - [Online-Workshop](#)

Sa 28.02.2026, 10:00 Uhr - G20360

Wie gelingt der überzeugende Entwurf einer erfundenen Welt? Nach welchen Gesetzen funktioniert diese am besten? Wie integriere ich Figuren und Wesen? Diesen und weiteren Fragen wollen wir im Seminar von Ulrike Krauth anhand von theoretischen Überlegungen und praktischen Beispielen nachgehen.

Zum
Kurs

Alle Kurse des
Fachbereichs

[Zurück zum Anfang](#)



Arbeit und Beruf

Lunch & Learn: Wissen tanken in der Mittagspause!

Nutzen Sie Ihre Pause effektiv: Unsere kurzen Online-Sessions liefern frische Impulse zu spannenden Themen rund um Ihre Future Skills – kompakt, praxisnah und interaktiv. In nur 45 Minuten erweitern Sie Ihr Know-how und holen sich Inspiration für den Arbeitsalltag. Wissens-Snacks & Aha-Momente garantiert!

[Lunch & Learn Termine](#)



Kurse im Februar

iPhone/iPad Grundlagen

ab 05.02.2026, 16:00-19:15 Uhr - G53721

Sie haben ein neues Apple-Gerät? Dann lernen Sie Ihr iPad/iPhone kennen: Fragen rund um die SIM-Karte, Einstellungen definieren, Grundlegende Bedienung, Mobile Daten, Sicherheitsfragen.

[Zum Kurs](#)

Smartphone und Tablet für Einsteiger

ab 12.02.2026, 14:30-17:00 Uhr - G53720

In diesem Kurs führen wir gemeinsam die Grundeinstellungen an Ihrem Android Gerät durch und stellen die Gerätesicherheit und einen Internetzugang her. Wir installieren Anwendungen, laden Apps herunter und stellen Ihr Gerät auf Ihre individuellen Wünsche ein. Sie wollten schon immer etwas über Cloudspeicher, QR-Codes, E-Book-Reader und Videostreaming wissen? Dann melden Sie sich zu diesem Kurs an und lernen Sie diese und viele weitere digitale Anwendungen an Ihrem Smartphone und Tablet kennen.

[Zum Kurs](#)

Canva & Grafikdesign - Hybrid

13.02.2026, 10:00-17:00 Uhr - G54130

Canva ist eine einfach erlernbare Online-Designplattform. Mit der Hilfe von Vorlagen können Sie Flyer, Grußkarten oder auch Social Media Posts einfach und professionell designen. Mit vielen Praxisübungen werden wir die wichtigsten Funktionalitäten kennenlernen.

An diesem Hybridkurs können Sie online oder in Präsenz in der vhs teilnehmen.

Zum
Kurs

Stärken sichtbar machen: Das Big-Five-Modell verstehen und gewinnbringend nutzen

ab 20.02.2026, 16:00-20:00 Uhr - G56015

Was macht Ihre Persönlichkeit aus? Wie wirken Sie auf andere – und wie können Sie Ihre Stärken gezielt in der Kommunikation einsetzen? In diesem kompakten Wochenendkurs entdecken Sie Ihr individuelles Persönlichkeitsprofil anhand fundierter Modelle. Sie lernen nicht nur, wie Sie sich selbst besser verstehen, sondern auch, wie Sie Ihre Stärken gezielt und gewinnbringend einsetzen – im Beruf, im Miteinander und in der Kommunikation.

Zum
Kurs

MS Office kompakt: Effizienter arbeiten mit Word, Excel, PowerPoint und KI

21.02.2026, 09:30-16:30 Uhr - G52855

Machen Sie Ihre Arbeit mit den wichtigsten Office-Programmen effizienter und einfacher! In diesem praxisorientierten Tagesseminar lernen Sie die grundlegenden und zentralen Funktionen von Word, Excel und PowerPoint kennen, die Ihren Arbeitsalltag erheblich erleichtern. Darüber hinaus wenden wir die neuesten KI-gestützten Funktionen in Microsoft Office an, die Ihnen noch mehr Möglichkeiten bieten, Ihre Arbeit zu optimieren.

Zum
Kurs

Berufliche Veränderung: Ein Coaching-Prozess zur beruflichen Neuorientierung

ab 21.02.2026, 10:00-16:00 Uhr - G51550

Hinterfragen Sie derzeit Ihre berufliche Situation oder befinden Sie sich in einer Phase der Neuorientierung? Vielleicht spüren Sie, dass es an der Zeit ist, Veränderungen anzugehen, Klarheit zu gewinnen und Ihre nächsten Schritte konkret zu planen. In diesem Seminar entdecken Sie, was Sie bisher daran gehindert hat, Ihre Wünsche konsequent umzusetzen und gewinnen neue Klarheit über Ihre Situation, Ihre Ziele und berufliche Optionen.

Zum
Kurs

Werden Sie zum Tastatur-Profi! Schnell schreiben lernen mit 10 Fingern am PC

ab 27.02.2026, 17:00-20:00 Uhr - G50680

In diesem Seminar erlernen Sie in sehr kurzer Zeit das 10-Finger-Tastschreiben. Das wird möglich durch ein neues, ganzheitliches Lernsystem, das auf beschleunigten Lernmethoden beruht. Mit dieser unkonventionellen Methode lernen Sie drei- bis fünfmal schneller und können bereits nach nur 4 Stunden das Tastenfeld Ihres PCs blind bedienen.

Zum
Kurs

Alle Kurse des
Fachbereichs

[Zurück zum Anfang](#)



Gesundheit und Natur

Unsere Empfehlung des Monats



Fortbildung Kinderyoga Basiskurs

21.02.2026, 09:00 Uhr – G38000

In dieser Fortbildung lernen Sie einen Kinder-Sonnengruß und 12 einfache Yogastellungen kennen, inklusive kindgerechter Geschichten, Spiele und leichter Korrektur. Zudem üben Sie kindgerechte Atem- und Entspannungsübungen, planen Yoga-Stunden praktisch und integrieren Sequenzen in den Familienalltag der Kinder, um Körpergefühl, Wahrnehmung und Motorik zu fördern.

Zum
Kurs

Kurse im Februar

Letzte-Hilfe-Kurs - das kleine 1 x 1 des Sterbens

05.02.2026, 10:00 Uhr - G33540

Sterbende zu begleiten ist eine große menschliche Herausforderung.

Der Kurs vermittelt Wissen, Orientierung und Unterstützung für diesen letzten Weg.

Zum
Kurs

Erlebnistanz - Tanzen für alle

05.02.2026, 09:30 Uhr - G36600

Vielfältige Melodien, unterschiedliche Rhythmen und Aufstellungen:

Kreistanz, Line Dance, Kontratanz und Squaredance oder Walzer, Country Dance, Rumba, Cha Cha...Die Choreografien können leicht erlernt werden.

Zum
Kurs

Tanzen mit Rollator

05.02.2026, 11:00 Uhr - G36605

Wir tanzen und bewegen uns mit dem Rollator zu ausgewählter, schöner und vielfältiger Musik. Leichte, gelenkschonende sowie abwechslungsreiche Tänze und Bewegungsfolgen schulen die Sicherheit beim Gehen, Koordination, Beweglichkeit, und Mobilität.

Zum
Kurs

Balkons und Dachterrassen naturnah gestalten

18.02.2026, 18.00 Uhr - G30160

Schön blühende Wildpflanzen gedeihen nicht nur im Garten, sondern auch im Balkonkasten und in Kübeln gut. Auch Balkons und Dachterrassen mitten in der Stadt können bienen- und vogelfreundlich gestaltet werden.

Zum
Kurs

Wildlife Gardening - den Garten zu einer Heimat für Wildtiere umgestalten

25.02.2026, 18:00 Uhr - G30150

Jeder Garten lässt sich durch einige Veränderungen so umgestalten, dass nicht nur Wildbienen, sondern auch Vögel, Schmetterlinge, Igel und viele andere Tiere dort heimisch werden können.

Zum
Kurs

Der aufrechte Gang - Füße, Knie, Hüften, Rücken

28.02.2026, 10:00 Uhr - G34160

Jeder Schritt gegen die Schwerkraft wirkt auf den ganzen Körper. Belastungen von den Füßen bis zum Kopf können die gesamte Statik aus dem Gleichgewicht bringen. Ein umfangreiches Selbsthilfeprogramm wirkt gezielt dagegen. Einfache, sanfte und wirkungsvolle Übungen aus verschiedenen Systemen unterstützen den Körper ganzheitlich.

Zum
Kurs

Alle Kurse des
Fachbereichs

[Zurück zum Anfang](#)



Fremdsprachen

Highlight

Englisch Abiturvorbereitung 2026

Mo., 30.03.2026, 11:00 Uhr - G406-902

We are going to work on the major subjects of the 3 terms (LK E Q1, Q2, Q3) which are relevant for the written exams and systematically elaborate texts which will serve as preparation, repeat the correct use and understanding of the different so-called operators and practise ways of dealing with different tasks. At the same time grammatical errors will be corrected and your vocabulary will be increased. You will have sufficient opportunities to improve your respective skills in view of the examination.

Mit der Anmeldung Ihres Kindes erklären Sie Ihr Einverständnis, dass Ihr Kind an diesem Kurs der vhs Wiesbaden teilnehmen darf. Bitte beachten Sie, dass die vhs Wiesbaden und der/die Dozent(in) die Aufsichtspflicht für Ihr(e) Kind(er) vor und nach der Veranstaltung nicht übernehmen kann. Die An-und Abreise erfolgen auf eigene Verantwortung.

Ready für dein
Englisch-Abi?

Wiederhole die wichtigsten Abi-Themen,
verbessere deine Grammatik und erweitere
deinen Wortschatz – entspannt und effektiv!

Englisch Abiturvorbereitung

2026

ab Mo., 30.03.2026
11:00 - 14:00 Uhr
Kursnummer: G406-902

90,-

Zum
Kurs

Unsere Kurse im Monat

Griechisch A2.1

Für Teilnehmende mit mittleren Vorkenntnissen

Mi., 18.02.2026, 18:00 Uhr - G412-310

Sie haben bereits erste Griechischkenntnisse auf Niveau A1 erworben und möchten nun den nächsten Schritt machen? In diesem Kurs vertiefen und erweitern Sie Ihre Sprachfähigkeiten, um sich noch sicherer in Alltagssituationen auszudrücken.

Zum
Kurs

Italienisch ab A1 Italienisch lernen mal anders - mit Theater

Für Anfänger und Teilnehmende mit Grundkenntnissen

Mo., 02.02.2026, 18:00 Uhr - G409-205

In diesen Kurs verbinden wir Sprache mit Kreativität, Bewegung und Ausdruck. Gemeinsam entdecken wir die italienische Sprache nicht nur über Grammatik und Vokabeln, sondern direkt im Spiel: durch kleine Dialoge, improvisierte Szenen und kurze Theaterstücke. Der Kurs ist für Anfänger ebenso geeignet wie für alle, die ihre Italienischkenntnisse auffrischen und vertiefen möchten. Vorkenntnisse sind hilfreich, aber nicht zwingend nötig. Wichtig ist vor allem die Freude am Ausprobieren, am Miteinander und am Theater. So wird Italienisch lernen zu einer kreativen Reise - voller Sprache, Emotionen und Spaß.

Zum
Kurs

Japanisch A1.1 Kompaktkurs - online

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Mo., 02.02.2026, 18:30 Uhr - G410-112

In diesem Kurs lernen Sie nach und nach Hiragana von Anfang an, deshalb ist keine Vorkenntnis erforderlich und das Lehrbuch wird nicht nur auf Japanisch, sondern auf Lateinschrift geschrieben. Sie lernen einfache, praktische Sätze anhand von Alltagssituationen, sodass Sie in Zukunft nach Japan reisen können. Mein Ziel: Einblicke in Grundbegriffe und Kultur geben – spielerisch und gemeinsam.

Zum
Kurs

Schnupperkurs Koreanisch A1.1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Do., 05.02.2026, 19:45 Uhr - G435-100

Dieser Schnupperkurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von der koreanischen Kultur begeistert sind oder beruflich mit Korea zu tun haben. In diesem Einstiegskurs erhalten Sie einen Einblick in die koreanischen Sprache. Sie werden erste Grundlagen der koreanischen Sprache und Kultur, sei es durch Musik wie K-Pop, Dramen oder Essen aus Korea erlernen.

Zum
Kurs

Schwedisch B1.1

Di., 10.02.2026, 19:00 Uhr - G420-510

Dies ist der erste Schwedischkurs auf Niveau B1. Es handelt sich um einen Fortgeschrittenenkurs für diejenigen, die bereits einige Jahre Schwedisch gelernt haben und über Grundkenntnisse in Schwedisch verfügen. In diesem Kurs lernen Sie, sich in alltäglichen Situationen sicherer zu bewegen, komplexere Gespräche zu führen und an Diskussionen zu verschiedenen Themen teilzunehmen. Der Kurs umfasst Hörverständnisübungen, Grammatikübungen, interessante Texte und Dialoge, Diskussionen und vieles mehr.

Zum
Kurs

Bildungsurlaub Spanisch A1.1 Superlearning Sprache und gesellschaftliche Kompetenz

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Dieser Bildungsurlaub ist in Hessen und Rheinland-Pfalz anerkannt.

Mo., 23.02.2026, 09:00 Uhr - G422-220BU

Tauchen Sie eine Woche lang intensiv in eine Fremdsprache ein!

Am Ende dieses Kurses können Sie sich und andere vorstellen, nach dem Befinden fragen, über Berufe sprechen, Personen und Eigenschaften beschreiben, Uhrzeiten angeben und im Restaurant/ Café bestellen und bezahlen.

Zum
Kurs

Spanisch A1.1 Wochenend-Intensivkurs

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Sa., 07.02.2026, 09:00 Uhr - G422-205

Tauchen Sie ein in die spanische Sprache und Kultur – kompakt und intensiv, ohne viel Zeit zu verlieren.

Unser Wochenend-Intensivkurs von 09:00 bis 16:00 Uhr eignet sich ideal für Teilnehmende mit Englischkenntnissen, die in kurzer Zeit neue Spanischkenntnisse erwerben und ihren Lernfortschritt beschleunigen möchten.

Gute Englischkenntnisse sind erforderlich, da Erklärungen teils auf Englisch erfolgen.

Zum
Kurs

Spanisch B2.2

Mo., 02.02.2026, 16:30 Uhr - G422-730

En este curso seguimos intensificando los conocimientos aprendidos en el nivel B1 , ampliándolos con nuevos temas gramaticales, de vocabulario y de conversación.

Zum
Kurs

Tschechisch B1 Tschechische Lektüre und Konversation

Do., 12.02.2026, 18:30 Uhr - G423-600

Čtení a diskuse o novinových a časopiseckých textech týkajících se aktuálního dění v České republice. Budou také čteny a diskutovány balady, povídky a knihy.

Zum
Kurs

Alle Kurse des
Fachbereichs

[Zurück zum Anfang](#)



Deutsch

Fortbildung für Lehrkräfte

FLIESSEND-FALSCH-SPRECHENDE FÖRDERN

Grammatikvermittlung im Sprachunterricht

Fr., 06.02.2026
09:00 - 16:00 Uhr

Kursnummer: G44860

Dozentin: Ursula Becky,
erfahrene DaZ-Trainerin und
Autorin

vhs Universität Regensburg

Das Seminar geht ein „Nischenthema“ an, das aber nahezu alle Kursleitende im DaZ-Bereich immer wieder beschäftigt: Es geht es um die Ursachen sprachlicher Fossilierungen, also darüber, wie Fehler im Kopf von Sprachlernenden entstehen. Ziel des Workshops ist zum einen, das Sprachbewusstsein der Kursteilnehmenden anzusteuern, um eine insgesamt korrektere Sprachproduktion anzuregen. Zum anderen soll ein Einstieg in das von Lehrkräften oft als unübersichtlich empfunden Fehlermanagement gegeben werden. (Umgang mit Fehlern, Fehlerkorrekturen).

Zum
Kurs

Unsere Kurse im Monat

Deutsch B2 intensiv

02.02.2026, 9:00 Uhr -G44610

Das B2-Niveau in Deutsch ist wichtig, weil es Ihnen ermöglicht, selbstständig und fließend in fast allen Alltagssituationen zu kommunizieren, komplexe Texte und Diskussionen zu verstehen (auch in Ihrem Fachgebiet) und Ihre Meinung klar zu äußern. Es ist oft eine Voraussetzung für Studium, Anerkennung von Berufen (z. B. Pflege) und den Abschluss von Ausbildungen in Deutschland. In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre Deutschkenntnisse auf B2-Niveau und werden intensiv auf die Prüfungen von Goethe-Institut und telc gGmbH vorbereitet.

Zum
Kurs

Grammatik und Rechtschreibung kompakt B1/B2

03.02.2026, 18:00 Uhr - G44601

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende, die schon recht gut Deutsch sprechen können (Niveau B1), jedoch über wenig Kenntnisse im schriftlichen Deutsch verfügen, sich in der Grammatik sehr unsicher fühlen und Rechtschreibprobleme haben. Pro Termin wird ein zentrales Kapitel der deutschen Grammatik und Rechtschreibung erarbeitet. Spezielle Wünsche können am ersten Abend eingebracht werden. Sie sollten bereit sein, auch umfangreiche Hausaufgaben zu bearbeiten. Dieser Kurs kann auch parallel zu einem B2-Kurs besucht werden, besser jedoch in Vorbereitung darauf.

Zum
Kurs

Alle Kurse des
Fachbereichs

[Zurück zum Anfang](#)



Grundbildung

Highlight

Lerntreff der vhs

Brauchst Du Hilfe beim Lesen- und Schreibenlernen?
Dann komm' ins Lern-Treff der vhs!
Wir üben zusammen Lesen und Schreiben.
Wir sprechen miteinander Deutsch.
Es braucht keine Anmeldung.
Einfach vorbeikommen und mitmachen.
Die Teilnahme kostet nichts.

Wann?

Dienstag: 9:30 bis 12:30 Uhr, Donnerstag: 13:30 bis 16:30 Uhr

Wo?

vhs Wiesbaden, Haus C, Raum 008, Alcide-de-Gasperi-Str. 1



[Mehr Informationen](#)

Unsere Kurse im Monat

Vom Wort zum Satz. Lesen und Schreiben für Alltag und Beruf

Mo 02.02.2026, 09:30 Uhr - G19030

Marion Hollmann

Dieser Kurs richtet sich an Menschen mit Deutsch als Muttersprache und sehr gut Deutsch Sprechende, die alle Buchstaben kennen und einzelne Wörter lesen oder schreiben können, die beim Schreiben von ganzen Sätzen jedoch große Rechtschreibschwierigkeiten haben.

[Zum
Kurs](#)

Mathe Fit - Basiskurs Rechnen

Di 03.02.2026, 11:45 Uhr - G19010

Mohamed Mukhtar

In diesem Kurs werden grundlegende Rechenregeln erklärt oder wiederholt, damit Sie sicherer im Umgang mit Zahlen werden. Sie können für den Aufnahmetest in die Hauptschulklasse üben. Sie bekommen kursbegleitend Unterstützung bei Rechenübungen. Sie werden auf die Mathematikabschlussprüfung vorbereitet.

[Zum
Kurs](#)

Vom Buchstaben zum Wort. Lese- und Schreibübungen von Anfang an

Do. 05.02.2026, 9:00 Uhr - G19050

Caroline Katzenbach

Sie sprechen sicher Deutsch, haben aber Probleme beim Lesen und Schreiben?

In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Beginn an.

Zum
Kurs

Easy English A1

Für Sprachanfänger:innen, die langsam lernen wollen

Fr. 06.02.2026, 17:00 Uhr - G406-100

Pasima Begic

Englisch ist eine Welt-Sprache.

Auf der ganzen Welt sprechen Leute Englisch.

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen von Englisch:

So stelle ich mich vor. So unterhalte ich mich im Alltag.

Zum
Kurs

Alle Kurse des
Fachbereichs

[Zurück zum Anfang](#)



Junge vhs

Unsere Kurse im Februar

Starte durch als Web-Profi

Dein Einsteigerkurs in die Frontend-Entwicklung (12-16 Jahre)

ab 07.02.2026, 14:00-17:00 Uhr - G95016

Willst du Web-Entwicklung lernen und nicht nur spielen? Durch unseren Kurs wirst du mit HTML, CSS und JavaScript die Grundlagen moderner Webseiten verstehen. Wir erstellen gemeinsam eine interaktive Raumplanungsplattform, die Belegungen und Veranstaltungen anzeigt.

Zum
Kurs

Malen im Vorschulalter (4 - 7 Jahre)

ab 19.02.2026, 15:30-17:00 Uhr - G928075

Aus Kindern sprudeln die Ideen wie von selbst. Diese zu fördern und zu unterstützen ist wichtig für die Entwicklung der Kreativität und Eigenständigkeit des Kindes. Die Kinder bekommen dabei Anleitung im Umgang mit den Materialien: Pinsel, Farbe, Papier, Klebstoff. Dabei stehen die Freude am Experimentieren und die Fantasie im Vordergrund.

Zum
Kurs

Zeichnen und Malen im Museum (8-12 Jahre)

ab 26.02.2026, 16:00-18:15 Uhr - G928200

An alle Künstlerinnen und Künstler und die, die es werden möchten. Freude am Zeichnen und Malen und genaues Hinsehen schärft unseren Blick. Wir lernen spielerisch, das Gesehene gekonnt auf Papier umzusetzen. Mit unterschiedlichen Zeichentechniken, Farben und Werkzeugen gelingen oft spannende Zeichnungen und farbenfrohe Gemälde. Lassen wir uns inspirieren von den Farbmalern und der Formenvielfalt in den Sammlungen des Museums!

In Kooperation mit dem Museum Wiesbaden.

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](#)