



Newsletter Oktober 2026

Liebe Freundinnen und Freunde der vhs Wiesbaden

der Herbst ist da und wir haben wieder ein buntes Kursprogramm für Sie zusammengestellt: Ob kreative Projekte, spannende Begegnungen, Bewegung und Fitness oder das Erlernen einer neuen Sprache – bei unseren Angeboten ist für unterschiedliche Interessen und Altersgruppen etwas dabei.

Freuen Sie sich unter anderem auf ein Erzählcafé mit Kathrin Tablack vom Queeren Zentrum Wiesbaden, unser buntes Halloween-Ferienprogramm und eine Halloween-Party für Kinder. Wer kreativ werden möchte, kann bei der Musikproduktion am PC eigene Sounds und Songs gestalten. Für Firmen und Organisationen bieten wir außerdem ein Businessstraining an. Bewegung kommt ebenfalls nicht zu kurz: Mit unserem Athletik- und Krafttraining gehen Sie fit in den Herbst

Auch sprachlich gibt es Neues zu entdecken: In unseren Sprachkursen Aramäisch und Deutsch können Sie Ihre Sprachkenntnisse erweitern und neue Perspektiven kennenlernen.

Viel Spaß mit den Kursen im Oktober 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](#)



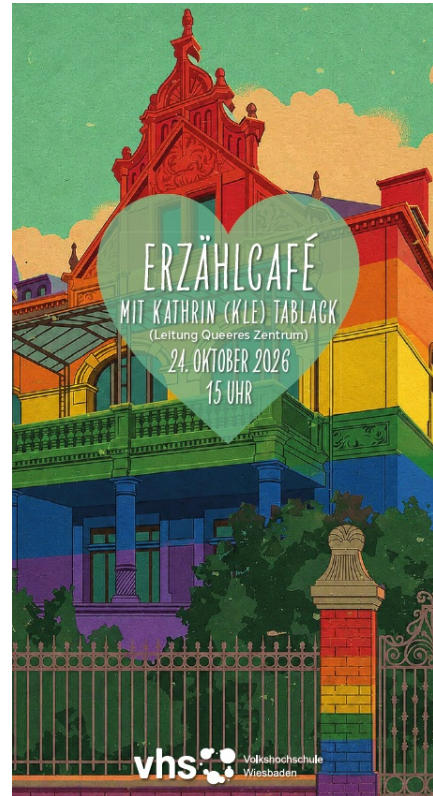
vhs Wiesbaden aktuell

Erzählcafé: Kathrin (Kle) Tablak

Sa 24.10.2026, 15:00 Uhr - H16400

Kathrin (Kle) Tablack ist Sozialarbeiterin und Kulturwissenschaftlerin und leitet das Queere Zentrum Wiesbaden seit der Entstehung im Jahr 2022. Gemeinsam mit ihrem Team bietet sie einen Ort, an dem Einzelpersonen und Gruppierungen der LSBTIQA*-Community zwanglos zusammenkommen und sich vernetzen können. Im Queeren Zentrum werden Vielfalt, Solidarität und Emanzipation gelebt. Die Angebotspalette reicht von Beratungen, einer eigenen Bibliothek, über offene Treffs hin zu den verschiedensten Veranstaltungen. Doch nicht nur queere Menschen können vom Zentrum profitieren. Die Arbeit des QZWi wirkt in die gesamte Stadtgesellschaft hinein, etwa mit Sensibilisierungsworkshops oder Kulturveranstaltungen. In einer Zeit, in der die queere Community zunehmend in Bedrängnis gerät und sich mit einem massiven Backlash konfrontiert sieht, versucht das Queere Zentrum Brücken zu bauen, um Vorbehalten und Vorurteilen entgegenzuwirken.

Zum
Kurs



Halloween in der vhs!



Freut euch auf ein abwechslungsreiches Programm am 30. Oktober in der Villa Schnitzler:

Halloween-Party für Kids, Schminken, Kürbis schnitzen, Kürbis bemalen, Basteln und Spiele am 30.10.2026 von 16 bis 19 Uhr.

Oder bucht einen unserer Ferienkurse:

- Schaurige Halloween-Masken selber basteln
- Halloween - Schauer, Schrecken, Schreiben
- Kostüme nähen - Halloween steht vor der Tür!

Genaue Infos zu Anmeldung und Ablauf bekommt ihr hier:

Halloween



Die Hexenprozesse: Warum der Hexenwahn erst nach dem Mittelalter eskalierte

Do 22.10.2026, 18:30 Uhr - H13700

Hexenverbrennungen im finsternen Mittelalter? Dieses Bild hält sich hartnäckig, doch die historische Realität sieht ganz anders aus. Die große Welle der Hexenprozesse begann nicht im Mittelalter, sondern erreichte ihren Höhepunkt erst in der Frühen Neuzeit.

Frederike Hess-Belling räumt mit bekannten Mythen rund um Hexenverfolgung, Hexenwahn und Scheiterhaufen auf: Wer wurde tatsächlich verfolgt? Warum eskalierte die Angst vor Hexerei gerade nach dem Mittelalter? Und welche Rolle spielten Kirche, Staat und Gesellschaft dabei wirklich?

Eine spannende Reise zwischen Fakten und Legenden, zwischen Aberglauben, Macht und Justiz für alle, die hinter die Klischees blicken und Geschichte neu entdecken möchten.



[Zum
Kurs](#)

Kurse im Oktober

Staat und Religion – eine (gefährliche) Liebesbeziehung?

Ist Polytheismus eine nachhaltige Lösung für einen Staat?

Fr 02.10.2026, 18:30 Uhr - H11250

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](#)

Kontrolle über meine Finanzen: Umgang mit klassischen und modernen Zahlungsinstrumenten

Fr 02.10.2026, 18:30 Uhr - H18420

Insbesondere für jüngere Menschen scheinen diese vermeintlich modernen Finanzierungsinstrumente bei Internetkäufen äußerst verlockend zu sein. Aber dahinter droht dann die latente Gefahr der Überschuldung, die in der Regel weitreichende und langwierige Konsequenzen nach sich zieht. Thomas Schnipp erläutert die Funktionsweise dieser Finanzierungsmodelle und beleuchtet kritische Aspekte und Risiken. Ziel ist es, die Teilnehmer für den Umgang mit diesen Instrumenten zu sensibilisieren, um nicht Gefahr zu laufen, die Kontrolle über ihre privaten Finanzen zu verlieren.

Zum
Kurs

Der Wolf und die Deutschen: Konflikt oder Koexistenz? - Online

Mo 05.10.2026, 19:30 Uhr - H11418

Große, langlebige Beutegreifer wie der Wolf werden bewundert und sind zugleich verfeindet. Als Leit- und Schirmarten fördern sie den Naturschutzgedanken, als Arten im Zentrum von Konflikten mit zahlreichen Interessensgruppen werden sie verfolgt und getötet.

Kann der Wolf also in unserer Welt überleben? Ja, das geht im Prinzip, wie Mensch-Wildtier-Konflikte mit anderen Raubtieren zeigen. Allerdings setzt das voraus, dass Betroffene gehört und Politik, Naturschutz und Wissenschaft aufeinander zugehen. Heribert Höfer zeigt, wie das aussehen könnte, welche Voraussetzungen es dafür braucht und was der gegenwärtige Stand ist.

Zum
Kurs

Technik und Gesellschaft: Wie Bürgerbeteiligung Konflikte lösen kann - Online

Di 06.10.2026, 19:30 Uhr - H11403

Politikverdrossenheit, St.-Florian-Prinzip, Besitzstandswahrung und Anspruchsmentalität – diese Schlagworte kennzeichnen die aktuelle Situation hinsichtlich der Akzeptanz neuer Technologien, Infrastrukturvorhaben oder öffentlicher Planungen. Proteste gegen Technologien und technische Einrichtungen sind durch vielfältige Faktoren begründet. Ortwin Renn beschreibt auf der Basis empirischer Daten (insbesondere des TechnikRadars) die grundlegenden Einstellungen der Deutschen zu Technik und wie sich diese wandeln.

Zum
Kurs

Kohlendioxid als Rohstoff: Wie schließen wir den Kreislauf? - Online

Di 13.10.2026, 19:30 Uhr - H11405

Erdöl und Erdgas dienen seit Jahrzehnten und bis heute in großem Maße weltweit als Energieträger und Rohstoffe für die chemische Industrie, und bleiben zentral für Energiesicherheit und wirtschaftliche Stabilität. Trotz des steigenden Angebots an alternativer Energie vieler Bereiche können wir nicht auf chemische Energieträger verzichten. Claus Daniel fragt: Wie können wir dennoch langfristig unsere Rohstoffbasis diversifizieren und technologische Führungsfähigkeit sichern?

Zum
Kurs

Workshop: KI-Tools ausprobieren und gemeinsam diskutieren

Di 13.10.2026, 17:00 Uhr - H15860V

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

Die Abschottung der Welt: Als Juden vor verschlossenen Grenzen standen. 1933–1945 - Online

So 18.10.2026, 19:30 Uhr - H11406

In Deutschland drangsaliert und verfolgt, versuchten viele Juden verzweifelt, sich ins Ausland zu retten. Doch potenzielle Zufluchtsstaaten schlossen ihre Grenzen und schotteten sich mit jeder weiteren deutschen Expansion stärker ab. Die Nazis höhnten, niemand wolle die Juden haben. Weil Flüchtlingen eine reguläre Einreise verwehrt blieb, bestiegen sie seeuntüchtige Boote, bezahlten Fluchthelfer und gingen illegale Wege, um sich in Sicherheit zu bringen.

Zum
Kurs

Wem gehört die Welt? Privates Eigentum und Gemeinwohl in einer ungleichen Welt

Mo 19.10.2026, 18:00 Uhr - H11730

Das Anhäufen von privatem Vermögen bei gleichzeitiger Zunahme von Armut stellt die Welt, aber auch einzelne Länder, vor einer Legitimationsrechtfertigung der Wirtschaftsverfassung. Wem gehören die Rohstoffe? Wer profitiert an der Wertschöpfung durch deren Verarbeitung? Wem gehört das Wohneigentum - teilweise leerstehend bei gleichzeitiger Wohnraumknappheit? Jürgen Drieschmanns diskutiert und bewertet relevante Ideen, wie die der Allmende.

Zum
Kurs

Betrugsprävention – Erkennen Sie den Betrüger!

Di 20.10.2026, 18:00 Uhr - H18200

Millionen Menschen werden allein in Deutschland jedes Jahr Opfer von Betrügern. Dabei gibt es ein paar einfache Methoden, sich nicht betrügen zu lassen. Mit ein paar einfachen Regeln kann man sich auch online sicher bewegen. Michael Döring zeigt Ihnen, wie Sie es vermeiden, dass man sie online betrügt. Sie werden für die üblichen Maschen der Betrüger sensibilisiert und nach dem Kurs angstfrei das Internet nutzen können.

Zum
Kurs

Eine große Anschaffung steht bevor - Finanzierung durch Kredit

Mi 21.10.2026, 18:30 Uhr - H18425

Für die meisten Menschen stehen irgendwann im Leben Anschaffungen im größeren Umfang an, sei es der Kauf eines Fahrzeugs oder der Erwerb von Immobilieneigentum. Dabei ist eine Kreditfinanzierung bei einer Bank oftmals das Mittel der Wahl. Der Abschluss eines Kreditvertrages bringt für den Schuldner strenge Verpflichtungen mit sich, über deren Umfang und Konsequenzen er sich vorab im Klaren sein sollte. Thomas Schnipp vermittelt einen Überblick über die Grundlagen des Kreditvertrages und erläutert die unterschiedlichen Kreditprodukte, die für Privatkunden angeboten werden.

Zum
Kurs

Schaffen bis zum Umfallen? Ist das Rentensystem in Deutschland zukunftsfähig?

Do 22.10.2026, 18:00 Uhr - H18555

„Die Rente ist sicher!“. Dieser Satz des früheren Bundesarbeitsministers Norbert Blüm ist wahrscheinlich eine der politischen Aussage, über die in den letzten Jahrzehnten am meisten gestritten wurde. Immer weniger Beitragszahler finanzieren immer mehr Rentnerinnen und Rentner. Die Lebenserwartung steigt, die Geburtenrate sinkt – und die Frage, ob die Rente noch sicher ist, beschäftigt längst nicht mehr nur die ältere Generation. Björn Beckmann erläutert, wie es um das Rentensystem in Deutschland steht, wie es funktioniert und vor welchen Herausforderungen wir in den nächsten Jahren stehen.

Zum
Kurs

Immobilienverkauf 4.0 So verkaufen Sie zum Höchstpreis!

Do 22.10.2026, 16:00 Uhr - H18700

Lange stiegen die Immobilienpreise, nun haben sich wesentliche Marktparameter verändert! Wie stellen Sie trotzdem sicher, dass Sie einen marktgerechten Verkaufspreis - oder sogar mehr - bekommen? Verkaufsprofi Marcel André Schröder vermittelt, wie Sie auch als Privatverkäufer mit einem durchdachten und praxiserprobten Ablauf das bestmögliche Ergebnis erzielen, wie Sie Fallen umgehen und immer Herr*in der Lage sind. Ihr Dozent ist langjähriger, zertifizierter Immobilienmakler und Beratungssachverständiger.

Zum
Kurs

Strategische Lage Arktis - die Geschichte eines strategischen Dilemmas

Fr 23.10.2026, 18:30 Uhr - H11500

Bereits 1916 zeigte sich in der Sakerragschlacht wie wichtig die Arktis in der strategischen Lage war. Ilya Zarrouk zeigt, dass die Arktis heute, mehr denn je, eine neue globale Krisenregion im Kampf um Ressourcen werden kann.

Zum
Kurs

Leibniz: Mensch und Bild. Der Kurs zum Film

Fr 23.10.2026, 18:30 Uhr - H14700

Gottfried Wilhelm Leibniz (1646-1716) hat sich (neben unendlich vielem anderen) darüber Gedanken gemacht, was der Mensch ist und was die Welt, in der er lebt. Jeder Mensch ist ein Individuum. Ein Mensch hat eine ganz individuelle Perspektive auf die Welt, in der er lebt; jeder Mensch sieht deswegen die Welt als ein anderes Bild - und dazu gehören auch andere Menschen. Im Kurs von Dr. Matthias Vollet lesen Sie Ausschnitte der Werke von Leibniz (Metaphysische Abhandlung; Monadologie) und sehen sich gemeinsam den neuen Film von Edgar Reitz an.

Zum
Kurs

Fermentieren - denn sauer macht lustig!

Sa 24.10.2026, 14:00 Uhr - H12502

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. Kursleiterin und Lebensmittelretterin Talley Hoban bringt außerdem bereits fermentierte Lebensmittel zum Kosten mit.

Zum
Kurs

Versunkene Welten: Ruinenstädte in der Antike von Troja bis Pompeji -Online

So 25.10.2026, 19:30 Uhr - H11407

Heutzutage spazieren Millionen von Besuchern durch antike Ruinenstädte. Voll Bewunderung studieren wir die verfallenen Gebäude und Monumente und stellen uns vor, wie der Alltag der Menschen damals ausgesehen haben mag. Nostalgie und romantische Wehmut angesichts des Untergangs der alten Kulturen sind jedoch moderne Phänomene.

Martin Zimmermann zeigt in diesem Vortrag, wie die Menschen in der Antike selbst auf bedeutende Stätten wie Troja, Mykene, Ninive und Pompeji geblickt haben. Er lehrt Alte Geschichte an der Ludwig-Maximilians-Universität München.

Zum
Kurs

Karl Marx und Habermas. Ideen von Freiheit und Fortschritt

Mo 26.10.2026, 19:00 Uhr - H14450

Befreit Marx das Denken und Handeln aus dem Gefängnis von Herrschaft und Vorurteilen oder begründet er neue und schlimmere? Zwischen diesen Extremen schwankt sein Bild in der Geschichte. Jürgen Striebinger und Dr. Bernhard Schubert werfen einen Blick auf seine frühen Schriften und diskutieren mit Ihnen einen marxkritischen Text von Habermas.

Zum
Kurs

Treffpunkt Philosophie - Heuristik

Di 27.10.2026, 19:00 Uhr - H14410

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. Alle Termine sind unter den angegebenen Kursnummern einzeln buchbar.

Zum
Kurs

Regional trifft digital: Historische Spurensuche in Wiesbaden und der Region

Di 27.10.2026, 17:00 Uhr - H15810V

Die Geschichte der eigenen Familie, des lokalen Umfelds oder unserer Region – die Suche nach Spuren in der Vergangenheit ist ein aufregendes Thema. Am Anfang der geschichtlichen Spurensuche steht neben der Literaturrecherche auch das gezielte Aufspüren und Einordnen historischer Quellen, die vergangene Zeiten greifbar machen. An konkreten Suchbeispielen finden Sie heraus, wie Sie den Bibliothekskatalog und einschlägige Datenbanken am besten für Ihre Fragestellungen nutzen. Sie erfahren, welche digitalen Suchmöglichkeiten es bei uns für Themen aus Wiesbaden, Rheingau, Taunus etc. gibt und wie man effizient im „deep web“ nach digitalisierten historischen Bildern, Karten und gedruckten Quellen sucht.

[Zum
Kurs](#)

Künstliche Intelligenz und Bildung – Lernen mit und lernen trotz KI -Online

Mi 28.10.2026, 19:30 Uhr - H11408

Künstliche Intelligenz wird zunehmend Teil von Alltag, Arbeitswelt und Schule. KI kann uns bei komplexen Aufgaben unterstützen, von Routinetätigkeiten entlasten und Lernprozesse gezielt begleiten. Gleichzeitig birgt eine Überdelegation kognitiver Aufgaben an KI das Risiko, dass wesentliche Kompetenzen verloren gehen oder gar nicht erst erworben werden.

Ute Schmid zeigt auf, wie KI-Systeme und deren Nutzung gestaltet werden können, um Kompetenzverlust entgegenzuwirken.

[Zum
Kurs](#)

Pflegebrücke: Abschied und Ankommen - der Weg ins Seniorenheim

Mi 28.10.2026, 18:30 Uhr - H15001

Es geht nicht mehr allein zu Hause. Der alte Mensch kann nicht mehr allein in der eigenen Wohnung leben, der Umzug in das Seniorenheim steht an. Leider ist der oft nicht gut vorbereitet, neben dem schwierigen Abschied vom eigenen Wohnumfeld muss kurzfristig viel Verwaltungsarbeit erledigt werden. Dieser Abend mit Günther Henss und Bernd Janocha soll die nötigen administrativen und rechtlichen Kenntnisse dazu vermitteln und auch die Belastungen für Betroffene und Angehörige ansprechen.

[Zum
Kurs](#)

[Alle Kurse des
Fachbereichs](#)

[Zurück zum Anfang](#)



Kultur und Kreativität

Musikproduktion am PC - Einblicke in Ableton - Online

Sa 24.10.2026, 10:30 Uhr - H24500

Dieser Kurs unter der Leitung von Alexander Leindecker gibt direkte Einblicke in Workflow, Kompositionen, Sounddesign und Arrangements eines professionellen Musikproduzenten. Kein Equipment, keine teuren Geräte. Der selbstständige Musikproduzent kreiert Songs in vielerlei Genres und fokussiert sich dabei auf universelle Methoden, die Inspiration für jede Richtung bieten. Der Kurs soll Einsteigern und Interessierten einen ganzheitlichen Überblick verschaffen, wie ein Song am PC entsteht. Im Kurs werden Methoden und Arbeitsweisen im Umgang mit Ableton gezeigt, ohne die Nutzung zusätzlicher Geräte oder Instrumente. Jeder Klang kann zu Musik geformt werden. Die Zahl digitaler Tools und Möglichkeiten innerhalb von Softwares für Musikproduktion sind zahlreich - umso mehr Fokus liegt bei diesem Kurs darauf, die Perspektive zu schärfen für das, was persönliche Bedürfnisse im Einzelnen widerspiegelt. Der Kursleiter legt Wert auf bedarfsorientiertes Arbeiten und gibt Methoden an die Hand, um sich voll und ganz auf das zu fokussieren, was individuellen Mehrwert bietet.



[Zum
Kurs](#)

Kurse im Oktober

Ab in die Werkstatt: Upcycling mit der Direktorin! Sachen auf-Möbeln

Fr 09.10.2026, 15:00 Uhr - H22325

Alte vergessene Schätze und vernachlässigte Fundstücke stehen in diesem Workshop unter der Leitung von Dr. Stephanie Dreyfürst im Vordergrund: Aufhübschen und reparieren statt einfach wegwerfen heißt hier die Devise! Die Direktorin der vhs Wiesbaden, selbst gelernte Schreinerin, unterstützt Sie beim Verschönern und Reparieren von Dachbodenfunden, damit alte Sachen zu zukünftigen Lieblingsstücken werden.

[Zum
Kurs](#)

Halloween - Schauer, Schrecken, Schreiben. Gruselgeschichten schreiben ab 14 Jahren

Fr 09.10.2026, 09:00 Uhr - H20347

Wie erlebt ein Kürbis Halloween? Wann schmeckt das Leben süß, wann sauer? Mit dem Stift in der Hand machen wir uns auf die Suche nach Antworten auf all diese Fragen und lassen dabei unserer Kreativität freien Lauf. Inspiration finden wir über unsere Sinne, verschiedene Materialien und Musik. So nähern wir uns sprachlich und spielerisch unter der Leitung von Vanessa Renner der Halloweenthematik an.

[Zum
Kurs](#)

Freude am Malen - Die Kopie als Einstieg in die klassische Ölmalerei

Wochenendkurs: Anfänger und Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Sa 10.10.2026, 10:00 Uhr - H21525

Obwohl die meisten Kunstwerke Ölbilder sind, lässt sich der Einstieg auch über andere Techniken finden: z. B. mit Acryl und Deckfarben oder mit zeichnerischen Mitteln wie Bleistift und Kohle. Der Schwerpunkt des Kurses unter der Leitung von Michael Schubert liegt jedoch auf dem Malen mit Ölfarben. Daneben sind weitere Kursschwerpunkte: Die Auswahl der Farben, Farbmischungen, die Komposition und der Bildaufbau.

[Zum
Kurs](#)

Messerbau - Workshop

Sa 10.10.2026, 10:00 Uhr - H22066

In dem Kurs unter der Leitung von Michel Bombardier stellen wir ein Jagd- oder Freizeitmesser her, welches jeder selbst unter Anleitung gestalten kann. Zur Verfügung stehen Messerklingen, vorwiegend aus Skandinavien. Die Klingen sind unterschiedlich in Form und Größe und stehen frei zur Auswahl.

[Zum
Kurs](#)

Textiles Gestalten - Kreatives Sticken "Embroidery" für Anfänger und Stickerfahrene

Sa 10.10.2026, 14:00 Uhr - H22229

Das Ziel dieses Kurses 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. Es geht um freies und kreatives Sticken und Gestalten als eine andere Form der Illustration und Zeichnung.

[Zum
Kurs](#)

Wer ist fremder, ihr oder ich? Die Aktualität von Ilse Aichingers Sprachskepsis (1921 – 2016)

Mo 12.10.2026, 18:00 Uhr - H20136

Ilse Aichinger wuchs als Tochter der jüdischen Ärztin Berta Aichinger in Linz und Wien auf. Die Verwandten ihrer Mutter wurden von den Nazi-Deutschen ermordet. Als Schriftstellerin bekannt wurde sie 1948 mit dem Roman „Die größere Hoffnung“, der ihren Ruf als eine der großen Autorinnen der literarischen Moderne begründete. Texte werden im Seminar unter der Leitung von Hartmut Boger zur Verfügung gestellt, gemeinsam gelesen und dialogisch interpretiert.

[Zum
Kurs](#)

Das Ende der Antike und der Weg ins Mittelalter

Do 15.10.2026, 19:00 Uhr - H20540

Für das Ende der Antike gibt es mehrere Datierungsvorschläge. Fakt ist: nach dem Untergang des Römischen Reichs erfolgte eine komplette Neuordnung Europas, die Völkerwanderung fand ihren Abschluss und germanische Stämme begründeten in West- und Mitteleuropa neue Machtzentren. Der Vortrag unter der Leitung von Mario Becker fasst diesen hochinteressanten Abschnitt der europäischen Geschichte zusammen, erläutert archäologische und schriftliche Quellen und zeigt am Ende den Stand der Wissenschaft.

[Zum
Kurs](#)

Kostüme nähen - Halloween steht vor der Tür! Für Erwachsene, Jugendliche und Kinder ab 12 Jahren

Fr 16.10.2026, 16:30 Uhr - H22270

... Aber auch die närrische Saison und Weihnachtszeit sind nicht mehr fern. Wer möchte, kann in diesem Kurs unter der Leitung von Anja van der Horst sein eigenes, einfaches Kostüm oder eines von Kindern und Bekannten nähen.

[Zum
Kurs](#)

Die Kunst, einen Roman zu schreiben: Schreibblockaden

Warum kommt es dazu? Was kann man dagegen unternehmen?

Sa 17.10.2026, 14:30 Uhr - H20330

An einem Nachmittag unter der Leitung von Dr. Maria Regina Kaiser soll das Problem diskutiert werden und es werden Strategien dagegen vorgestellt. Abschließend findet eine praktische Übung für die Teilnehmer und Teilnehmerinnen statt.

[Zum
Kurs](#)

Szenisches Spiel - Theater-Workshop für Anfänger und Fortgeschrittene

Sa 17.10.2026, 10:00 Uhr - H20930

Lust auf Theater? Tauchen Sie ein in die Welt des szenischen Spiels! In diesem Wochenend-Workshop unter der Leitung von Katrin Brettschneider erhalten Sie einen spielerischen Einstieg ins Schauspiel und erleben, wie Körperausdruck, Stimme und Präsenz zusammenwirken, um Szenen lebendig werden zu lassen.

[Zum
Kurs](#)

Fotografie - Gestaltung und Technik I - Weekend-Workshop (Anfänger und Fortgeschrittene)

Sa 17.10.2026, 10:00 Uhr - H25020

Ziel dieses Kurses unter der Leitung von Michael Schultes ist es, 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. Der Kurs ist für analoge und digitale Fotografie gemeinsam.

[Zum
Kurs](#)

"Farben der Seele" - Intuitives Malen und Zeichnen

Sa 17.10.2026, 11:00 Uhr - H21187

In diesem Kurs unter der Leitung von Birgit Knappe begeben wir uns auf eine kleine Reise in unser Inneres. Mit dem Medium Malen, geben wir unseren inneren Stimmen und Stimmungen bildhaften Ausdruck.

[Zum
Kurs](#)

Faszination Impressionismus - Malen wie die Meister für Anfänger und Fortgeschrittene

Sa 17.10.2026, 10:00 Uhr - H21587

In diesem Kurs unter der Leitung von Cecilia van Zyl-Knab erkunden wir die Gemälde von Künstlern wie Monet, Van Gogh, Bonnard, Matisse, Derain und De Vlaminck. Wir betrachten die Grundlagen der Farbenlehre und lernen Schritt für Schritt die Techniken und einzigartigen Qualitäten dieser Meister kennen.

[Zum
Kurs](#)

Perlenschmuck - Ketten, Ohrringe, Armbänder - selbst gemacht

Sa 17.10.2026, 10:30 Uhr - H22085

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](#)

Schreibblockaden lösen – let it flow.. - Online-Workshop

Sa 17.10.2026, 10:00 Uhr - H20365

Dieses Seminar unter der Leitung von Ulrike Krauth richtet sich an Autorinnen und Autoren, die akute, wiederkehrende oder langanhaltende Schreibblockaden überwinden möchten. Im Mittelpunkt stehen praktische Techniken zur Reaktivierung kreativer Energie auf kognitiver, emotionaler und körperlicher Ebene. Durch gezielte Übungen wird die Spontanität gefördert und der Fokus vom planenden Denken auf das konkrete Schreiben verlagert.

[Zum
Kurs](#)

Blaudruck - Schönes mit Cyanotypie für Anfänger und Teilnehmende mit Vorkenntnissen

So 18.10.2026, 14:00 Uhr - H22227

In diesem Kurs unter der Leitung von Katrin Wolff erlernt man die Techniken der Cyanotypie, auch als Eisenblaudruck bekannt, ein altes fotografisches Edeldruckverfahren mit blauen Farbtönen. Legt man nun getrocknete Gräser, Blumen, Negative, Zeichnungen usw. auf das mit der Emulsion behandelte Papier oder Stoff, legt es in die Sonne oder unter die UV-Lampe, werden diese belichtet und man erhält ein „Foto“-Bild.

[Zum
Kurs](#)

Trommeln für Anfänger:innen

Mo 19.10.2026, 18:00 Uhr - H24334

Rhythmen aus Afrika, der Karibik oder Brasilien bauen Brücken zwischen Kulturen und schaffen ohne große Worte ein Gemeinschaftsgefühl. In den Kursen unter der Leitung von Holger Wittkowski erlernen wir Spieltechniken verschiedener Percussioninstrumente, wie z.B. die afrikanische Djembe, Congas, Bongos, Basstrommeln (Surdos) und Kleinpercussion (Agogô, Ganza, Caxixí etc.).

[Zum
Kurs](#)

Trommeln für Fortgeschrittene - Zusatzkurs

Mo 19.10.2026, 20:00 Uhr - H24336Z

Rhythmen aus Afrika, der Karibik oder Brasilien bauen Brücken zwischen Kulturen und schaffen ohne große Worte ein Gemeinschaftsgefühl. In den Kursen unter der Leitung von Holger Wittkowski erlernen wir Spieltechniken verschiedener Percussioninstrumente, wie z.B. die afrikanische Djembe, Congas, Bongos, Basstrommeln (Surdos) und Kleinpercussion (Agogô, Ganza, Caxixí etc.).

[Zum
Kurs](#)

Trommeln für Fortgeschrittene

Mo 19.10.2026, 19:00 Uhr - H24336

Rhythmen aus Afrika, der Karibik oder Brasilien bauen Brücken zwischen Kulturen und schaffen ohne große Worte ein Gemeinschaftsgefühl. In den Kursen unter der Leitung von Holger Wittkowski erlernen wir Spieltechniken verschiedener Percussioninstrumente, wie z.B. die afrikanische Djembe, Congas, Bongos, Basstrommeln (Surdos) und Kleinpercussion (Agogô, Ganza, Caxixí etc.).

[Zum
Kurs](#)

Figur und freie Form - Gestalten in Ton (mit Hohlaufbautechnik)

Mo 19.10.2026, 18:45 Uhr - H23110

In diesem Kurs unter der Leitung von Birgit Knappe liegt der Schwerpunkt auf der menschlichen Figur (sitzend, stehend, liegend nach gemeinsamer Absprache). Eigene Ideen und Entwürfe können im Kurs umgesetzt werden. Die Teilnehmenden entwickeln ein Gespür für Proportionen, sie werden geschult im Formgefühl und bewusstem Sehen.

[Zum
Kurs](#)

Manga & Comic - Zeichnen mit viel Phantasie für Anfänger und Fortgeschrittene ab 14 Jahren

Di 20.10.2026, 17:00 Uhr - H21281

In diesem Kurs unter der Leitung von Marion Thomas lernen wir zunächst durch Betrachten und Kopieren von Bildern berühmter Manga-Zeichnerinnen und -zeichner. Wir studieren Proportionen des menschlichen Körpers. Sie bilden die Grundlage für das Zeichnen von Manga-Figuren.

[Zum
Kurs](#)

Individuelle Schmuckgestaltung: Alte Schätze in neuem Glanz!

Ketten, Armbänder, Ohrringe mit unterschiedlichen Materialien

Di 20.10.2026, 18:30 Uhr - H22080

In diesem Kurs unter der Leitung von Andrea Trautwein gestalten Sie aus alten oder neuen Schmuckstücken, gesammelten Fundobjekten und Materialien individuelle Unikate. Sie lernen grundlegende Techniken der Schmuckgestaltung kennen. Dadurch eröffnen sich vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten für Ihr eigenes Schmuckprojekt.

[Zum
Kurs](#)

Acrylmalerei - Einstieg und Perspektiven

Di 20.10.2026, 14:00 Uhr - H21560

Acrylfarben bieten eine Vielfalt kreativer Einsatzmöglichkeiten. Beispiele aus der Kunstgeschichte und der Gegenwart geben Impulse zum eigenen Bild. Eine spielerische Umsetzung durch diese Malvorlagen erfolgt ganz individuell unter der Leitung von Marion Thomas.

[Zum
Kurs](#)

Bluesharp - Grundkurs 2 - Diatonische Mundharmonika für Wiedereinsteiger

Mi 21.10.2026, 18:30 Uhr - H24394

Sie haben die ersten sauberen Einzeltöne gemeistert, wissen wie und wo man ein C spielt und haben schon ein paar einfache Melodien ausprobiert. Dann sind Sie jetzt reif für den nächsten Schritt! Rhythmus, bluesige Töne und das geheimnisvolle "Bending" sowie einfache Songs sind Inhalt des Workshops unter der Leitung von Linda Krieg.

[Zum
Kurs](#)

Malen und Zeichnen - Anfänger und Fortgeschrittene

Mi 21.10.2026, 17:30 Uhr - H21193

"Der erste Schritt ist der schwierigste!" In diesem Kurs unter der Leitung von Ishkhan Nazaryan sollen das Selbstvertrauen gestärkt, das richtige Sehen geschult und ein harmonisches Farbempfinden trainiert werden.

[Zum
Kurs](#)

Liedbegleitung mit Gitarre für Anfänger für Erwachsene und Junggebliebene

Mi 21.10.2026, 18:00 Uhr - H24300

In diesem Kurs unter der Leitung von Jürgen Hölzer lernen Sie die ersten Schritte zur eigenen Liedbegleitung. Wie finde ich die richtigen Akkorde und Begleittechniken auf der Gitarre?

[Zum
Kurs](#)

Liedbegleitung mit Gitarre 2 - für Anfänger mit Vorkenntnissen (Kleingruppe)

Mi 21.10.2026, 19:45 Uhr - H24310

Gitarrespielen ohne Noten lernen Sie unter der Leitung von Jürgen Hölzer. Freie Liedbegleitung für „fortgeschrittene“ Anfänger (ab 16 Jahre). Für alle, die schon einige Akkorde spielen können, aber noch etwas mehr Input brauchen.

[Zum
Kurs](#)

Freies Malen & Zeichnen in verschiedenen Techniken für Anfänger und Fortgeschrittene

Do 22.10.2026, 19:15 Uhr - H21586

In diesem Kurs unter der Leitung von Rima Lahdo können kreative Menschen mit Leidenschaft für Kunst ihren eigenen Stil entdecken und ein individuelles Kunstwerk erschaffen. Als abstrakte Malerei, Mixed Media, Stillleben, Porträt oder Landschaften – du entscheidest.

[Zum
Kurs](#)

Figürliches Gestalten in Ton: Bildhauerisches Gestalten

Do 22.10.2026, 18:45 Uhr - H23100

Schwerpunkte: Menschliche Figur und Figuration, die Umsetzung eigener Ideen und Entwürfe. Gespür für Proportionen entwickeln, Formgefühl und bewusstes Sehen schulen. Technische Hilfen und komplizierte Techniken werden in diesem Kurs unter der Leitung von Isanna von Perbandt erläutert und erlernt.

[Zum
Kurs](#)

Steinbildhauerei - Anfänger und Fortgeschrittene

Fr 23.10.2026, 16:00 Uhr - H23160

Die Teilnehmer erstellen in diesem Kurs unter der Leitung von Ishkhan Nazaryan eine Steinskulptur. Dabei erhalten sie Hilfestellung bei der Material- und Motivauswahl und erlangen Kenntnisse über die Werkzeuge und deren Handhabung.

[Zum
Kurs](#)

Art-Journaling - Das kreative Reflexions- und Visionsbuch - Workshop für Anfänger und Fortgeschrittene

Sa 24.10.2026, 10:00 Uhr - H21605

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](#)

Aktmalen und -zeichnen für Anfänger, Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger

Sa 24.10.2026, 10:00 Uhr - H21221

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.

[Zum
Kurs](#)

Goldschmiedekurs - Wachsm Modellage: Schmuck aus Wachsm modellen herstellen

Sa 24.10.2026, 10:30 Uhr - H22088

In diesem 2-teiligen Kurs unter der Leitung von Claudia Gajda können Sie eine einfache, traditionelle Goldschmiedetechnik erlernen. Aus einem speziellen Schmuckwachs, fertigen Sie Ringe, Anhänger oder Ohrhinge an. Diese werden anschließend von einer Gießerei in Silber oder Gold ausgegossen.

[Zum
Kurs](#)

Buchbinden - Wochenendseminar für bisherige Teilnehmer und Einsteiger

Sa 24.10.2026, 09:00 Uhr - H22112

Vermittelt wird unter der Leitung des Buchbindermeisters Erwin Haßdenteufel ein Einstieg in das handwerkliche Buchbinden mit kleiner Materialkunde. Sie lernen verschiedene Heft- und Bindetechniken, das Herstellen von Bucheinbänden in verschiedenen Materialien wie Papier, Gewebe bis einfache Ledereinbände.

[Zum
Kurs](#)

Steinbildhauerei - Anfänger und Fortgeschrittene

Sa 24.10.2026, 10:00 Uhr - H23170

Die Teilnehmer erstellen in diesem Kurs unter der Leitung von Ishkhan Nazaryan eine Steinskulptur. Dabei erhalten sie Hilfestellung bei der Material- und Motivauswahl und erlangen Kenntnisse über die Werkzeuge und deren Handhabung

[Zum
Kurs](#)

Klassische Stimmbildung - Kleingruppe

Sa 24.10.2026, 10:30 Uhr - H24180

Dieser Kurs unter der Leitung von Katrin Reinwald ist an alle gerichtet, die gerne singen lernen oder sich stimmlich verbessern möchten. Mit viel Spaß und guter Laune widmen wir uns der Verbesserung Ihrer Töne! Auf Ihr Können abgestimmte Übungen und Lieder tragen dazu bei.

[Zum
Kurs](#)

Herbstzeit - Teezeit. Von A wie Apfel bis Z wie Zimt - Seminar mit Verkostung

Sa 24.10.2026, 15:30 Uhr - H27510

Gerade die Herbstzeit eignet sich hervorragend, um es sich mit einer guten Tasse Tee gemütlich zu machen. Finden Sie an diesem Tag unter der Leitung von Belinda Schröder heraus, welcher Teetyp Sie sind und verkosten Sie aus jeder Sparte einen Tee: Kräuter-, Früchtetee-, Rooibos, (aromatisierten) schwarzen, grünen und weißen Tee.

[Zum
Kurs](#)

Auf englischen Spuren in Wiesbaden – Führung

Sa 24.10.2026, 14:00 Uhr - H28639R

Im 19. Jahrhundert waren es die Engländer, die in Wiesbaden die größte ausländische Gruppe unter den Kurgästen und den Einwohnern der Stadt bildeten. Sie hinterließen spektakuläre Spuren, denen wir unter der Leitung von Brigitta Kunte nachgehen und dabei Fragen klären wie „Haben die Engländer etwa Fußball auf dem Bowling Green gespielt“?

[Zum
Kurs](#)

Malen & Zeichnen, Pastell & Cold Wax u.a. für Anfänger und Fortgeschrittene

So 25.10.2026, 10:00 Uhr - H21644

Um unsere kreative Energie aufzuladen starten wir unter der Leitung von Rima Lahdo mit einem besonderen eintägigen Kunst-Workshop, in dem wir unserer Kreativität mit Mixed Media und Collage freien Lauf lassen! Wir arbeiten mit spannenden Techniken wie Gel Plate Printing, einfachen Druckmethoden und kreativen Collage-Elementen – und gestalten dabei ein abstraktes oder ausdrücken Kunstwerk ganz nach deinem Stil.

[Zum
Kurs](#)

Aquarellmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Mo 26.10.2026, 15:15 Uhr - H21367

In diesem Kurs unter der Leitung von Ute Pohl erlernen Sie grundlegende Techniken wie Nass-in-Nass, Lasuren und Lavuren und erfahren, wie Sie mit kleinen Tricks besondere Effekte erzielen. Darüber hinaus beschäftigen wir uns mit Farbenlehre, dem Aufbau eines stimmigen Bildes sowie den wichtigsten Grundlagen zu Farben, Pinseln und Papieren.

[Zum
Kurs](#)

Aquarellmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Mi 28.10.2026, 18:30 Uhr - H21368

In diesem Kurs unter der Leitung von Ute Pohl erlernen Sie grundlegende Techniken wie Nass-in-Nass, Lasuren und Lavuren und erfahren, wie Sie mit kleinen Tricks besondere Effekte erzielen. Darüber hinaus beschäftigen wir uns mit Farbenlehre, dem Aufbau eines stimmigen Bildes sowie den wichtigsten Grundlagen zu Farben, Pinseln und Papieren.

[Zum
Kurs](#)

Freude am Malen - Acryl, Aquarell, Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

Fr 30.10.2026, 10:00 Uhr - H21582

An diesen Vormittagen liegt der Schwerpunkt auf dem spielerischen Umgang mit Farben, Stiften und Pinseln. Unter fachlicher Anleitung von Ulrike Schmidt entwickeln Sie ganz entspannt Ihr eigenes Werk.

[Zum
Kurs](#)

Besuch bei Henkell Freixenet - "Experience Tour"

Fr 30.10.2026, 16:00 Uhr - H27430R

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](#)

[Alle Kurse des
Fachbereichs](#)

[Zurück zum Anfang](#)



Arbeit und Beruf

Businessstraining für Firmen und Organisationen

Planen Sie aktuell die Weiterbildung für ein Team oder möchten Qualifizierungsmaßnahmen gezielt an aktuelle Anforderungen im Unternehmen anpassen? Wir unterstützen Sie mit passgenauen Business-Trainings – Inhouse bei Ihnen, in unseren Räumen oder als Online-Weiterbildung. Ob Projektmanagement, Kommunikation, Leadership, IT-Kompetenzen, Künstliche Intelligenz, Persönlichkeits- und Teamentwicklung und viele weitere Themen – wir konzipieren individuelle Formate für Sie.

Dabei begleiten wir Sie von der ersten Beratung und Bedarfsklärung über die Konzeption bis zur Durchführung und abschließenden Evaluation. Erfahrene Trainer:innen aus der Wirtschaft sorgen für die professionelle Durchführung und einen nachhaltigen Lernerfolg.



[Zur unverbindlichen Beratung](#)

Kurse im Oktober

Fit in den Ruhestand - Der Aufbruch, von dem niemand spricht

Ab 16.10.2026, 17:30-20:30 Uhr - H56020

Die letzten Berufsjahre bieten Raum für neue Perspektiven und persönliche Entwicklung. Dieses Seminar unterstützt Sie dabei, innezuhalten, Bilanz zu ziehen und die Übergangsphase bewusst zu gestalten.

Zum
Kurs

Smalltalk & Körpersprache

17.10.2026, 10:00-17:00 Uhr - H56012

Kennen Sie die Situation, nach einer Veranstaltung ins Gespräch kommen zu wollen, aber nicht den richtigen Einstieg zu finden? Dieses Seminar zeigt Ihnen, wie Sie mit Smalltalk, bewusster Körpersprache und passenden Themen souverän auftreten. Praxisnahe Übungen helfen Ihnen, authentisch, sympathisch und kompetent zu wirken.

Zum
Kurs

Schwarze Rhetorik: Die Macht der Sprache in Beruf, Partnerschaft, Gesellschaft

Ab 19.10.2026, 09:00-16:00 Uhr - H56007BU

Sprache schafft Vertrauen, beeinflusst Entscheidungen und prägt unser Handeln. In diesem Kurs erweitern Sie Ihre rhetorischen Fähigkeiten, erkennen Manipulationen, verbessern Ihre Argumentation und reagieren souverän auch in schwierigen Gesprächssituationen.

Zum
Kurs

Excel mit KI online

Ab 20.10.2026, 17:00-20:15 Uhr - H52712

Dieser Onlinekurs zeigt Ihnen, wie Sie Excel mit KI Unterstützung effizient nutzen. Sie erstellen Tabellen, automatisieren Formeln und entwickeln Visualisierungen. Für Fortgeschrittene stehen komplexe Formeln, Makros und VBA Coding mit ChatGPT im Fokus.

Zum
Kurs

Mein digitaler Nachlass hybrid

20.10.2026, 18:00-19:30 Uhr - H54650

Was passiert mit Ihren digitalen Daten nach dem Tod? Dieses Seminar zeigt Ihnen, wie Sie Ihren digitalen Nachlass organisieren, Online Konten und Zugangsdaten verwalten und Ihre digitale Identität schützen. Sie erfahren, welche Probleme ohne Vorbereitung entstehen können und welche Lösungen für Angehörige sinnvoll sind.

Zum
Kurs

Finanz- und Wirtschaftswissen einfach erklärt Bildungsurlaub

Ab 21.10.2026, 09:00-16:00 Uhr - H50030BU

Macht die Inflation alles teurer und wie sicher ist Ihre finanzielle Zukunft? In diesem Kurs erhalten Sie Einblicke in aktuelle Wirtschafts- und Finanzthemen und deren Auswirkungen auf Beruf und Privatleben. Sie entwickeln eigene Finanzstrategien, betrachten Risiken und lernen wirtschaftliche Zusammenhänge sowie Kennzahlen besser einzuordnen.

[Zum
Kurs](#)

Change Management Bildungsurlaub

Ab 21.10.2026, 09:00-16:00 Uhr - H50040BU

Veränderungen erfolgreich zu gestalten ist entscheidend für moderne Organisationen. In diesem Change Management Seminar lernen Sie, Wandel zu verstehen, zu planen und wirksam zu begleiten. Sie erhalten praxisnahe Methoden zu Kommunikation, Rollen, Analyse und Umgang mit Widerständen, um Veränderungsprozesse souverän zu steuern und Mitarbeitende einzubinden.

[Zum
Kurs](#)

After-Work-Snacks: Positives Denken online

22.10.2026, 17:30-18:30 Uhr - H56031

Diese After Work Sessions vermitteln einfache Werkzeuge des positiven Denkens für mehr Gelassenheit, Fokus und innere Stärke im Alltag. In fünf interaktiven Einheiten mit Impulsen, Übungen und Methoden aus der Positiven Psychologie erweitern Sie Ihren persönlichen Werkzeugkasten und integrieren neue Denkweisen praxisnah in Ihr Leben.

[Zum
Kurs](#)

Durchsetzen! - Selbstsicher auftreten mit psychologischen Erkenntnissen

Ab 24.10.2026, 09:00-16:00 Uhr - H56004

Stärken Sie Ihre Durchsetzungskraft und lernen Sie, eigene Interessen klar zu vertreten ohne Beziehungen zu belasten. Sie entwickeln Strategien für souveräne Kommunikation, erkennen Gruppendynamiken und setzen Grenzen.

[Zum
Kurs](#)

In Balance bleiben – Ressourcen und Resilienz in Alltag und Beruf

24.10.2026, 13:30-17:30 Uhr - H56069

Fühlen Sie sich manchmal erschöpft oder aus der Balance geraten? Dieser interaktive Workshop unterstützt Sie dabei, eigene Kraftquellen zu entdecken und Ihre Resilienz zu stärken. Mit psychologischen Impulsen, kreativen Methoden, Körperübungen und Austausch entwickeln Sie Ideen für mehr Wohlbefinden und innere Balance im Alltag.

[Zum
Kurs](#)

Erfolgreicher Umgang mit Konflikten im Beruf Bildungsurlaub

Ab 26.10.2026, 09:00-16:00 Uhr - H50742BU

Konflikte gehören zum Arbeitsalltag und entstehen durch unterschiedliche Perspektiven, Fähigkeiten und Erwartungen. In diesem Bildungsurlaub stärken Sie Ihre Konfliktkompetenz und lernen, Konflikte zu verstehen, Gespräche wirkungsvoll zu führen und Widerstände im Team zu begleiten.

[Zum
Kurs](#)

Fit im Büro mit Word, Excel, PowerPoint und KI Online-Bildungsurlaub

Ab 26.10.2026, 09:00-16:00 Uhr - H52853BU

MS Office bietet weit mehr als einzelne Programme. In diesem Bildungsurlaub lernen Sie das Zusammenspiel von Word, Excel und PowerPoint kennen und nutzen KI verantwortungsvoll im Arbeitsalltag. Sie optimieren Dokumente, Präsentationen und Tabellen, arbeiten mit modernen KI Tools und erweitern Ihre digitalen Kompetenzen praxisnah.

[Zum
Kurs](#)

Affinity Photo - Bildbearbeitung für Fotografen Bildungsurlaub

Ab 26.10.2026, 09:00-16:00 Uhr - H54069BU

Entdecken Sie die digitale Dunkelkammer mit Affinity und lernen Sie professionelle Bildbearbeitung kennen. Sie üben RAW Entwicklung, Optimierung, Retusche, HDR, Panorama, Composing und kreative Effekte anhand praxisnaher Beispiele. Zudem erhalten Sie Einblicke in wichtige Funktionen, Fachbegriffe und effiziente Workflows für Ihre digitale Fotografie.

[Zum
Kurs](#)

Crashkurs: Mit Social Media Marketing zum Erfolg online

Ab 26.10.2026, 18:00-20:15 Uhr - H54765

Steigern Sie Reichweite und gewinnen Sie Kunden mit einem klaren Social Media System. In diesem Kurs lernen Sie psychologische Strategien, wirkungsvollen Content, Automatisierung und Analyse kennen. Sie entwickeln einen strukturierten Fahrplan für mehr Sichtbarkeit und erfahren, wie Instagram, TikTok und LinkedIn gezielt genutzt werden können.

[Zum
Kurs](#)

MacBook Aufbau

Ab 27.10.2026, 16:00-19:15 Uhr - H53723

Der Aufbaukurs richtet sich an Teilnehmende mit fortgeschrittenen Kenntnissen und bietet Raum, das bereits erworbene Wissen praktisch anzuwenden. Sie klären im offene Fragen, lernen hilfreiche Apps kennen, laden diese gemeinsam herunter und erfahren mehr über sichere Bezahlungsmöglichkeiten für Apps und Online- Einkäufe.

[Zum
Kurs](#)

KI Workshop für Fortgeschrittene hybrid

Ab 28.10.2026, 17:00-20:00 Uhr - H52757

Künstliche Intelligenz wird zur praktischen Unterstützung im Arbeitsalltag. In diesem Aufbaukurs lernen Sie, KI Tools gezielt einzusetzen, Prompts zu verbessern und Aufgaben wie Recherche, Texte und Ideenentwicklung effizienter zu bearbeiten. Mit einem Mini-Projekt entwickeln Sie einen eigenen KI Arbeitsassistenten für Ihre Praxis.

[Zum
Kurs](#)

Schnell schreiben lernen mit 10 Fingern am PC - Superlearning

Ab 30.10.2026, 17:00-20:00 Uhr - H50680A

Für Einsteiger ohne Vorkenntnisse bietet dieses Seminar eine schnelle und effektive Methode zum Erlernen des 10-Finger-Tast Schreibens. Mit einem ganzheitlichen Lernsystem, das Hirnforschung und multisensorisches Lernen verbindet, bedienen Sie bereits nach kurzer Zeit die Tastatur sicher und mit Freude.

[Zum
Kurs](#)

Berufliche Veränderung

Ab 31.10.2026, 10:00-16:00 Uhr - H51550

Hinterfragen Sie Ihre berufliche Situation oder stehen Sie vor einer Neuorientierung? Dieses Seminar unterstützt Sie dabei, Potenziale, Bedürfnisse und Ziele zu erkennen. Mit Coaching Impulsen, Austausch und Reflexion gewinnen Sie Klarheit über Ihre nächsten Schritte und entwickeln neue Perspektiven für Beruf und Alltag.

[Zum
Kurs](#)

Resilienz und Neugier als Schlüssel für eine erfolgreiche Arbeitswelt

Ab 31.10.2026, 10:00-16:00 Uhr - H56070

Future Skills wie Resilienz und Neugier werden in diesem zweitägigen Seminar praxisnah erlebbar. Sie stärken Ihre mentale Widerstandskraft, fördern Kreativität und entwickeln Werkzeuge für Veränderung, Zusammenarbeit und eine positive Lernkultur. Übungen, Austausch und Impulse unterstützen den Transfer in den Arbeitsalltag.

[Zum
Kurs](#)

[Alle Kurse des
Fachbereichs](#)

[Zurück zum Anfang](#)



Gesundheit und Natur

Fit fürs Leben – Athletik, Kraft & Beweglichkeit



23.10.2026, 17:00 Uhr – H36257

Mit gezieltem Athletik- und Krafttraining stärken wir den Körper für die Anforderungen des Alltags und fördern gleichzeitig Beweglichkeit, Koordination und Körperstabilität.

Der Kurs ist für alle Alters- und Leistungsstufen geeignet – besonders auch für Menschen, die bis ins höhere Alter aktiv, beweglich und kräftig bleiben möchten.

[Zum
Kurs](#)

Kurse im Oktober

Fit in den Tag

19.10.2026, 09:45 Uhr – H36461

Abwechslungsreiches Ganzkörpertraining, das den Körper aktiviert und den Tag mit neuer Energie starten lässt. Durch klar aufgebaute Übungen entsteht ein natürlicher Fortschritt. Die ergänzende Stretch-Einheit vertieft Technik, Mobilität und Körperbewusstsein.

[Zum
Kurs](#)

Pilates

20.10.2026, 10:00 Uhr – H36310

Pilates ist ein ganzheitliches Training, das Körper und Geist in Einklang bringt. Im Fokus stehen eine stabile Körpermitte, eine gesunde Haltung und eine bewusste Atmung. Durch sanfte, kontrollierte Bewegungen werden vor allem Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur gezielt gestärkt.

[Zum
Kurs](#)

Dance Aerobic

20.10.2026, 11:00 Uhr - H36630

Dynamisches und abwechslungsreiches Fitnesstraining, das Aerobic-Schritte und gymnastische Übungen zu motivierender Musik miteinander verbindet.

Mit Elementen aus verschiedenen Tanz- und Musikstilen wie Rock, Pop, Hip-Hop, Jazz oder Latino wird in jeder Kurseinheit Schritt für Schritt eine Choreografie erlernt.

[Zum
Kurs](#)

Autogenes Training für Anfänger

20.10.2026, 18:15 Uhr – H35150

Autogenes Training verbindet einfache, klar geführte Übungen mit einer tiefen Entspannung des gesamten Körpers. Die Methode unterstützt dabei, Stresssituationen die Spannung zu nehmen und ist für Menschen jeden Alters gut geeignet.

[Zum
Kurs](#)

Salsa - mal ohne oder mit Partner! Grundkurs

21.10.2026, 17:00 Uhr – H36641

Salsa begeistert durch Vielfalt und Dynamik und fordert den ganzen Körper – für mehr Kraft, Koordination und Beweglichkeit. Der Kurs führt Schritt für Schritt durch die Bewegungen, startet mit einem aktivierenden Warm-up und lässt sich solo oder im Paar erleben.

[Zum
Kurs](#)

Obstbaumpflege und -schnitt – Theoretische Einführung

21.10.2026, 18:00 Uhr – H30180

Obstbäume fachgerecht pflanzen, schneiden und lange vital halten. Im Kurs werden zentrale Schnittarten verständlich erklärt. Dazu kommen praktische Tipps zu Werkzeug, Sorten und ein kurzer Blick auf die Rolle von Streuobstwiesen.

[Zum
Kurs](#)

Ernährung in den Wechseljahren

24.10.2026, 12:00 Uhr – H31001

Veränderter Stoffwechsel, mehr Heißhunger, neue Herausforderungen: Ernährung spielt in den Wechseljahren eine zentrale Rolle. Im Workshop lernen Sie, welche Nährstoffe jetzt besonders wichtig sind, wie Sie Heißhunger besser begegnen und ausgewogene Mahlzeiten alltagstauglich gestalten. So entwickeln Sie Routinen für mehr Stabilität, Energie und Wohlbefinden.

[Zum
Kurs](#)

Motorboot-Binnenführerschein nur für SBF See Inhaber

25.10.2026, 10:00 Uhr – H36945

Teilnahmevoraussetzung ist der Sportbootführerschein See; die Praxisprüfung entfällt. Der Kurs erklärt die Unterschiede zwischen See- und Binnenprüfung und vermittelt bewährte Gedächtnishilfen für die Binnen-Theorie.

[Zum
Kurs](#)

Erst der Kurs und dann der Hund

27.10.2026, 19:30 Uhr – H30200

Der Kurs bietet einen umfassenden Überblick über alles, was für den Alltag mit Hund wichtig ist: Haltung, rechtliche Grundlagen, Verständigung und Verhalten. Ergänzt wird dies durch Einblicke in Körpersprache, Sinnesleistungen und grundlegende Erziehungsprinzipien.

[Zum
Kurs](#)

Wildlife Gardening - den Garten zu einer Heimat für Wildtiere umgestalten

28.10.2026, 18:00 Uhr – H30150

Wo heimische Pflanzen wachsen und vielfältige Gartenstrukturen entstehen, finden Wildtiere Nahrung und Schutz. Ein solcher Garten benötigt wenig Pflege und unterstützt die Artenvielfalt, die in Deutschland stark zurückgegangen ist.

[Zum
Kurs](#)

[Alle Kurse des
Fachbereichs](#)



Fremdsprachen

Highlight

Eine Sprache mit Geschichte

Sie haben aramäische oder syrisch-christliche Wurzeln und möchten die Sprache Ihrer Vorfahren kennenlernen? Oder Sie sind einfach neugierig und haben Lust, einmal etwas ganz Besonderes auszuprobieren? Ob aus persönlichem Interesse, kultureller Verbundenheit oder einfach aus Freude daran, eine ungewöhnliche Sprache zu lernen - entdecken Sie Aramäisch.

Aramäisch A1.1 - Eine Einführung in die aramäische Sprache

Di., 20.10.2026, 16:00 Uhr - H427-110

In diesem Kurs begeben Sie sich auf eine faszinierende Reise in die Vergangenheit. Die Sprache wird noch in einzelnen Regionen Syriens, etwa im Khabur-Tal, in den Bergen des Libanon oder im Tur Abdin (dem „Berg der Knechte Gottes“) im Südosten Anatoliens gesprochen



Tauchen Sie in diesem Kurs doch mal in eine völlig neue Sprachwelt ein und lassen Sie sich davon überraschen, wie sich die Geschichte und Gegenwart auf eine sehr faszinierende Art und Weise miteinander verbindet.

[Zum
Kurs](#)

Unsere Kurse im Oktober

Französisch A2 Konversationskurs

Di., 06.10.2026, 18:00 Uhr - H408-400

In diesem Kurs trainieren wir gezielt das Sprechen und Verstehen in Alltagssituationen.

Dabei wiederholen wir wichtige Inhalte aus den Niveaustufen A1 und A2, erweitern unseren Wortschatz und üben unter anderem:

über Alltag, Reisen und Freizeit zu sprechen

Meinungen und Erfahrungen auszutauschen

Dialoge in typischen Situationen zu führen (z. B. im Restaurant, beim Einkaufen, in der Freizeit oder rund um Medien)

kleine Diskussionen zu führen und kurze Präsentationen zu halten

[Zum
Kurs](#)

Französisch B1/B2 Micro-Apéro français: 45 minutes pour délier votre langue! - Online

Di., 20.10.2026, 18:30 Uhr - H408-654

Envie de parler français après le travail sans y passer votre soirée ? Rejoignez notre Micro-Apéro en ligne ! Pendant 45 minutes chrono, verre à la main et dans une ambiance décontractée, nous échangeons en petits groupes sur un sujet d'actualité, une question de société ou une anecdote culturelle. Pas de grammaire compliquée, juste du plaisir, du vocabulaire utile et une bonne dose de convivialité. Le rendez-vous parfait pour garder le rythme et parler sans pression !

[Zum
Kurs](#)

Französisch A2/B1 Duolingo & Co. reichen nicht mehr? Ab in die Praxis! – Online

Mi., 21.10.2026, 18:00 Uhr - H408-458

Lernen Sie Französisch per App, zögern aber noch beim Sprechen im echten Leben? Zuhause nutzen Sie die App, in der vhs wird gesprochen! Im Kurs legen wir das Smartphone an die Seite und widmen uns dem, was zählt: dem echten Sprechen. Durch praxisnahe Rollenspiele, lebendige Dialoge und Tipps zur KI-Nutzung (KI-Tools als Lernpartner) verwandeln Sie Ihr App-Wissen in echte Sprachkompetenz. Wagen Sie den Sprung vom Bildschirm ins echte Leben – in gemütlicher Atmosphäre!

[Zum
Kurs](#)

Französisch A1.2 Wochenend-Intensivkurs

Fr., 23.10.2026, 17:00 Uhr - H408-140

Dieser Wochenend-Intensivkurs bietet ein stressfreies und effektives Lernen mit sehr sanfter Progression auf einem Niveau unter A1.

Lernen Sie in diesem Kurs 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](#)

Italienisch ab B1 Arte e Cucina!

Mi., 07.10.2026, 11:00 Uhr - H409-614

Eine Reise durch Farben, Aromen und Worte!

Der Kurs „Kunst und Küche“ vereint zwei große italienische Leidenschaften: die Malerei und die Gastronomie. Er richtet sich an Italienischlernende, die ihre Sprachkenntnisse in einer entspannten und kreativen Atmosphäre verbessern möchten.

[Zum
Kurs](#)

Italienisch A1/A2 Italiano facile facile!

Mo., 19.10.2026, 18:00 Uhr - H409-250

Konversation in einfachem Italienisch

In jeder Unterrichtsstunde widmen wir uns einem bestimmten Thema – zum Beispiel Vorstellungsgespräche, Arbeit, Beziehungen, Hobbys, Kochen, Sport oder Gefühle.

Jedes Thema bietet dir die Gelegenheit, deinen Wortschatz zu erweitern und neue Ausdrücke zu lernen, die dir den nötigen Schwung für italienische Gespräche geben.

[Zum
Kurs](#)

Letzte Anmeldungen für unsere **Bildungsurlaube** im November

[Zu allen Bildungsurlauben](#)



Bildungsurlaub Brasilianisches Portugiesisch LH B1.1

Mo., 16.11.2026, 09:00 Uhr - H418-594BU

Bildungsurlaub für Flugpersonal - Sprache und gesellschaftliche Kompetenz

Dieser Kurs ist der fünfte von sechs Kursen in diesem Jahr.

Er stellt eine Art Überlebenstraining brasilianisches Portugiesisch für Flugpersonal dar. Dieses soll lernen, die wichtigsten Situationen im beruflichen Kontakt mit brasilianischen Fluggästen zu meistern. Hier sollen möglichst viele berufstypische Situationen berücksichtigt werden (Begrüßung, Informationen erfragen und geben, Service-Situationen, Ansagen, Sicherheitshinweise geben etc.). Besonderer Wert wird auf das Training der Intonation und Lautung gelegt. Lernziel ist die Festigung vorhandener Grundkenntnisse, Erweiterung und Vertiefung der Kenntnisse grammatikalischer Strukturen, Wortschatzerweiterung im Hinblick auf den Umgang mit Texten, Musik, Filme und Diskussionsthemen über Brasilien.

[Zum
Kurs](#)

Bildungsurlaub Französisch A1

Mo., 23.11.2026, 09:00 Uhr - H408-202BU

Sprache und gesellschaftliche Kompetenz

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Dieser einwöchige Sprachbildungsurlaub ist für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen konzipiert, die ihr vorhandenes Wissen vertiefen und festigen möchten.

In diesem Kurs werden grundlegende Fähigkeiten für die Kommunikation im Alltag und Beruf vermittelt, einschließlich authentischer Situationen wie Bestellungen, Reisen und vieles mehr. Über die sprachlichen Grundlagen hinaus werden auch landeskundliche Aspekte integriert, um Ihnen die Vielfalt Frankreichs sowohl sprachlich, als auch kulturell näherzubringen.

Dieser Kurs ist besonders für Beschäftigte in Dienstleistungsbranchen wie Hotel, Gastronomie, Verkehr, Handel, Tourismus sowie öffentlichen Dienst geeignet.

[Zum
Kurs](#)

Bildungsurlaub Französisch A2

Sprache und gesellschaftliche Kompetenz

Mo., 30.11.2026, 09:00 Uhr - H408-400BU

Dieser einwöchige Sprachbildungsurlaub ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen konzipiert, die ihr vorhandenes Wissen vertiefen und festigen möchten.

In diesem Kurs werden grundlegende Fähigkeiten für die Kommunikation im Alltag und Beruf vermittelt, einschließlich authentischer Situationen wie Bestellungen, Reisen und vieles mehr. Über die sprachlichen Grundlagen hinaus werden auch landeskundliche Aspekte integriert, um Ihnen die Vielfalt Frankreichs sowohl sprachlich, als auch kulturell näherzubringen.

Dieser Kurs ist besonders für Beschäftigte in Dienstleistungsbranchen wie Hotel, Gastronomie, Verkehr, Handel, Tourismus sowie öffentlichen Dienst geeignet.

[Zum
Kurs](#)

Bildungsurlaub Spanisch A1.1 Superlearning

Sprache und gesellschaftliche Kompetenz

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Mo., 02.11.2026, 09:00 Uhr - H422-200BU

Sie trainieren sprachliche Fertigkeiten und verbessern praxisbezogen und handlungsorientiert ihre Kommunikationsmöglichkeiten im beruflichen und privaten Alltag. Unsere Spanisch-Bildungsurlaube auf dem Niveau A1 sind nach der suggestopädischen Methode (auch Superlearning genannt) gestaltet, das heißt, der Kurs bietet Ihnen weit mehr als Lehrervorträge, Einsetzübungen und anschließende Diskussionen. Vielmehr setzt die Methode auf eine entspannte, vielfältige Lernatmosphäre, in der Musik, Spiele, Gruppenarbeit, eine motivierende und ansprechende Raumgestaltung und Kreativität eine große Rolle spielen. Eine intensive und nachhaltige Auseinandersetzung mit der Sprache wird durch abwechselnde Lernphasen ermöglicht, aktive Phasen werden immer wieder durch Entspannungsübungen ergänzt und es werden vielfältige Zugänge zum Lerninhalt geboten, die den verschiedenen Lerntypen gerecht werden.

[Zum
Kurs](#)

Bildungsurlaub Spanisch A2 Wiederholung

Sprache und gesellschaftliche Kompetenz

Mo., 30.11.2026, 09:00 Uhr - H422-400BU

In unserem Spanischkurs A2 liegt der Fokus auf Wiederholung und praxisnaher Anwendung. Die Teilnehmenden festigen ihren Wortschatz und die Grammatikstrukturen und gewinnen dabei Sicherheit im Sprechen in Alltagssituationen. Wir arbeiten mit Texten, Audios, kurzen Videos und praktischen Übungen – stets in einer entspannten, stressfreien Atmosphäre. Außerdem gibt es Raum, kulturelle Themen zu besprechen und Meinungen auszutauschen, was aktive Teilnahme und Dialog fördert. Dieser Kurs ist der perfekte Einstieg für B1.1.

[Zum
Kurs](#)

[Alle Kurse des
Fachbereichs](#)

[Zurück zum Anfang](#)



Deutsch

Unsere Kurse im Oktober

Deutsch C1

19.10.2026, 09:00 Uhr - H44630

Das Sprachniveau C1 in Deutsch ist der Schlüssel für die volle Integration ins akademische und berufliche Leben im deutschsprachigen Raum. Es wird für ein erfolgreiches Studium (oft Voraussetzung für Master), den Zugang zu anspruchsvollen Berufen (z.B. in der Wissenschaft, Verwaltung oder Medien) benötigt und ermöglicht eine wirksame, flexible und fließende Kommunikation in allen Lebensbereichen.

[Zum
Kurs](#)

Deutsch C1 am Abend

20.10.2026, 18:00 Uhr - H44631

Das Sprachniveau C1 in Deutsch ist der Schlüssel für die volle Integration ins akademische und berufliche Leben im deutschsprachigen Raum. Sie möchten Ihre Sprachkompetenz durch intensives Training Ihres schriftlichen und mündlichen Ausdrucks vertiefen sowie Ihres Lese- und Hörverstehen ausbauen?

In diesem Kurs lernen Sie Wortschatz und Redemittel unterschiedlichster Textsorten und Situationen (Diskussionen, Präsentationen, schriftliche Stellungnahme, schriftliche und mündliche Kommunikation am Arbeitsplatz, Kundengespräche etc.) und werden auf die telc Deutsch C1 vorbereitet. Der Kurs findet am Abend statt, sodass Sie auch bei beruflicher Tätigkeit oder anderen Verpflichtungen daran teilnehmen können.

[Zum
Kurs](#)

Deutsch B2 am Abend

20.10.2026, 18:00 Uhr - H44611

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. Der Kurs findet am Abend statt, sodass Sie auch bei beruflicher Tätigkeit oder anderen Verpflichtungen daran teilnehmen können.

[Zum
Kurs](#)

Aussprachetraining Deutsch ab B2, Teil 1

24.10.2026, 10:00 Uhr - H44613

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 Tag trainieren wir das gemeinsam und Sie lernen einige wichtige Regeln der deutschen Intonation und Aussprache. Teil 2 findet im November statt. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ab dem B2 Niveau oder höher.

In Teil 1 konzentrieren wir uns auf

- Wortakzent
- Satzakzent
- Satzmelodie und
- den Unterschied zwischen langen und kurzen Vokalen.

Dabei üben Sie besonders die Umlaute Ö (schön - zwölf) und Ü (Grüße - Küsse).

[Zum
Kurs](#)

[Alle Kurse des
Fachbereichs](#)

[Zurück zum Anfang](#)



Grundbildung

Kostenlose Beratung

Beratung für passende Basis-Lernangebote findet in den Räumen der vhs Wiesbaden statt. Also Beratung für Lesen, Schreiben und Rechnen

Grundbildungszentrum
Volkshochschule Wiesbaden e.V.
Alcide-de-Gasperi-Str. 4/5
65197 Wiesbaden

Ihre Ansprechpartnerin für Grundbildung von Erwachsenen
Dr. Heike Schiener
hschiener@vhs-wiesbaden.de

(bitte Termin vereinbaren)

[Mehr Informationen](#)

„Nicht alle Erwachsenen können Lesen, Schreiben und Rechnen. Aber alle können es lernen.“

Wir unterstützen Sie gerne.

Rufen Sie einfach an!“

Telefon 0611 9889-198



[Alle Kurse des Fachbereichs](#)

[Zurück zum Anfang](#)



Junge vhs

Unsere Kurse im Oktober

Schaurige Halloween-Masken selber basteln (ab 6 Jahren)

Ab 06.10.2026, 15.30.-17:30 Uhr - H928080

Gemeinsam basteln wir kreative Halloween-Masken – von lustigen Gespenstern bis zu furchtlosen Fledermäusen. Der Ursprung des Brauchs geht in vorchristliche Zeit zurück. Die Kelten feierten am 31. Oktober Samhain, eines ihrer wichtigsten Feste. Sie glaubten, an diesem Tag kämen die Toten zurück. Große Feuer, Umzüge mit abschreckenden Kostümen und kleine Gaben sollten die bösen Geister besänftigen.

[Zum Kurs](#)

Halloween - Schauer, Schrecken, Schreiben Gruselgeschichten schreiben (ab 14 Jahren)

Ab 09.10.2026, 09:00-11:15 Uhr - H20347

Wie erlebt ein Kürbis Halloween? Was schützt vor bösem Alltagszauber? Wann schmeckt das Leben süß, wann sauer? Mit dem Stift in der Hand machen wir uns auf die Suche nach Antworten auf all diese Fragen und lassen dabei unserer Kreativität freien Lauf.

[Zum
Kurs](#)

Kinder-Kunstwerkstatt in den Herbstferien (ab 8 Jahren)

Ab 12.10.2026, 10:00-14:00 Uhr - H928190

Malen, Zeichnen und Objekte aus Pappmaché - 4 kreative Tage mit Farbe, Stiften, Papier und jede Menge Spaß. Gerne dürft ihr eigene Wünsche und Motive mitbringen und kreativ gestalten.

[Zum
Kurs](#)

Töpfern für Kinder in den Herbstferien (6 bis 11 Jahre)

Ab 12.10.2026, 10:00-12:00 Uhr - H928230

Im Kurs werden Grundlagen des plastischen Gestaltens mit Ton vermittelt. Im Mittelpunkt steht das Erlernen der grundlegenden Techniken zum Aufbau einer Form durch Platten, einzelner Wülste und das vollplastische Modellieren sowie die anschließende Farbgestaltung durch Engobe und das anschließende Glasieren.

[Zum
Kurs](#)

Kostüme nähen - Halloween steht vor der Tür! (ab 14 Jahren)

Ab 16.10.2026, 16:30-19:30 Uhr - H22270

Werdet kreativ und näht euer eigenes Kostüm für Halloween. Es können auch kleine Hüte (Faszinator) oder Umhänge genäht oder angefertigt werden, Vorhandenes umgearbeitet oder aufgepeppt werden mit Tüll, Pailletten, Perlen und vielem mehr...

[Zum
Kurs](#)

Improtheater für junge Leute (ab 14 Jahren)

17.10.2026, 10:00-16:00 Uhr - H928910

Das Ziel des Kurses ist es, durch Improvisationstheater neue kleine und große Welten zu erleben. Improvisationstheater erlaubt, immer wieder neu mit sich selbst und anderen in Kontakt zu gehen und dabei nicht zu urteilen. Wir üben, raus aus der Bewertung zu gehen und rein in den gemeinsamen Moment.

[Zum
Kurs](#)

Manga & Comic - Zeichnen mit viel Phantasie für Anfänger und Fortgeschrittene(ab 14 Jahren)

Di 20.10.2026, 17:00-19:15 Uhr - H21281

In diesem Kurs lernen wir zunächst durch Betrachten und Kopieren von Bildern berühmter Manga-Zeichnerinnen und -zeichner. Wir studieren Proportionen des menschlichen Körpers. Sie bilden die Grundlage für das Zeichnen von Manga-Figuren.

[Zum
Kurs](#)

Spielentwicklung mit der Unity Game Engine (ab 16 Jahren)

Ab 24.10.2026, 10:00-15:00 Uhr - H54427

Entwickel dein eigenes Mini Game mit der Unity Game Engine. In diesem Kurs lernst du Grundlagen der Spielentwicklung, arbeiten mit 3D Modellen, Grafiken und Sounds.

[Zum
Kurs](#)

Programmieren lernen mit Scratch/Raspberry Pi (8-14 Jahre)

Ab 24.10.2026, 14:00-17:00 Uhr - H95011

Mit Scratch und dem Raspberry Pi programmierst du in diesem Workshop eigene Animationen und interaktive Geschichten. An zwei Samstagnachmittagen lernst du die Grundlagen der Programmierung kennen, steuerst einfache Anweisungen und Sequenzen und entwickelst dein erstes eigenes Spiel mit Scratch.

[Zum
Kurs](#)

LEGO® Technik Schnupper-Workshop (7-12 Jahre)

Ab 24.10.2026, 14:00-17:00 Uhr - H95013

Wecke deine MINT Talente und entdecke die Welt von Technik und Konstruktion mit LEGO® Technik. In diesem Kurs baust du eigene Fahrzeuge, Transportmaschinen, Aufzüge und Flugzeuge und lernst dabei spielerisch den Umgang mit Elektronik, mechanischen Bauteilen und technischen Lösungen kennen.

[Zum
Kurs](#)

Malen im Vorschulalter (4-7 Jahre)

Ab 29.10.2026, 15:30-17:00 Uhr - H928075

Aus Kindern in diesem Alter sprudeln die Ideen von selbst. Diese zu fördern und zu unterstützen ist wichtig für die Entwicklung der Kreativität und Eigenständigkeit. 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](#)

Halloween Party für Kids - Gruseliges Ferienprogramm (6-10 Jahre)

30.10.2026, 16:00-19:00 Uhr - H921000

Was erwartet dich dieses Jahr auf der Halloween Party?

Kürbisse bemalen und schnitzen, Basteln, Spiele, schaurige Musik, Snacks, Schminken, ...

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](#)