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

vhs Volkshochschule Wiesbaden e.V.



Newsletter November 2026

Liebe Freundinnen und Freunde der vhs Wiesbaden

ein Teil der vhs - unsere Anmeldung und der Fachbereich Beruf - sind nun erfolgreich an den neuen Standort in der Luisenstraße umgezogen, der Lerntreff ist von Haus C nach Haus B zogen. Schauen Sie doch gerne einmal in unserer neu gestalteten Anmeldung vorbei, die Öffnungszeiten finden Sie unter "vhs Wiesbaden aktuell" in diesem Newsletter. Aber auch im Europaviertel und in der Villa Schnitzler sind wir im November mit neuen spannenden Angeboten für Sie da:
Erfahren Sie im Format "Sprechen und Zuhören" wie Ihre Mitmenschen über die Themen Heimat und Zuhause denken und diskutieren Sie selbst mit. Lassen Sie sich beim feministischen Poetry-Slam inspirieren oder streben Sie in unserer Meditationsausbildung nach innerer Ruhe. Für Personen, die im DaZ-Bereich tätig sind gibt es eine Phonetik-Fortbildung. Wer sich lieber schon auf den nächsten Sommerurlaub vorbereiten will, kann im Italienisch-Kurs neue Kompetenzen erwerben oder beim plastischen Gestalten in Ton schon einmal ein Kunstwerk für den nächsten Sommerblumenstrauß gestalten.
Viel Spaß mit den Kursen und Veranstaltungen im November 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
- DEUTSCH
- GRUNDBILDUNG
- JUNGE VHS



vhs Wiesbaden aktuell

Sprechen und Zuhören - Das große Gespräch

Gesprächsraum für demokratische Kultur in Wiesbaden
Di 03.11.2026, 18:30 Uhr - H11210
Was ist für mich Heimat?
Ist Deutschland noch oder schon meine Heimat?
Was macht aus Wiesbaden (m)ein Zuhause?
Wann fühle ich Zugehörigkeit oder Fremde?
Darüber wollen wir sprechen. Unser Abend ist Teil einer bundesweiten Aktion, in der im gesamten Oktober Menschen miteinander ins Gespräch kommen sollen, die etwas erlebt und die Fragen haben. Die sich Sorgen machen. Die sich die Hoffnung bewahren oder schlicht verstehen wollen, wie andere dazu denken und fühlen.
Sprechen & Zuhören ist ein von Mehr Demokratie e.V. entwickeltes Dialogformat. Dabei erzählt jede und jeder in einer kleinen Runde, was sie oder ihn gerade beschäftigt. Die anderen hören zu, ohne zu widersprechen und ohne zu diskutieren. Den Abend moderieren Scherin Beuther und Maike Meyer-Oldenburg.



Zur Veranstaltung

Gelungener Start der vhs in der Luisenstraße



Der erste Umzug der vhs in die Innenstadt ist gelungen. Am 7. Oktober 2026 haben wir die Anmeldung in der Luisenstraße 6 eröffnet. Zunächst zögerlich kamen die ersten Kunden, um sich anzumelden. Mittlerweile aber kommen neuigierige Besucher in den ehemaligen Vintage-Laden, um auch einfach nur zu schauen, was hier passiert.
Das Feedback ist in jedem Fall positiv, sowohl auf die neuen Räumlichkeiten als auch auf die Präsenz in der Innenstadt. Der Fachbereich "Arbeit und Beruf" ist der erste Fachbereich, der ebenfalls schon eingezogen ist.
Die Räume befinden sich im Gebäude im Innenhof. Wir freuen uns sehr, nun für Sie in der Innenstadt zu sein und auf Ihren Besuch.



Politik und Gesellschaft

Unüberhörbar - Feministischer Poetry-Slam & Wendo-Workshop

Do 05.11.2026, 17:00 Uhr - H10410

Wir könnten wegsehen, doch wir tun es nicht! Wo FLINTA* ausgegrenzt, bedroht oder diskriminiert werden, entsteht Wut. Diese Wut ist kein Ende. Sie kann ein Anfang von Mut sein: Mut verwandelt sie in Worte, Haltung und Widerstand. Unser solidarischer Abend startet mit einem Wendo-Workshop, bei dem wir ausprobieren können, wie Wut uns ganz praktisch zu Mut verhelfen kann. Im Anschluss öffnet ein Poetry-Talk den Raum für Sprache, Ausdruck und Begegnung. Lasst uns Mutausbrüche wagen: sichtbar, entschlossen und unüberhörbar! Wort-Akrobatinnen des Abends : Jessica Davis, Kaddy Kupfer; Verena Hülsbömer, Aileen Schneider.

Die Veranstaltung ist kostenlos. Wenn ihr euch anmeldet, haben wir einen besseren Überblick darüber, mit wie vielen Teilnehmerinnen wir rechnen sollen, so gibt es genügend Stühle für alle :-) Wir freuen uns auf euch!



Zur Veranstaltung

Erzählcafé - Jutta Leimbert

Sa 21.11.2026, 15:00 Uhr - H16401
Die bereits 1935 gegründete Buchhandlung Vaternahm, deren alleinige Inhaberin Jutta Leimbert seit 2015 ist, wurde mehrfach mit dem Deutschen Buchhandlungspreis geehrt (u. a. 2018, 2021 und 2024).
Mit ihr im Team arbeiten 7 Buchhändlerinnen. Sie sieht sich als wichtigen Bestandteil des kulturellen Lebens der Stadt mit einem unabhängigen Sortiment, das jenseits des Mainstreams oft eine Fundgrube mit besonderen Titeln kleiner Verlage ist.
Jutta Leimbert ist mit ihrer Buchhandlung ein Teil von „Wiesbaden liest“, dem 2021 gegründeten kollegialen Zusammenschluss von neun unabhängigen und inhabergeführten Buchhandlungen Wiesbadens. Als Inhaberin einer hr2-Partnerbuchhandlung bespricht sie regelmäßig Bücher im Rundfunk und stellt ihre Lieblingsbücher bei verschiedenen Gastgebern vor. Auch in der Buchhandlung finden Lesungen mit Büchertischen statt.

Zum Kurs



Bildungsurlaub im November

Vom Skript zum Screen – Professionelles Storytelling: Wie Narrative unsere Wirklichkeit formen
Mo 30.11.2026, 10:00 Uhr - H10700BU
In einer Zeit, in der mediale Narrative und digitale Botschaften den öffentlichen Diskurs maßgeblich prägen, ist die Fähigkeit zur Dekonstruktion und aktiven Gestaltung dieser Inhalte eine Grundvoraussetzung für die demokratische Teilhabe. Dieser Bildungsurlaub mit Conny Brandt Der Kurs verfolgt das Ziel, die Teilnehmenden in die Lage zu versetzen, ihren Standort in der modernen Mediengesellschaft kritisch zu reflektieren und die Wirkungsmechanismen der Kommunikation zu verstehen. Dabei geht es nicht um eine einseitige Betrachtung, sondern um das Erlernen einer neutralen und selbstständigen Bewertung medialer Prozesse.

Zum Kurs

Kurse im November

Veränderungsstress. Warum tun sich Gesellschaften mit Veränderungen so schwer? -Online
Mo 02.11.2026, 19:30 Uhr - H11409
Steffen Maus Vortrag beschäftigt sich mit der Frage, wie Menschen Veränderungen wahrnehmen und wie unterschiedliche Gruppen auf sozialen Wandel reagieren. Es soll gezeigt werden, dass ein Teil unserer gegenwärtigen Konflikte mit der starken Dynamisierung der Gesellschaft zu tun haben.

Zum Kurs

Opfer einer Betrugstat – Sie haben immer noch Optionen!
Di 03.11.2026, 18:00 Uhr - H18210
Das ist nicht Ihre Schuld! Trotz aller Vorsicht ist niemand davor gefeit, das er betrogen wird. Gerade in der „Welt des Internet“ wird aber oftmals nicht mit Bargeld gezahlt, sondern mit elektronischen Bezahlmethoden wie zum Beispiel PayPal oder einer Kreditkarte. Das bedeutet, Sie haben noch Möglichkeiten! Michael Döring zeigt Ihnen, dass es wirklich überraschend viele Dinge gibt, die Sie tun sollten und noch können, um den Schaden zu minimieren oder gar einen Schaden abzuwenden.

Zum Kurs

Theologischer Tee-Salon - Gnade und Vergebung
Mi 04.11.2026, 15:00 Uhr - H17401
Was kommt für Christ:innen eigentlich nach dem Tod? Dass es danach weitergeht, ist ein zentraler Glaubenssatz – aber wie? Bestimmt unser Verhalten zu Lebzeiten, wie es uns dann ergeht? Wer erlebt Gnade und Vergebung? Mit theologischer Verstärkung durch Pfarrer Alexander Liermann beschäftigt sich Susanne Claußen mit Ihnen mit Glaubensfragen.

Zum Kurs

Gemeinsames und Kurioses unter den Sprachen Europas - Online
Mi 04.11.2026, 19:30 Uhr - H11410
Eurolinguist Joachim Grzega macht sich mit Ihnen auf eine Rundreise durch die Eurolinguistik, jene Wissenschaft, die nach den Gemeinsamkeiten unter den Sprachen Europas sucht.
Sie durchstreifen die Gebiete Wortschatz, Grammatik, Aussprache, Schreibung und Kommunikationsgepflogenheiten. Wie drückt sich die europäische Sichtweise im Wortschatz aus? Aus welchen Sprachen haben die Europäer gerne Wörter übernommen?

Zum Kurs

Staat und Religion – eine (gefährliche) Liebesbeziehung?
Gibt es eine perfekte Staatsreligion?
Fr 06.11.2026, 18:30 Uhr - H11255
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 mit Magdalena Guschlbauer dieser Frage auf den Grund. Ziel der Treffen ist vor allem der Dialog, orientiert an ausgewählten wissenschaftlichen Beobachtungen und Thesen.

Zum Kurs

Trump und die MAGA-Bewegung - Online
So 08.11.2026, 19:30 Uhr - H11411
"Gibt es einen Trumpismus ohne Trump? Wie wird sich die MAGA-Bewegung angesichts der immer eklatanter werdenden Führungsschwäche des alternden Präsidenten weiterentwickeln? Michael Hochgeschwenders Vortrag zeichnet ein Innenbild der rivalisierenden Strömungen der trumpistischen Szene in den USA im Umfeld der anstehenden Zwischenwahlen und analysiert die Stärkeverhältnisse innerhalb der rechten Szene in den USA."

Zum Kurs

Geldanlage für Berufsanfänger und jüngere Leute
Mo 09.11.2026, 18:30 Uhr - H18460
Erster Job, erstes Gehalt - endlich finanziell auf eigenen Beinen stehen. Mit den ersten selbst verdienten Euros kommen jedoch auch viele Fragen und Entscheidungen auf junge Menschen zu. Evangelos Vlastarakis erläutert Themen von der Budgetplanung über Sparmodelle bis hin zu einer sinnvollen Geldanlage und finanzieller Sicherheit im Alter.

Zum Kurs

Wie einfach kann ein lebendes System sein? - Online
Di 10.11.2026, 19:30 Uhr - H11412
Die Biologie definiert die Zelle als kleinste Einheit des Lebens. Aber selbst die einfachsten Zellen auf der Erde sind unglaublich komplex, so dass es praktisch unmöglich ist, sie in ihrer Gesamtheit zu verstehen. Auch haben wir noch immer keine Kenntnis davon, wie die erste Zelle überhaupt entstanden sein könnte.
Aus diesem Grund versuchen wir, wesentliche Prozesse des Lebens aus einfachen biologischen Bausteinen nachzubilden, um eine Vorstellung von den physikalischen und chemischen Bedingungen zu bekommen, die notwendig sind, damit aus einem chemischen System ein biologisches System wird.
Dazu verwenden wir den Ansatz der Synthetischen Biologie, der zelluläre Systeme in einzelne Funktionsmodule zerlegt, die unabhängig voneinander untersucht werden können.

Zum Kurs

Treffpunkt Philosophie - Heuristik
Di 10.11.2026, 19:00 Uhr - H14410
Entscheidungen bei mangelndem Wissen. Wir beschäftigen uns an diesem Abend mit heuristischen Verfahren im Alltag und in der Wissenschaft.
Der Treffpunkt Philosophie mit Rainer Huthmann 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.

Zum Kurs

Das Ende der NATO - Grönland
Fr 13.11.2026, 18:30 Uhr - H11510
1940 Operation Weserübung, schon damals zeigte sich wie wichtig Grönland war, für die Überregionalität ist Grönland strategisch wichtiger denn je. Wie kann die dänische Insel militärisch abgesichert werden, fragt Ilya Zarrouk.

Zum Kurs

Franz Kafka und Prag - Online
Do 19.11.2026, 19:30 Uhr - H11419
Prag, die Hauptstadt Böhmens, war um 1900 durchaus nicht das gemütliche k.u.k.-Reservat, das sich heutige Touristen gerne vorstellen. Die Stadt war geprägt von sich zuspitzenden nationalen Gegensätzen, was vor allem die jüdische Bevölkerung in eine prekäre Lage versetzte. Aber auch das Tempo, mit dem eine Vielzahl technischer Innovationen innerhalb weniger Jahre durchgesetzt wurde, ließ bei vielen Bewohnern das Gefühl aufkommen, am Ende einer Epoche zu stehen. Dr. Reiner Stach zeigt, wie genau Kafka die unheimliche Faszination dieser Herausforderungen registrierte, die auch seinen Alltag veränderten.

Zum Kurs

KI-Tools wie ChatGPT verstehen und einsetzen: eine Einführung
Do 19.11.2026, 17:00 Uhr - H15840V
In dieser Veranstaltung der Hochschul- und Landesbibliothek erhalten Sie eine grundlegende und praktische Einführung in (text-)generative KI-Tools wie ChatGPT und lernen verschiedene Einsatzmöglichkeiten kennen.

Zum Kurs

Wohnungseigentumsrecht
Di 24.11.2026, 19:00 Uhr - H18650
Haben Sie auch mehr Kenntnisse über Ihr Auto, als über den viel wichtigeren Vermögenswert der eigenen Eigentumswohnung? Jeder kann das Schicksal der Wohnungseigentums-Gemeinschaft effektiv und richtungsweisend mitgestalten. Hierbei hilft Dr. Michael Buß Ihnen gerne, bevor Ihre Wohnung durch falsche Verwaltung erheblich an Wert verliert.

Zum Kurs

Indische Philosophien zwischen Hinduismus, Chinismus und Buddhismus
Vortrags- und Seminarabend mit Prof. Dr. Achim Köddermann
Di 24.11.2026, 19:00 Uhr - H14600
Die philosophischen Traditionen Indiens gehören zu den ältesten und einflussreichsten Denkströmungen der Menschheitsgeschichte. Über Jahrtausende hinweg haben sie Antworten auf grundlegende Fragen des menschlichen Daseins entwickelt: Was ist das Selbst? Warum leiden wir? Gibt es ein Leben nach dem Tod? Und wie kann ein erfülltes und ethisch verantwortliches Leben gelingen? Der Vortrag führt in die zentralen Ideen des Hinduismus, Jainismus und Buddhismus ein und stellt ihre Gemeinsamkeiten sowie ihre unterschiedlichen Antworten auf diese Fragen vor. Dabei werden grundlegende Konzepte wie Karma, Wiedergeburt, Erlösung, Gewaltlosigkeit und Meditation erläutert und in ihren historischen und kulturellen Kontext eingeordnet.

Zum Kurs

Konrad Adenauer. Kanzler nach der Katastrophe -Online
Di 24.11.2026, 19:30 Uhr - H11413
Unter den Kanzlern der Bundesrepublik Deutschland ragt Konrad Adenauer heraus. Er ist es, der nach NS-Diktatur, Zweitem Weltkrieg und Holocaust 1949 die erste Bundesregierung bilden kann und die von außen gestiftete Demokratie im Westen verankert. Aber Adenauer ist es auch, der die deutsche Teilung in Kauf nimmt und Millionen seiner Landsleute ein Beschweigen ihrer Vergangenheit ermöglicht.
Der renommierte Zeithistoriker Norbert Frei nimmt den 150. Geburtstag des Gründungskanzlers zum Anlass für ein unbestechliches Portrait des Mannes, der die deutsche Geschichte nach 1945 geprägt hat wie niemand sonst

Zum Kurs

Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne 4 -Online
Mi 25.11.2026, 19:30 Uhr - H11414
Von München nach Hamburg – vom Museum zu Ihnen!
Seien Sie dabei, wenn sich mit Andrea Weninger, Claudia Böhme und Jochen Meister drei Freund*nnen und Freunde der Kunst zusammenfinden und über bedeutende Kunstwerke aus der Neuen Pinakothek in München und aus der Hamburger Kunsthalle austauschen.

Zum Kurs

Einfach Mensch sein - Befreit handeln
Do 26.11.2026, 18:30 Uhr - H10300
Viele von uns fühlen sich im Alltag gefangen zwischen zu hohen Erwartungen, unausgesprochenen Konflikten und dem ständigen Anspruch, alles perfekt machen zu müssen. Das kostet Kraft – beruflich wie privat. In diesem Training mit Frank Weber entdecken Sie, wie Sie klar und freundlich Grenzen setzen, ohne sich schuldig zu fühlen, Meinungsverschiedenheiten souverän und gelassen meistern, und sich von überhöhten Ansprüchen befreien, um mit mehr Gelassenheit und Wirkung zu handeln.

Zum Kurs

Fermentieren - denn sauer macht lustig!
Sa 28.11.2026, 14:00 Uhr - H12503
Das Fermentieren von Gemüse und Obst hat eine lange Tradition - es gehört zu den ältesten, natürlichsten und schonendsten Konservierungsmethoden der Welt. In diesem Kurs wird Ihnen Grundwissen für ein sicheres Gelingen vermittelt. Die Kursleiterin und Lebensmittelretterin Talley Hoban bringt außerdem bereits fermentierte Lebensmittel zum Kosten mit.

Zum Kurs

Not am Mann. Die Erfindung toxischer Männlichkeit - Online
So 29.11.2026, 19:30 Uhr - H11415
Was passiert, wenn eine Gesellschaft aufhört, Männern Geschichten zu erzählen, in denen sie sich wiederfinden können?
In diesem Vortrag analysiert Eva Ladipo, wie Popkultur, Politik und Medien ein Vakuum hinterlassen haben, das rechte Influencer, toxische Männerforen und autoritäre Rollenvorbilder wie Trump oder Musk füllen.

Zum Kurs

Nachhaltige Geldanlagen
Mo 30.11.2026, 18:30 Uhr - H18450
Was bedeutet Nachhaltigkeit bei der Geldanlage? In dieser Veranstaltung werden wir reflektieren, welche Kriterien entscheiden, ob eine Geldanlage nachhaltig ist. Von wesentlicher Bedeutung ist es, zu berücksichtigen, welche Chancen dadurch für den Anleger entstehen. Im Kurs von Evangelos Vlastarakis geht es außerdem darum, welche Trends und Entwicklungen es in Bezug auf nachhaltige Geldanlagen gibt und wie sich Nachhaltigkeit mit den anderen wichtigen Kriterien einer Geldanlage verbinden lässt.

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang

Kultur und Kreativität

„Die Vase als Kunstwerk“
Plastisches Gestalten in Ton



Sa 28.11.2026, 10:00 Uhr - H23130

In diesem Kurs unter der Leitung von Birgit Knappe beschäftigen wir uns mit einer individuell gestalteten, voluminösen Hohlform, die gleichzeitig dekoratives Kunstwerk und Nutzgegenstand ist. Sie machen im Arbeitsprozess durch Erfühlen, Drücken, Klopfen, Verstreichen und Be-greifen elementare Erfahrungen über eine plastische Form, Oberflächen und Proportionen. Wir arbeiten mit Steinzeugton in freiem Aufbau. Die Arbeiten werden hoch gebrannt, so dass sie nicht glasiert werden müssen, aber durchaus bemalt werden können.

Zum Kurs

Kurse im November

Water color - Aquarellmalerei (Kurs auf Englisch)
Di 03.11.2026, 18:30 Uhr - H21310
The Workskhop under the direction of Ekaterina Floescher is well suited for beginners and advanced students. The classes are fully in English. Contents of the watercolor workshop: All students will create their own art piece, Reference painting, Technique to sketch the painting, How to mix the watercolour paints, The Workshop themes will change each time.

Zum Kurs

Farben schneiden, Formen tanzen lassen - Ein Collage-Kurs inspiriert von Henri Matisse
Di 03.11.2026, 10:00 Uhr - H21648
Dieser Kurs unter der Leitung von 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 Ausdruckskraft.

Zum Kurs

Mit dem Herzen hören: Haydns „Schöpfung“ entdecken - Begleitseminar zum Konzert am 14. November 2026 in der Marktkirche
Mi 04.11.2026, 19:00 Uhr - H24004
Dr. Thomas Jörg Frank, Marktkirchenkantor in Wiesbaden und Dirigent des Aufführungskonzerts, führt auf anschauliche und unterhaltsame Weise in dieses berühmte Werk ein. Mit Hörbeispielen und Erläuterungen zeigt er, wie Haydn musikalisch Sonnenaufgänge, Tiere, Natur und die Freude der ersten Menschen hörbar macht.

Zum Kurs

Erinnerungen gestalten - Biografiearbeit für Menschen in der zweiten Lebensphase
Fr 06.11.2026, 16:30 Uhr - H20349
In diesem Schreibkurs unter der Anleitung von Herbert Cartus werden die Teilnehmenden eingeladen, ihre Lebensgeschichte bewusst zu reflektieren und ausgewählte Erinnerungen schriftlich festzuhalten. Anhand biografischer Themen wie Kindheit, Jugend, Beruf und prägender Lebensereignisse entstehen mithilfe von Schreibimpulsen eigene Texte.

Zum Kurs

Wandel, Wachstum, Werden - Kreativ Schreiben über Veränderungen
Fr 06.11.2026, 09:00 Uhr - H20348
In diesem Workshop unter der Leitung von Vanessa Renner spüren wir dem Wandel in unserem Leben nach. Schreibend würdigen wir inneres und äußeres Wachstum und blicken mit Freude und Mut aufs Älterwerden. Methoden aus dem Kreativen Schreiben werden mit Impulsen aus der Biografiearbeit ergänzt.

Zum Kurs

Latin-, Afro- & Brasil-Beat - Trommel-Workshop für Einsteiger/innen und Geübte
Sa 07.11.2026, 10:00 Uhr - H24330
Wir wollen uns in diesem Workshop unter der Leitung von Holger Wittkowski zu einer rhythmischen Entdeckungsreise aufmachen, um die Lebensfreude der Afro-Samba-Rhythmen aus Brasilien kennen zu lernen.

Zum Kurs

Aquarellmalerei - Intensiv-Wochenende
Sa 07.11.2026, 10:00 Uhr - H21380
An diesem Wochenende unter der Leitung von Claudia Stöber widmen wir uns der Aquarellmalerei in ihren zahlreichen Facetten. Dem Aquarell als Medium zum Skizzieren und Festhalten von Stimmungen in seiner Lockerheit und Spontaneität wird genauso Platz eingeräumt wie dem etwas genauer "durchgearbeiteten" Aquarell und seinen Techniken.

Zum Kurs

Portrait in unterschiedlichen Techniken und Farben mit Modell für Anfänger und Fortgeschrittene
Sa 07.11.2026, 10:00 Uhr - H21260
In diesem Wochenend-Kurs unter der Leitung von Sylvia Wolf werden wir zusammen das Interesse im Zeichnerischen, im Beobachten und Analysieren der Grundzüge des Gesichtes und des Kopfes erweitern. Gearbeitet wird größtenteils mit Model. Aber auch der Fantasie soll mal freien Lauf gelassen werden.

Zum Kurs

Frauen in der Kunst: Kreativität, Selbstermächtigung und Menschheitsgeschichte
Sa 07.11.2026, 10:00 Uhr - H20750
Der Kurs unter der Leitung von Agnese Reginaldo bietet eine zugängliche Einführung in die Rolle von Frauen in der Kunst und zeigt, wie weibliche Kreativität Kultur und Gesellschaft geprägt hat. Wir beleuchten historische Ausgrenzungen, gesellschaftliche Barrieren und die Wiederentdeckung vergessener Künstlerinnen.

Zum Kurs

Nähkurs für Anfänger/innen 3
Sa 07.11.2026, 14:00 Uhr - H22250
Eigene Projekte besprechen, designen, umsetzen: Sie können schon ganz gut nähen, wünschen sich aber noch jemanden, den man mal fragen kann, wenn es nicht weiter geht? Dann sind Sie in diesem Kurs unter der Leitung von Anja van der Horst richtig!

Zum Kurs

Fotografie - Gestaltung und Technik II - Reise- und Städtefotografie (mit Exkursion)
Sa 07.11.2026, 10:00 Uhr - H25025
Dieser zweitägige Kurs unter der Leitung von Michael Schultes ist sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet. Er führt zu architektonisch interessanten Orten, die Reiseeindrücke wiedergeben können und gibt Tipps über die Möglichkeiten der Inszenierung, Nutzung der richtigen Einstellung, Objektivwahl etc. und wie die Bilddaten weiterverarbeitet werden.

Zum Kurs

Lino-Cut-Print - Linolschnitt-Workshop (auf Englisch) Für Anfänger und Fortgeschrittene
So 08.11.2026, 10:00 Uhr - H22126
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.

Zum Kurs

Stricken für Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene
Di 10.11.2026, 15:30 Uhr - H22215
Vom Maschenanschlagen, rechten und linken Maschen, Zu- und Abnehmen, einfachen Mustern bis zum eigenen kleinen Projekt, Lesen von Strickschriften, Lace- und Ajourmuster, mehrfarbig stricken lernen Sie in diesem Kurs unter der Leitung von Heike Roider alles bis hin zu ihrem Traumprojekt

Zum Kurs

Porträt modellieren nach Modell - Plastisches Gestalten in Ton für Anfänger und Fortgeschrittene
Fr 13.11.2026, 16:00 Uhr - H23135
In diesem Kurs unter der Leitung von Birgit Knappe beschäftigen wir uns mit dem menschlichen Kopf, seinen Proportionen und den Besonderheiten unseres Gesichts. Am ersten Tag werden wir mit Modell arbeiten.

Zum Kurs

Kreativer Krimi-Workshop
Sa 14.11.2026, 10:00 Uhr - H20352
Wir kommen den Grundlagen des Krimischreibens auf die Spur, entdecken hintergründige Themen und verfassen Szenen und kurze Geschichten. Der Workshop unter der Leitung von Susanne Kronenberg ist für alle geeignet, die in die Praxis des Krimischreibens hineinschnuppern und sich inspirieren lassen möchten.

Zum Kurs

Vom Manuskript zum Markt – Wege ins Veröffentlichen - Online-Workshop
Sa 14.11.2026, 10:00 Uhr - H20370
Sie fragen sich, wie der Weg in die Veröffentlichung aussieht? Dieses Seminar unter der Leitung von Ulrike Krauth vermittelt einen praxisnahen Überblick über den Buchmarkt und zeigt, wie Buchprojekte gezielt vorbereitet und professionell platziert werden können.

Zum Kurs

Künstlerisches Portrait in Aquarell - Workshop für Anfänger und Fortgeschrittene
Sa 14.11.2026, 10:00 Uhr - H21292
Das Portrait gehört zu den spannendsten Motiven in der Aquarellmalerei: Ausdruck, Charakter und Stimmung lassen sich mit Leichtigkeit und Transparenz auf ganz individuelle Weise einfangen. In diesem Kurs unter der Leitung von Ute Pohl lernen Sie, wie Sie Gesichtsproportionen verstehen und zugleich frei, locker und intuitiv arbeiten können.

Zum Kurs

Ihr Unikat mit edlen Steinen - Schmuckgestaltung mit Edelstahldraht
Sa 14.11.2026, 11:00 Uhr - H22082
Kreiren Sie wunderschöne Halsketten, Armbänder, Ohrschmuck und Charms sowie Anhänger für Schlüssel oder Kette als Geschenk für Ihre Lieben oder verwöhnen Sie sich selbst in diesem Workshop unter der Leitung von Elinka Sturm!

Zum Kurs

Modezeichnen - leicht gemacht für Anfänger und Fortgeschrittene
Sa 14.11.2026, 10:00 Uhr - H21094
Dieses Lehr- und Fachseminar unter der Leitung von Susanne Kuehnhold mit Schritt für Schritt-Anleitungen und vielen zeichnerischen Beispielen ist für diejenigen geeignet, die sich mit den Grundlagen des Modezeichnens vertraut machen oder diese vertiefen wollen.

Zum Kurs

Aktmalen und -zeichnen für Anfänger, Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
So 15.11.2026, 10:00 Uhr - H21222
Die menschliche Figur ist als komplexer räumlicher Körper hervorragend geeignet, räumliches Vorstellungs- und Darstellungsvermögen zu üben. Besonders geschult wird in diesem Workshop unter der Leitung von Susanne Kuehnhold die Wahrnehmung und Verbindung von Auge und Hand und ihrer Wiedergabe von Farbe und Proportion. Gearbeitet wird mit verschiedenen Modellen.

Zum Kurs

Tendenzen im Theater der Gegenwart
Mo 16.11.2026, 19:00 Uhr - H20880
Das Schauspiel-Theater der Gegenwart zeichnet sich durch eine enorme Bandbreite an Ästhetiken und Spielweisen aus. In diesem Kurs unter der Leitung von Dr. Dagmar Fischborn-Borrmann untersuchen wir anhand von Video-Ausschnitten die Arbeiten einiger Regisseur*innen, die in den letzten Jahren prägend waren.

Zum Kurs

Erlebnisrundgang durch die Sonderausstellung „Judit Reigl. Couleur vivante“ und Workshop im Farblabor
Mi 18.11.2026, 18:15 Uhr - H20720
Das Museum Reinhard Ernst und die Volkshochschule Wiesbaden e. V. laden zu einem Erlebnisrundgang durch die Sonderausstellung Judit Reigl. Couleur vivante ein. Die fachkundige Führung macht ausgewählte Werke rund um das Werk der ungarisch-französischen Künstlerin Judit Reigl (1923–2020) erlebbar. Anschließend kann im digitalen Farblabor des Museums die eigene Kreativität im Experiment mit Formen und Farben erprobt werden.

Zum Kurs

Acrylmalerei - Monotypie - Bilder gestalten mit Drucktechniken
Do 19.11.2026, 17:00 Uhr - H21577
Mit Acrylfarbe und Werkzeugen die zum Drucken geeignet sind (Backpapier, Alufolie, Strukturtapete u.v. m.) gestalten wir in diesem Workshop unter der Leitung von Doris Färber unsere Bilder auf Papier.

Zum Kurs

Die Kunst des Jonglierens - Jonglagen für Anfänger und Profis
Fr 20.11.2026, 18:00 Uhr - H26405
Genau das Richtige für den Freitagabend - die ideale Einstimmung ins Wochenende! Beim Jonglieren unter der Leitung von Sumi Krupp wird durch das Verschwinden von Alltagsgedanken erst die notwendige Wachheit und hundertprozentige Aufmerksamkeit erreicht

Zum Kurs

Restauration – Upcycling - Neu streichen statt neu kaufen
Fr 20.11.2026, 16:00 Uhr - H22320
Neue Möbel können teuer sein, besonders Designermöbel. Mit Farbe und Pinsel können Sie in diesem Workshop unter der Leitung jvon Markus Bastisch Ihren alten Möbeln ein neues Leben einhauchen... und dabei Geld sparen!

Zum Kurs

Besuch bei Henkell Freixenet - "Experience Tour"
Fr 20.11.2026, 16:00 Uhr - H27440R
Bei dieser Tour lernen die interessierten Besucher das globale Unternehmen Henkell Freixenet mit seiner faszinierenden Produktvielfalt und Internationalität kennen. Die "Experience Tour" beginnt im denkmalgeschützten Marmorsaal mit einem Begrüßungssekt und der kurzweiligen Betrachtung zu Historie und Gegenwart des Hauses am Standort Wiesbaden.

Zum Kurs

Lichtzauber mit Origami - Erwachsene und Kinder ab 9 Jahren
Sa 21.11.2026, 13:00 Uhr - H22130
Mit Origami lassen sich in diesem Workshop von Maya S. Onodera verschiedene LED-Teelichtbehälter zaubern. Sie werden nicht nur gemütliche Begleiter der kalten, dunklen Jahreszeit für Sie zuhause, sondern auch schöne selbst gemachte Geschenke für die Adventszeit.

Zum Kurs

Chai-Tees - Seminar mit Verkostung
Sa 21.11.2026, 15:30 Uhr - H27520
Chai bedeutet in vielen Sprachen übersetzt Tee. Lernen Sie an diesem Tag unter der Leitung von Belinda Schröder die Vielfalt an Chai-Tees kennen - Kosten Sie einige davon und lassen sich vom aromatischen Duft verführen.

Zum Kurs

Musikproduktion mit Ableton - Workshop am eigenen PC - Online
Sa 21.11.2026, 10:30 Uhr - H24510
Einsteigerkurs mit Praxisübungen am eigenen PC für die Musikproduktion mit dem Programm "Ableton" unter der Leitung von Alexander Leindecker. Musikproduktion wirkt für Einsteiger:innen oft gleichzeitig faszinierend und überfordernd. Ein klarer, praxisnaher Einstieg, der Komplexität reduziert und den Fokus auf das legt, was für den eigenen musikalischen Start wirklich zählt gibt in diesem Online-Kurs Orientierung, legt Grundlagen und eröffnet eigene Perspektiven mit ersten Arrangementschritten. .

Zum Kurs

Acrylmalerei - kleine Serie gestalten - Workshop für Anfänger und Fortgeschrittene
Sa 21.11.2026, 10:00 Uhr - H21576
Mit Acrylfarbe, verschiedenen Techniken und Werkzeugen gestalten wir in diesem Workshop unter der Leitung von Doris Färber mehrere Bilder auf Papier. Wir schauen uns die Arbeiten während des Prozesses immer wieder an und komponieren kleine Serien.

Zum Kurs

Zine-Making Workshop: DIY-Publikation, Gemeinschaft und Kreativität
Sa 21.11.2026, 10:00 Uhr - H21620
Zweitägiger Workshop unter der Leitung von Agnese Reginaldo mit je eigenem Thema als kreativer Ausgangspunkt. Wir vermitteln kurz Geschichte und Bedeutung von Zines und warum DIY-Publikationen Raum für unterrepräsentierte Stimmen schaffen.

Zum Kurs

Art-Journaling - Das kreative Reflexions- und Visionsbuch - Workshop für Anfänger und Fortgeschrittene
So 22.11.2026, 10:00 Uhr - H21610
Ein Art Journal ist ein Kunsttagebuch, in dem Gedanken, Stimmungen und Träume festgehalten und reflektiert werden können. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene - In diesem Einführungskurs unter der Leitung von Andrea Trautwein lernen Sie verschiedene Materialien, Farben und Ausdrucksmöglichkeiten kennen, probieren diese spielerisch aus und gestalten anschließend eine Seite in Ihrem Art Journal.

Zum Kurs

Perlenschmuck -Ketten, Ohrringe, Armbänder - selbst gemacht
Mo 23.11.2026, 17:30 Uhr - H22086
In diesem Kurs unter der Leitung von Katrin Wolff lernen Sie, Perlenschmuck nach eigenen Ideen zu entwerfen und anzufertigen. Sie erfahren, welche Materialien und Werkzeuge sich besonders eignen, und üben verschiedene Techniken, um Halsketten, Armbänder oder Ohrringe professionell zu gestalten.

Zum Kurs

Mascha Kaléko (7.6.1907 - 21.1.1975) - Lyrik und Kulinarik
Mi 25.11.2026, 18:30 Uhr - H20140
"Wie kommt es nur, dass wir noch lachen, dass uns noch freuen Brot und Wein..." So beginnt Mascha Kalékos Gedicht „Zeitgemäße Ansprache", das uns auch heute noch die zeitlose Aktualität ihrer Gedichte vor Augen führt. Mittels einer beispielhaften Auswahl von Gedichten und anderen Textzeugnissen werden unter der Leitung von Karin Wilhelm Stationen ihrer Biographie erzählend dargestellt. Immer wieder blitzen Parallelen zu unserer heutigen Zeit auf.

Zum Kurs

Auf Zeitreise: Ein Ausflug ins alte Rom
Mi 25.11.2026, 18:30 Uhr - H20545
Wir verfolgen die Entwicklung der Stadt von ihrer Gründung zur Metropole und Hauptstadt eines Weltreichs in der Kaiserzeit. Die Veranstaltung unter der Leitung von Dr. Michael Teichmann richtet sich nicht nur an Freunde von Asterix, Obelix und der Antike, sondern eignet sich auch als kulturelle Einstimmung für eine Reise in die Ewige Stadt.

Zum Kurs

Kreatives Schreiben - Workshop
Sa 28.11.2026, 10:00 Uhr - H20353
Beim Kreativen Schreiben bringen wir die Stifte in Bewegung und lassen uns von uns selbst überraschen. Der Workshop unter der Leitung von Susanne Kronenberg ist für jeden geeignet, der sich auf das Abenteuer Schreiben einlassen möchte.

Zum Kurs

Improtheater – Workshop
Sa 28.11.2026, 10:00 Uhr - H20922
Das Ziel dieses Workshops unter der Leitung von Sarah Linder ist es, uns selbst mutig zu erleben. Improvisationstheater ist Selbsterfahrung und vor allem eine Gruppenerfahrung, die das Leben nachhaltig zum Positiven verändern kann.

Zum Kurs

Pouring - Fließtechniken mit Acrylfarben - Wochenendworkshop für Erwachsene und Kinder in Begleitung ab 10 Jahren
Sa 28.11.2026, 10:00 Uhr - H21570
Der englische Begriff „pouring“ bedeutet übersetzt gießen oder schütten. Durch das Ineinanderfließen mehrerer Farben ergeben sich interessante Marmoriereffekte. Es gibt die unterschiedlichsten Methoden, die wir gemeinsam in diesem Workshop unter der Leitung von Claudia Stöber erproben.

Zum Kurs

Acrylmalen: Kreativ mit Farben - Sonntagsworkshop für Anfänger und Fortgeschrittene
So 29.11.2026, 13:00 Uhr - H21581
Der Workshop unter der Leitung von Ingrid Langenbahn bietet einen Einstieg in die kreative Welt der Farben. Wir arbeiten mit Acrylfarben, die sich mit Pinsel oder Spachtel direkt aus der Tube auftragen oder mit Wasser verdünnt lasieren lassen.

Zum Kurs

Textiles Gestalten - Kreatives Sticken "Embroidery" - für Anfänger und Stickerfahrene
So 29.11.2026, 14:00 Uhr - H22231
Sticken ist eine kreative, intuitive und auch meditative Tätigkeit, bei der Sie den täglichen Stress vergessen und zur Ruhe kommen können. Das Ziel in diesem Kurs unter der Leitung von Katrin Wolff ist es, dabei kreativ tätig zu sein, sich auszutauschen mit Gleichgesinnten, ein Handwerk zu erlernen und am Kursende ein selbstgesticktes Kunstwerk mit nach Hause zu nehmen.

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang



Arbeit und Beruf

Der Fachbereich Arbeit und Beruf ist in die Innenstadt umgezogen

Der Fachbereich Arbeit und Beruf befindet sich seit Mitte Oktober in der Innenstadt, Luisenstraße 6, 65185 Wiesbaden. Die Büros und Kursräume befinden sich im Hinterhaus, erreichbar durch die Toreinfahrt und über den Hof. Da an unserem neuen Standort zunächst nur 4 Schulungsräume zur Verfügung stehen, finden viele unserer Kursangebote weiterhin im Europaviertel statt. Bitte prüfen Sie bei einer Kursanmeldung die Ortsangabe auf der Teilnehmerkarte. Wir freuen uns, Sie zukünftig auch in unseren neuen, sehr zentral gelegenen Räumen begrüßen zu dürfen. Diese sind hell, freundlich, klimatisiert und technisch auf dem neuesten Stand.



Informationen zum neuen Standort

Kurse im November

Social Media-Contentproduktion mit und ohne KI - Online-Bildungsurlaub
Ab 02.11.2026, 10:00-17:00 Uhr - H54759BU
In diesem Bildungsurlaub lernen Sie, verschiedene Plattformen wie Facebook, Instagram, TikTok, X, Xing und LinkedIn gezielt einzusetzen. Sie entwickeln Content Strategien, bearbeiten Fotos und Videos, nutzen SEO für Social Media und erfahren, wie KI Prozesse unterstützen kann.

Zum Kurs

Onlinekurse zu Rechnungswesen, Controlling und vielen weiteren betriebswirtschaftlichen Themen
Ab 02.11.2026 starten verschiedene Online-Kursangebote unseres Bildungspartners Business Xpert: Ob Finanzbuchführung, Kosten- und Leistungsrechnung, Bilanzierung, Controlling, betriebliche Steuerpraxis, Lohn und Gehalt oder Personalwirtschaft - bringen Sie Ihr Wissen auf den neuesten Stand.

Zum Kurs

Betriebswirtschaft intensiv - Bildungsurlaub (Warteliste)
Ab 09.11.2026, 09:00-16:00 Uhr - H50025BU
Betriebswirtschaftliche Zusammenhänge verstehen und unternehmerische Entscheidungen nachvollziehen: Dieses Seminar vermittelt Ihnen Grundlagen zu Unternehmensbereichen, Führung, Organisation und Steuerung. Sie erhalten Einblicke in Rechtsformen, Rechnungswesen, Controlling, Marketing, Finanzierung und Digitales Business. Praktische Übungen und Fallbeispiele unterstützen den Transfer in die Praxis.

Zum Kurs

Schlagfertigkeit - Die Kunst des Improvisierens - Bildungsurlaub
Ab 09.11.2026, 09:00-16:00 Uhr - H56020BU
Schlagfertigkeit, Kreativität und Präsenz stärken: In diesem Bildungsurlaub lernen Sie Methoden der Improvisation kennen und entwickeln Ihre Kommunikationsfähigkeit weiter. Sie trainieren spontanes Reagieren, Selbstwahrnehmung, aktives Zuhören und einen souveränen Umgang mit Herausforderungen. Dabei fördern Sie Persönlichkeit, Teamarbeit und agiles Denken.

Zum Kurs

Künstliche Intelligenz (KI) im beruflichen Kontext - Online-Bildungsurlaub (Warteliste)
Ab 11.11.2026, 09:00-16:00 Uhr - H54756BU
Dieser Online Bildungsurlaub vermittelt Ihnen die Grundlagen zur Nutzung von Künstlicher Intelligenz im Arbeitsalltag. Sie lernen, wie ChatGPT und weitere KI Tools Prozesse vereinfachen, Aufgaben effizienter bearbeiten und Produktivität steigern können. Zudem betrachten Sie Chancen, Grenzen, rechtliche Aspekte und ethische Herausforderungen von KI.

Zum Kurs

Rhetorik Crashkurs
14.11.2026, 10:00-17:00 Uhr - H56014
Rhetorik ist entscheidend, um Botschaften überzeugend und klar zu vermitteln. In diesem Seminar lernen Sie Grundlagen wirkungsvoller Kommunikation, verbessern Ihre Körpersprache und trainieren den Aufbau von Argumentationen, Reden und Storytelling. Durch praxisnahe Übungen entwickeln Sie mehr Sicherheit und Souveränität in Gesprächssituationen.

Zum Kurs

Teamresilienz – Widerstandsfähig in herausfordernden Zeiten - Bildungsurlaub
Ab 16.11.2026, 09:00-16:00 Uhr - H51235BU
Veränderungen, Krisen und Unsicherheiten fordern Menschen und Teams zunehmend heraus. In diesem Bildungsurlaub lernen Sie, wie Sie Ihre Resilienz stärken und widerstandsfähige Teams fördern können. Sie entdecken wichtige Resilienzfaktoren, stärken psychologische Sicherheit und erhalten praxisnahe Methoden für den Umgang mit Herausforderungen im Berufsalltag.

Zum Kurs

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg - Bildungsurlaub (Warteliste)
Ab 18.11.2026, 09:00-16:00 Uhr - H56051BU
Dieser Bildungsurlaub vermittelt die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg. Sie übertragen die Methoden mit praktischen Übungen auf Berufsalltag und persönliche Situationen, verbessern Ihre Kommunikations und Teamfähigkeit und lernen, Bedürfnisse klar auszudrücken sowie Konflikte konstruktiv und wertschätzend zu lösen.

Zum Kurs

6 Dimensionen von Diversity für die Arbeit mit Azubis und Mitarbeitenden
20.11.2026, 09:00-15:00 - H51457
Nutzen Sie die Chancen von Vielfalt im Unternehmen und stärken Sie Ihre Diversity Kompetenz. In diesem Seminar lernen Sie die sechs Dimensionen der Diversität kennen, reflektieren Ihre Rolle als Führungskraft oder Ausbilder*in und entwickeln praktische Ansätze für einen bewussten und wertschätzenden Umgang mit Vielfalt.

Zum Kurs

Excel Grundlagen
Ab 20.11.2026, 18:00-21:00 Uhr - H52715
Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Grundlagen für den professionellen Umgang mit Excel. Sie lernen den Aufbau von Tabellen und Mappen, Formatierungen, Formeln, Diagramme und Funktionen kennen.

Zum Kurs

Mediengestaltung kompakt: Adobe InDesign
Ab 21.11.2026, 09:00-16:00 Uhr - H54011
Mit Adobe InDesign gestalten Sie professionelle Druckerzeugnisse und lernen wichtige Werkzeuge für Layout und Textsetzung kennen. Dieser Kompaktkurs vermittelt Grundlagen der Gestaltung sowie die Erstellung von Broschüren, Klappflyern, Farbverwaltung und interaktiven Elementen für vielfältige Medienprojekte.

Zum Kurs

Female Leadership Empowerment für Frauen im Beruf - Bildungsurlaub
Ab 23.11.2026, 09:00-16:00 Uhr - H50853BU
Female Leadership stärkt Ihre Führungspersönlichkeit und erweitert Ihre Führungskompetenzen. In diesem Seminar entwickeln Sie Ihren eigenen Führungsstil, setzen Ziele, trainieren Entscheidungsfähigkeit und lernen, Konflikte souverän zu lösen. Zudem erhalten Sie Impulse zu Resilienz, Achtsamkeit und einem wertschätzenden Umgang als Führungskraft.

Zum Kurs

Digitale Resilienz - Stark bleiben in einer vernetzten Welt - Bildungsurlaub
Ab 23.11.2026, 09:30-16:30 Uhr - H51236BU
Digitale Balance und Resilienz gewinnen in einer vernetzten Arbeitswelt an Bedeutung. Dieser Bildungsurlaub zeigt Ihnen, wie Sie mit Informationsflut, ständiger Erreichbarkeit und digitalen Anforderungen bewusster umgehen. Sie entwickeln Strategien für Stressregulation, achtsame Mediennutzung und lernen hilfreiche Tools wie Canva und ChatGPT kennen.

Zum Kurs

Berufliche und private Entscheidungen mit innerer Stärke treffen
28.11.2026, 10:00-17:00 Uhr - H56037
Klar und bewusst entscheiden: Dieses Seminar unterstützt Sie dabei, auch in komplexen Situationen handlungsfähig zu bleiben. Sie lernen psychologische Entscheidungsmechanismen, praktische Modelle und Methoden zur Selbstführung kennen, stärken Ihre innere Stabilität und entwickeln Strategien für mehr Klarheit, Resilienz und sichere Entscheidungen im Alltag.

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang



Gesundheit und Natur

Mediationsausbildung ab Herbst 2026



20.11.2026, 18:00 Uhr – H37025
Werden Sie zum Experten für Konfliktlösung!
Mediation ist ein Verfahren zur einvernehmlichen Bearbeitung von Konflikten mit Unterstützung einer neutralen Drittperson. Die Zusatzausbildung vermittelt die fachlichen und methodischen Grundlagen für die Mediation in unterschiedlichen Anwendungsfeldern. Inhalt und Umfang entsprechen den Anforderungen des Mediationsgesetzes.

Zum Kurs

Kinderyoga Basiskurs – Fortbildung für die Arbeit mit Kindern



28.11.2026, 09:00 Uhr – H38000
Diese Fortbildung vermittelt praxisnah, wie Yoga mit Kindern spielerisch und kindgerecht gestaltet werden kann. Neben einfachen Yogastellungen sowie Atem- und Entspannungsübungen steht der Aufbau einer abwechslungsreichen Yoga-Stunde im Mittelpunkt. Die Inhalte eignen sich sowohl für den beruflichen Einsatz mit Kindern als auch für alle, die Freude daran haben, Yoga spielerisch in den Alltag zu integrieren.

Zum Kurs

Kurse im November

Psychoneuroimmunologie -
Wie unser Denken und Fühlen unseren Körper beeinflusst
02.11.2026, 19:00 Uhr – H33010
Wie Gedanken und Gefühle biochemische Prozesse im Körper beeinflussen, zeigen aktuelle Erkenntnisse der Psychoneuroimmunologie. Der Vortrag vermittelt Wissen über die Zusammenhänge von Gesundheit, Wohlbefinden und Selbstregulation.

Zum Kurs

Workshop Vegane Ernährung im Alltag
21.11.2026, 10:00 Uhr – H31000
Wie gelingt eine bedarfsgerechte vegane Ernährung? Was gilt es bei Nährstoffen zu beachten? Und wie lässt sich das Ganze praktisch umsetzen? In diesem Workshop erhalten Sie einen fundierten Überblick über die wichtigsten Grundlagen der veganen Ernährung – es ist dabei total egal, ob Sie vegan sind oder nicht.

Zum Kurs

American Tap – Steptanzwochenende
21.11.2026, 13:30 Uhr – H36621
Wer kennt noch die wunderbaren Hollywood-Filme mit Fred Astaire und Gene Kelly? An diesem Wochenende werden die fußtechnischen und rhythmischen Grundlagen des Tap Dance vermittelt. Dabei entstehen mit den Füßen Klänge und Rhythmen: ein Tanz, den man hören, und Musik, die man sehen kann.

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang



Fremdsprachen

Highlight

Ein Tauchgang in die italienische Kunst und Kultur

Italienisch ab A2

Di., 03.11.2026, 17:00 Uhr - H409-404

An diesen zwei Abenden können Teilnehmende ihr Wissen über Italien vertiefen und gleichzeitig ihre Sprachkenntnisse verbessern. Durch geführte Gespräche und ansprechende multimediale Inhalte entdecken die Teilnehmenden verschiedene kulturelle Themen – darunter Kunst, Geschichte, Küche, Traditionen, Musik und weniger bekannte Aspekte des italienischen Alltags.
Der Kurs richtet sich an alle, die über Grammatik und Wortschatz hinausgehen und die italienische Sprache durch ihre Kultur erleben möchten. Ob Meisterwerke der Renaissance, regionale Esskulturen oder Italiens musikalisches Erbe – jedes Thema bietet eine wunderbare Gelegenheit, Italienisch in echten kulturellen Zusammenhängen zu verwenden.



Zum Kurs

Unsere Kurse im November

Englisch B1/B2 Tune-Up Workshop

Sa., 14.11.2026, 09:30 Uhr - H406-650

Do you speak English, but want to sound more natural and feel more confident? In this interactive workshop, we will focus on typical problem areas for German speakers and practice small changes that make a big difference.
We will work on common grammar pitfalls, pronunciation, and false friends, such as "chef" and "become." The goal is not to learn new grammar, but rather to refresh, refine, and reactivate your English skills.
The workshop offers a mix of short input sessions, practical exercises, and plenty of opportunities to speak in pairs and small groups.

Zum Kurs

Französisch A1.2 Wochenend-Intensivkurs
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Fr., 20.11.2026, 09:00 Uhr - H408-142
Dieser Wochenend-Intensivkurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen in der französischen Sprache.
Er bietet ein stressfreies und effektives Lernen mit sehr sanfter Progression auf einem Niveau unter A1.
In diesem Kurs lernen Sie, die französische Sprache im Alltag entspannt zu verstehen und selbstbewusst zu sprechen. Durch gezielte Übungen und praxisnahe Kommunikation wird das Fundament für weiterführende Sprachkenntnisse gelegt.

Zum Kurs

Niederländisch A1.2 - online
Intensiv- und Kompaktkurs
Mo., 16.11.2026, 18:30 Uhr - H414-130
In den Lektionen 6 bis 10 lernen Sie das Perfekt, Berufe (m/w), Verkleinerungsformen, Präpositionen, Ordinalzahlen und Konjunktionen anhand der Themen: Tagesablauf, Essen & Trinken, Ortsbestimmungen und Freizeitbeschäftigungen.

Zum Kurs

Niederländisch B1.2 - online
Mi., 18.11.2026, 18:45 Uhr - H414-802
Nederlands voor (ver)gevorderden.
We praten over Nederlandse schrijvers, geschiedenis, cultuur, een klein beetje over politiek en over alles wat er zo in Nederland gebeurt. En natuurlijk nemen we ook nog wat grammatica door.

Zum Kurs

Niederländisch B2 Nederlandse conversatie en lectuur- online
Intensiv- und Kompaktkurs
Di., 17.11.2026, 18:30 Uhr - H414-530
Am Ende dieses Kurses können Sie unter anderem die Hauptthemen in Fernseh- und Radiobeiträgen in einfacher Sprachanwendung wiedergeben, Ihre persönlichen Standpunkte in Diskussionen vertreten und kurze Texte verfassen.

Zum Kurs

Spanisch B2/C1 Una mañana de historia: civilizaciones de América Latina
Sa., 07.11.2026, 09:00 Uhr - H422-860
En esta mañana especial nos acercaremos a culturas fascinantes como la cultura mayas y la cultura azteca, explorando sus diferencias, sus formas de organización, sus creencias y su legado en la actualidad. No es una clase de historia, sino una clase de conversación sobre estas civilizaciones.

Zum Kurs

Spanisch A2/B1 Kommunikative Kompetenz im Alltag stärken
Sa., 21.11.2026, 10:15 Uhr - H422-460
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit grundlegenden Spanischkenntnissen, die ihre mündliche Kommunikationsfähigkeit im Alltag gezielt festigen und erweitern möchten.
Im Mittelpunkt stehen typische Alltagssituationen wie Einkaufen, Bestellen im Restaurant, sich beschweren, Informationen einholen oder Gespräche in Hotels, Geschäften und kulturellen Einrichtungen führen. Anhand praxisnaher Übungen und strukturierter Rollenspiele werden relevante Wortschatzbereiche sowie zentrale sprachliche Strukturen wiederholt, gefestigt und ausgebaut.

Zum Kurs

Spanisch A1.1 Wochenend-Intensivkurs
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sa., 28.11.2026, 09:00 Uhr - H422-208
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

Thailändisch A1.2 - online
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Di., 03.11.2026, 18:00 Uhr - H426-130
Dieses Kursangebot richtet sich an Personen mit geringen Vorkenntnissen, die sich Grundkenntnisse der thailändischen Sprache aneignen möchten, um sich in Thailand mit einfachen Worten zu verständigen. Die Inhalte konzentrieren sich auf das, was Sie für die Bewältigung der wichtigsten Reisesituationen benötigen. Außerdem erhalten Sie Informationen und Empfehlungen zur thailändischen Kultur und Lebensweise.

Zum Kurs

Thailändisch A1 Einstiegs- und Anfängerkurs - online
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Mi., 04.11.2026, 20:00 Uhr - H426-110
Die Kursinhalte konzentrieren sich auf das, was Sie für die Bewältigung der wichtigsten Reisesituationen benötigen. Außerdem erhalten Sie Informationen und Empfehlungen zur thailändischen Kultur und Lebensweise.

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang



Deutsch

Unsere Kurse im November

Ausbildung in Phonetik DaF/DaZ Teil 2 - online
12.11.2026, 09:30 Uhr - H44846
Warum Phonetik? "Ich habe jetzt das Gefühl, in der Phonetikfortbildung eine Art "Geheimwissen" bekommen zu haben , einen ganz neuen Schlüssel zur Sprache und Sprachvermittlung. Dafür bin ich absolut dankbar!" (DaZ-Lehrer aus dem Ruhrgebiet).
Phonetik
- besteht aus Intonation (Sprachrhythmus, Wort-/Satzakzent und Sprachmelodie) sowie Artikulation (Lautbildung von Konsonanten und Vokalen)
- beeinflusst andere Fertigkeiten im Sprachunterricht, nicht nur das (Aus)Sprechen, sondern auch Hör- und Leseverstehen (Zusammenhang Satzakzente/ Schlüsselwörter) und die Grammatik
- ist im Erstspracherwerb das erste, das ein Baby hört und imitiert
- ist ausschlaggebend bei der Jobsuche
- führt zu vielen Missverständnissen und Frustration, im Alltag und im Job
- beeinflusst Sprecher*innenwechsel und Rederecht
- wirkt sich stark auf die Wahrnehmung und Beurteilung einer Person aus
Dieser Kurs richtet sich an DaF/DaZ-Lehrkräfte in Kursen auf allen Niveaustufen, Alphabetisierungs- und Berufssprachkursen sowie Lehrkräften an Regel- und Berufschulen. Sie lernen viele Ideen und Methoden für die Umsetzung im Unterricht.

Zum Kurs

Aussprachetraining Deutsch ab B2, Teil 2
21.11.2026, 10:00 Uhr - H44614
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende auf dem Niveau B2 und höher. Teilnahme am Teil 1 ist keine Voraussetzung.
Wenn Sie im Alltagsgespräch manchmal nicht verstanden werden, ist der Grund dafür oft nicht die Grammatik, sondern die Aussprache. Reden Sie langsam und deutlich, sprechen Sie die langen Vokale wirklich lang, betonen Sie die wichtigsten Wörter, dann versteht Sie jeder.
An diesem Wochenende trainieren wir das gemeinsam und Sie lernen einige wichtige Regeln der deutschen Intonation und Aussprache.

In Teil 2 trainieren wir Einzellaute, die oft Schwierigkeiten bereiten:
- den Unterschied zwischen den hart gesprochenen Konsonanten P, T, K, F, ß (Post, Tier, Kalt, Fuß) und den weich gesprochenen Konsonanten B, D, G, W, S (Band, Dose, Gut, Wiese)
- den Unterschied zwischen SCH (Schule, Sport, Stadt) und CH (ich, acht)
- den Unterschied zwischen B (Band) und W (Wand)
- die unterschiedlichen R-Laute

Zum Kurs

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang

Grundbildung

Der Lerntreff ist umgezogen!

Aber nur **von Haus C in Haus B.**
Ab dem 20. Oktober 2026 sind wir in
Raum 113 in Haus B der vhs
Wir bleiben noch im Europaviertel.



Außer dem Raum, bleibt aber alles gleich!
Wir üben Lesen und Schreiben.
Wir wiederholen Gelerntes.
Wir sprechen miteinander.
Wir sind für Sie da:
Dienstag von 9:30 bis 12:30 Uhr
Donnerstag von 13:30 bis 16:30 Uhr
Dabei sein kostet nichts und geht ohne Anmeldung.

weitere Infos

Alle Kurse des Fachbereichs

Zurück zum Anfang

Junge vhs

Kurse im November und Dezember

Unsere nächsten vhs-Kurse für Kinder und Jugendliche
Von Jonglieren, über 10-Finger-PC-Schreiben und dem Computerführerschein bis zu Nähen und Naturwissenschaften - wir haben im November und Dezember viele spannende Kursangebote der jungen vhs im Angebot. Einfach über den Link stöbern und buchen.

Zu den Kursangeboten der jungen vhs

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