

Kursprogramm

Frühjahr/Sommer 2025

Adelsheim • Buchen
Hardheim • Höpfingen • Mudau
Osterburken • Ravenstein
Rosenberg • Seckach • Walldürn

info@vhs-buchen.de
www.vhs-buchen.de



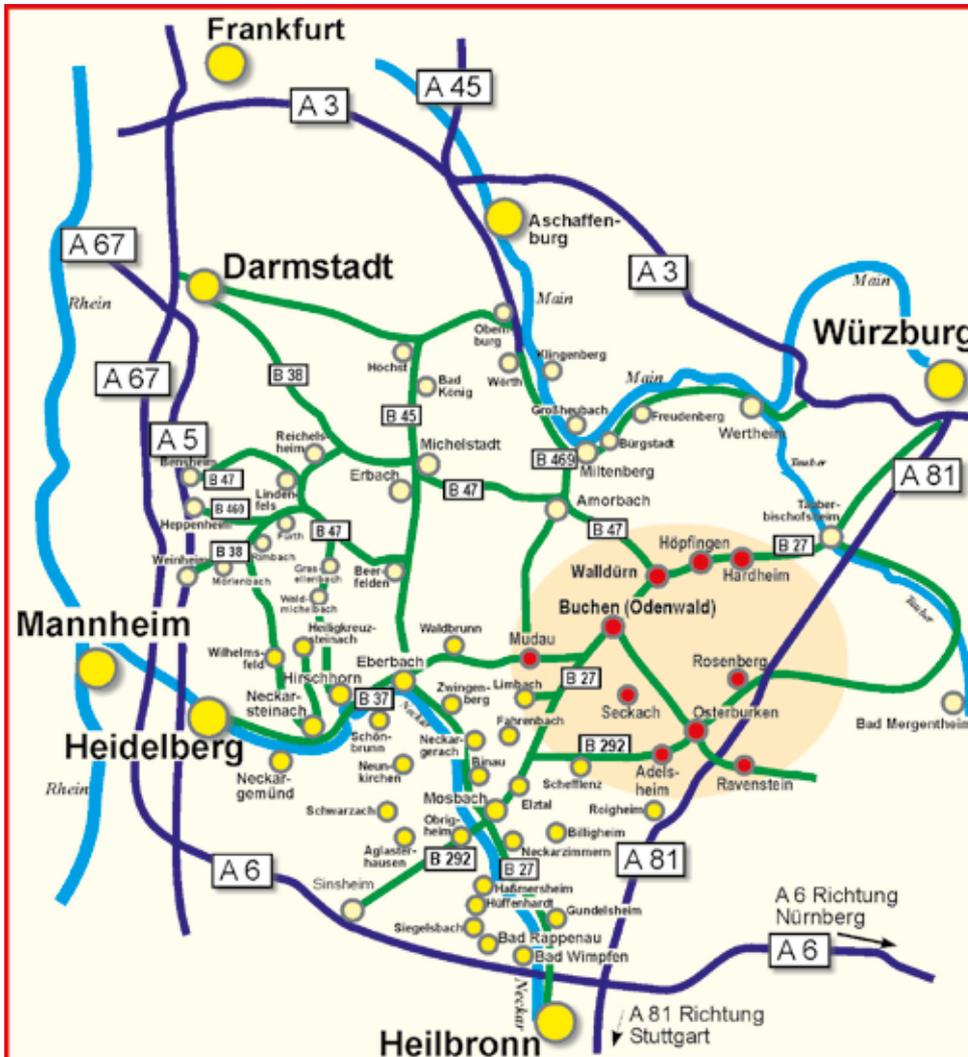
Volkshochschule
Buchen e.V.

vhs-Geschäftsstelle Buchen

Tel. 06281 55793-0
Kellereistr. 48
74722 Buchen
info@vhs-buchen.de
www.vhs-buchen.de

vhs in den Mitgliedsgemeinden

- **in Adelsheim**
Nadja Schaaf,
nadjaschaaf81@gmail.com
- **in Hardheim**
Helmut Brünner, Tel. 06283 2295258,
hbruenner@freenet.de
- **in Höpfingen**
Rathaus, Sigrid Pahl, Tel. 06283 220627,
sigrid.pahl@hoepfingen.de
- **in Mudau**
Gaby Dambach, Tel. 06284 7850,
gaby.dambach@grundschule-mudau.de
- **in Osterburken**
Bernadette Koska, Tel. 06291 41476,
Doris Schäfer, Tel. 06291 8710
- **in Ravenstein**
Karin Starkloff, Tel. 0151 20486309,
info@naturheilpraxis-starkloff.de
- **in Rosenberg**
Carina Neubert, Tel. 06295 92010,
carina.neubert@rosenberg-baden.de
- **in Seckach**
Dr. Anna Seidler, seidler.anna@icloud.com
- **in Walldürn**
Beate Kolb-Reich, Tel. 06282 928509,
Jörn Hahn,
Rathaus, Marianne Stäudinger und
Nina Baumann, Tel. 06282 67106,
tourismus@wallduern.de



Weg zu uns	Umschlagseite vorne	
vhs-Außenstellen	Umschlagseite vorne	
Inhaltsverzeichnis		1
Auf einen Blick		2
vhs-Team		3
Dozentensuche		4

junge vhs

Lernwerkstatt		6
Selbstbehauptung		7
Superhirn		7
Malen und Zeichnen		8
Basteln		10
Nähen		11
Sprachen		13
Tastaturschreiben		13

Gesellschaft

vhs.wissen live		15
Studienreisen		19
Vorträge		20
Recht		23
Eltern und Kinder		25
Gedächtnistraining		26
Literatur		26
Mensch & Tier		27

Kultur und Gestalten	29
Buchen in Concert	30
Tanzen	30
Fotografieren	31
Malen und Zeichnen	31
Nähen	34

Gesundheit	35
Herzgruppen	36
Yoga	37
Entspannung	41
Fitness und Bewegung	44
Körper und Ernährung	46
Kochkurse	48

Sprachen	50
Gebühnenstaffel Sprachen	51
Sprachprüfungen	52
Integrationskurse	52
Berufssprachkurse	54
Deutschprüfungen	55
Englisch	57
Französisch	57
Italienisch und Spanisch	58

Arbeit und Beruf	59
Xpert Business	60
Personal Business Skills	63
Social Media	64
Smartphone & Co	64
Computerwissen	65
Generative KI	67
vhs business	68
Gewerblich-technische Kurse ZGB	70
Technische Kurse ÜAB	72

AGB und Widerrufsrecht	75
vhs in der Region	78
Anmeldeformular	80
Stadtplan Buchen	Umschlagseite hinten



www.vhs-buchen.de

jetzt anmelden

zu den Kursen und Veranstaltungen
per Anmeldeformular im Heft,
per E-Mail: info@vhs-buchen.de,
per Fax: 06281 55793-29,
über die Homepage:
www.vhs-buchen.de

Geschäftsstelle

Volkshochschule Buchen e.V., Kellereistr. 48, 74722 Buchen, Postfach 1442, 74713 Buchen,
Telefon: 06281 55793-0, Telefax: 06281 55793-29, info@vhs-buchen.de, www.vhs-buchen.de, Leitung: Swetlana Jahraus

Vorstand

Roland Burger (Vorsitzender), Konrad Trabold (stellv. Vorsitzender), Peter Fieger, Thomas Ludwig, Karin Starkloff, Meikel Dörr

Mitgliedsgemeinden

Adelsheim, Buchen, Hardheim, Höpfingen, Mudau, Osterburken, Ravenstein, Rosenberg, Seckach, Walldürn und der Neckar-Odenwald-Kreis

Neue Öffnungszeiten

Montags 9:30 bis 12 Uhr, dienstags bis donnerstags 9 bis 12 Uhr, montags & dienstags 14 bis 16 Uhr, donnerstags 14 bis 18 Uhr,
in den Schulferien: montags bis donnerstags 9 bis 12 Uhr

Telefonzeiten

Montags bis donnerstags 9:30 bis 12 Uhr, montags und dienstags 14 bis 16 Uhr, donnerstags 15 bis 18 Uhr, in den Ferien nur vormittags

Bankverbindungen

Sparkasse Neckartal-Odenwald, IBAN DE81 6745 0048 0007 0152 33, BIC SOLADES1MOS
Volksbank Franken eG, IBAN DE75 6746 1424 0001 1816 02, BIC GENODE61BUC

Anmeldung

- online: www.vhs-buchen.de
- per E-Mail: info@vhs-buchen.de
- per Post: mit dem Anmeldeformular aus dem Programmheft
- telefonisch: 06281 55793-0
- persönlich: in der vhs in Buchen oder in den Außenstellen

Wir suchen
Dozentinnen und Dozenten
als Honorarkräfte.
Schreiben Sie uns per E-Mail oder
per Post oder sprechen Sie uns an!

Was Sie noch beachten sollten

- Sie erhalten eine Anmeldebestätigung. Sie werden benachrichtigt, wenn Ihr Kurs ausgebucht ist oder nicht zustande kommt.
- Wir berücksichtigen die Anmeldungen in der zeitlichen Reihenfolge des Eingangs.
- Mit der Anmeldung erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs an.
- Erteilen Sie uns bei der Anmeldung ein SEPA-Lastschriftmandat, so erfolgt der Einzug der Kursgebühr nach Kursbeginn. Sonst entrichten Sie bitte die Gebühr per Überweisung, Rechnung oder Barzahlung spätestens 3 Werktage vor Kursbeginn.
- Bis zu 3 Werktage vor Kursbeginn können Sie sich kostenfrei abmelden. Bei späterer Abmeldung wird eine Abmeldegebühr von 5,00 € einbehalten.
- Die Abmeldung muss persönlich, telefonisch oder schriftlich bei der vhs erfolgen. Eine Abmeldung über die Kursleitung ist nicht möglich.
- Ein Rücktritt nach Kursbeginn ist nicht mehr möglich. Eine Ersatzperson kann gestellt werden. Auch bei Nichtteilnahme und Verhinderung wegen Krankheit müssen die Gebühren bezahlt werden.
- Während der Schulferien in Baden-Württemberg findet in der Regel kein Unterricht statt, es sei denn, es ist ausdrücklich angegeben.

vhs-Team



Christine Eberlein
Anmeldung, Buchführung



Doris Herkert
Anmeldung, Sekretariat



Adelheid Hirsch
Anmeldung Deutsch



Jutta Mackert
Anmeldung, Sekretariat



Jenny Manović
Sekretariat



Mareike Schmitt
Fachbereichsleitung



Silvana Seitz-Keppner
Öffentlichkeitsarbeit



Svetlana Jahraus
Leitung

Impressum

Das vhs-Programmheft erhalten Sie kostenlos im Rathaus sowie bei den Banken und Sparkassen der Mitgliedsgemeinden.

Auflage: 3.500

Logos, Symbole: vhs-Design DVV

Umschlag Layout: Henn Bauer Medien GmbH

Teambilder: Friederike Kroitersch

Layout: Henn Bauer Medien GmbH

Fotos: DVV, iStock, Karl Mackert

Pläne: Wolfgang Mackert, Stadt Buchen

Druck: Henn Bauer Medien GmbH, Limbach



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



Sie möchten Ihre Interessen mit anderen Menschen teilen? - Wir bieten Ihnen die Plattform, flexibel und eigenverantwortlich Ihr Wissen weiterzugeben. Kommen Sie in unser Dozententeam!



Werden Sie Kursleitung!

Wir sind immer auf der Suche nach neuen Kursinhalten. Aber auch für „klassische“ Themen können wir Unterstützung brauchen wie für Ballett, Fitness, Herzsport oder Fremdsprachen. **Sprechen Sie uns an!**

Fortbildungsmöglichkeiten für vhs-Kursleitende

Ein breites Fortbildungsangebot des vhs-Verbandes Baden-Württemberg steht Ihnen zur Verfügung. Die Vielfalt an Fortbildungen reicht von Methodenkompetenz über Konfliktmanagement bis zu ChatGPT oder dem Erwerb von Prüferlizenzen. Fortbildungsmöglichkeiten auch online unter: www.vhs-bw.de/fortbildungsuebersicht



junge vhs



A176

Insektenfreundliches Gärtnern für Kinder von 5 - 7 Jahren

Warum sind Insekten nützlich? Wie können wir unseren Garten oder Balkon insektenfreundlich gestalten? Die Kinder lernen Wissenswertes über die Umwelt und können diese mit allen Sinnen auf meinem kleinen Bauernhof erleben. Gemeinsam gestalten wir hübsche Pflanzgefäße und bestücken sie mit insektenfreundlichen Pflanzen. Bitte Kleidung, die schmutzig werden darf, und Verpflegung mitbringen.

Dr. Anna Seidler

Samstag, 14.06.2025, 15:00 - 18:00 Uhr

Seckach, Seckach, Waidachshofer Str. 36
13,00 Euro inkl. Materialkosten

A179

Schatzsuche mit Eseln für Kinder von 6 - 8 Jahren mit einem Elternteil

Erleben Sie gemeinsam mit Ihrem Kind ein spannendes Abenteuer bei unserer Schatzsuche mit Eseln! Wir beginnen im Eselstall, wo die Kinder die Esel beim Striegeln und Kraulen kennenlernen. Anschließend machen wir uns auf den Weg, um mit den Eseln auf Schatzsuche zu gehen und herauszufinden, welche Schätze wir unterwegs entdecken. Das Ziel des Kurses ist es, den Kindern spielerisch den Umgang mit Eseln näherzubringen und ihnen ein unvergessliches Erlebnis in der Natur zu bieten. Nach der Schatzsuche machen wir eine kleine Pause im Stall, bevor wir uns anschauen, was wir mit den gefundenen Schätzen machen können. Bitte mitbringen: Getränke und kleines Vesper, festes Schuhwerk und Kleidung, die schmutzig werden darf.

Susanne Eckert

Freitag, 25.04.2025, 15:00 - 17:00 Uhr

Seckach, Eseltouren Susanne Eckert (bei Pferdehof Gloning), Bannholzsiedlung 3
20,00 Euro pro Eltern-Kind-Paar

A180

Waldführung für Kinder Hörst du wie die Bäume sprechen? für Kinder von 6 - 12 Jahren

Wir starten eine spannende Entdeckungsreise durch den Wald. Wie atmen Bäume? Wie hält sich ein Baum fest? Spannende Fragen, die wir gemeinsam auf unserer Waldführung erarbeiten.

Birte Kapps, Waldführerin, Naturpädagogin

Samstag, 17.05.2025, 12:45 - 15:00 Uhr

Rosenberg, Treffpunkt Parkplatz gegenüber Sportplatz Sindolsheim
9,00 Euro

A313

Fit im Kopf und in der Schule 1. - 4. Klasse mit einem Elternteil

Der Kurs ist für Kinder im Grundschulalter konzipiert, die spielerisch kinesiologische Übungen erlernen möchten. Kinesiologische Übungen unterstützen und fördern die kindliche Entwicklung, indem sie helfen können, Blockaden zu überwinden und Entwicklungsstörungen vorzubeugen. Die Übungen im Kurs dienen der Lese-, Lern- und Sprachförderung, der Rechtschreibung sowie der Konzentration. Bitte mitbringen: Getränke, Decke oder Yogamatte, ein Spielauto, Farbstifte und einen Zeichenblock.

Anja Löber

Samstag, 22.03.2025, 13:00 - 14:30 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
20,00 Euro



© Foto: iStock

A314

Fit im Kopf und in der Schule 1. - 4. Klasse mit einem Elternteil

Anja Löber

Samstag, 29.03.2025, 13:00 - 14:30 Uhr

Hardheim, Walter-Hohmann-Schulzentrum, Schulstr. 8
20,00 Euro

A315

So will ich lernen Lernwerkstatt für Kinder ab 8 Jahren

Wenn wir wollen, dass unsere Kinder selbstständig und konzentriert lernen, müssen wir sie bei der Lerngestaltung ins Boot holen. In dieser Lernwerkstatt kreieren Schülerinnen und Schüler gemeinsam mit ihren Eltern eine eigene, individuelle Lernstrategie. Jedes Kind hat eine eigene Motivation, warum es lernen möchte. Diese zu finden und mit passenden Lernorganisationsmethoden und Lernstrategien zu kombinieren ist der Schlüssel zum Erfolg. Ein Elternteil darf den Workshop in der letzten Dreiviertelstunde begleiten.

Marie-Josefine Kölbel, Lerncoach

Samstag, 24.05.2025, 10:00 - 13:00 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
19,00 Euro

A316

Prüfungsstress bekämpfen

Lernwerkstatt für Menschen ab 12 Jahren

Ob Oberstufenschüler, Auszubildende oder Studierende, oft eint uns die Nervosität vor Referaten, Präsentationen oder Auftritten. In dieser Lernwerkstatt besiegen wir unser Lampenfieber und verwandeln Prüfungsangst in Prüfungscompetenz. Wir stärken unsere inneren Ressourcen! Jeder Teilnehmende baut eine eigene Strategie auf, um Sorgen und Nervosität vor Prüfungen und Präsentationen abzubauen und die eigenen Stärken gekonnt einzusetzen. Wenig Theorie, viele Übungen und gemeinsames Ausprobieren.

Marie-Josefine Kölbl, Lerncoach

Samstag, 24.05.2025, 14:00 - 17:00 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31, Kursraum oben
19,00 Euro

A317

Stark im Alltag 1

Selbstbewusstsein und innere Stärke für Kinder von 6 - 10 Jahren

Hier lernen Kinder, wie sie ihr inneres Potenzial entdecken und selbstbewusst in den Alltag integrieren können. Durch gezielte Übungen und spielerische Methoden entwickeln sie eine starke innere Basis, die ihnen hilft, Herausforderungen selbstständig zu meistern. Das Potenzialtraining stärkt ihr Selbstvertrauen und ihre sozialen Kompetenzen und unterstützt sie dabei, ihre persönlichen Stärken zu erkennen und zu entfalten.

Madeleine Bryan,

Anti-Mobbing & Resilienz Trainerin

Montag, 10.03.2025 bis 31.03.2025, 16:00 - 17:00 Uhr, 4 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31, Entspannungsraum Morgensonne
25,00 Euro

A318

Stark im Alltag 2

Selbstbewusstsein und innere Stärke für Kinder von 6 - 10 Jahren

Für Kinder, die Stark im Alltag 1 besucht haben.

Madeleine Bryan,

Anti-Mobbing & Resilienz Trainerin

Montag, 05.05.2025 bis 26.05.2025, 16:00 - 17:00 Uhr, 4 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31, Entspannungsraum Morgensonne
25,00 Euro

A325

Selbstbehauptung und Resilienz für Kinder von 5 - 9 Jahren

Die Kinder lernen in diesem Selbstbehauptungs- und Resilienz-Training Strategien kennen, die ihnen beim Umgang mit schwierigen Situationen helfen können. Weitere Inhalte des Kurses sind: Widerstandsfähigkeit gegenüber Hänseleien aufbauen, Selbstsicherheit üben, Zielstrebigkeit und Ausdauer lernen, respektvoll miteinander umgehen und Bedürfnisse anderer sowie Gefühle und Grenzen wahrnehmen. Einschätzen lernen, was gut und sinnvoll ist. Die Kinder haben im Training selbstverständlich die Möglichkeit, das Gelernte miteinander zu üben.

Bianca Sauer, Erzieherin,

Selbstbehauptung & Resilienz Trainerin

Freitag, 21.03.2025 bis 11.04.2025, 15:00 - 17:00 Uhr, 4 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31, Entspannungsraum Abendstern
39,00 Euro

A340

Spiel und Spaß mit Hund für Kinder von 6 - 10 Jahren

Bist du zwischen 6 und 10 Jahre alt und liebst Hunde? Dann ist unser Kurs genau das Richtige für dich! Neben dem Spielen mit dem Hund, lernen wir auch den Umgang und die Körpersprache des Hundes. Zum Abschluss werden wir kreativ. Die Kursleiterin bringt einen Hund mit, bitte keine eigenen Hunde mitbringen.

Ann-Kathrin Knörzer-Riedling, Kunsttherapeutin

Samstag, 05.07.2025, 10:30 - 12:00 Uhr

Buchen, Treffpunkt J.-Martin-Kraus-Brunnen beim vhs-Haus 1
10,00 Euro inkl. Materialkosten

A402

Superhirn Kopfrechnen

schneller als mit dem Taschenrechner

Sie lernen verblüffende Kopfrechentricks, mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner. Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch unbekannt, machen viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches. Der Buchautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Tricks des Kopfrechnens.

Helmut Lange, Dipl.-Pädagoge

Donnerstag, 13.03.2025, 19:00 - 21:30 Uhr online
25,00 Euro



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!





© Foto: KI-generiert

A404
Superhirn
Vokabeln lernen im Sekundentakt
für Schüler/innen

Vokabeln im Sekundentakt lernen können - die Schlüsselwortmethode hilft dabei. Das zigfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Andragoge Helmut Lange zeigt euch anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen - schon während des Webinars.

Helmut Lange, Dipl.-Pädagoge
 Dienstag, 18.03.2025, 16:00 - 18:00 Uhr
 online
 25,00 Euro

B338
Zeichnen für Kinder
von 7 - 9 Jahren

Wie kann ich einen gehenden Menschen oder ein trabendes Pferd zeichnen - wie ein Auto so darstellen, dass man den Eindruck bekommt, es würde gleich losfahren? Beim Zeichnen lernen geht es um die Perspektive, die Raumbtiefe und vor allem um Proportionen. Hier erfahrt ihr die Regeln dazu und lernt die Techniken kennen, die man - von der Dozentin an die jeweilige Altersstufe angepasst - anwenden kann. Ihr dürft jede Menge Malutensilien vom Bleistift bis hin zur Kohle ausprobieren. Die Dozentin zeigt euch, wie man diese einsetzen und wie euer Bild im Kopf zu einem Bild auf Papier werden kann. Wusstet ihr eigentlich, dass kreatives Gestalten die Persönlichkeitsentwicklung unterstützt und verschiedene Sinne und Emotionen beim Zeichnen angeregt werden? Probiert es aus!

Ann-Kathrin Knörzer-Riedling, Kunsttherapeutin
 Samstag, 12.04.2025 bis 16.04.2025,
 10:00 - 10:45 Uhr, 4 Termine
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
 kleiner Kursraum
 23,00 Euro + 5,00 Euro Materialkosten



© Foto: KI-generiert

B380
Aquarell in Buchen
für Jugendliche von 9 - 14 Jahren

In diesem fünfzügigen Kurs haben die Kinder die Möglichkeit, ihre Kreativität auszuleben und dabei die Grundlagen der Aquarellmalerei zu erlernen. Sie lernen spielerisch verschiedene Techniken und Tricks, um lebendige Bilder zu gestalten. Die historische Altstadt Buchens bietet eine inspirierende Kulisse mit traumhaften Motiven. Bei schlechtem Wetter steht ein sicheres Atelier in der vhs zur Verfügung, wo die Kinder ungestört kreativ sein können. Der Kurs ist ideal für junge Künstler/innen ohne Vorkenntnisse, die neue Techniken ausprobieren und in einer kreativen Umgebung lernen wollen. Mit der Anmeldung erklären sich die Eltern einverstanden mit dem vhs-Recht auf gemaltes Bild und teilen der vhs ihre Mobilnummer mit.

Inga Hayler, Künstlerin
 Montag, 16.06.2025 bis 21.06.2025,
 10:00 - 15:00 Uhr, 5 Termine
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
 kleiner Kursraum
 149,00 Euro + 20,00 Euro Materialkosten
 und 50,00 Euro Verpflegung
 Jedes Kind bekommt einen von Künstlerhand zusammengestellten Aquarellkasten mit einem Pinsel und täglich ein gesundes Mittagessen.

Kleine Malschule

Die kleine Malschule hat die Intention, die künstlerischen Aktivitäten der Kinder aufzugreifen und sie dabei begleitend zu unterstützen. Die Dozentin zeigt in Theorie und Praxis verschiedenste Wege und Möglichkeiten des Kreativseins. Dafür bietet sie unterschiedliche Farben und Materialien an, mit denen die entstehenden Unikate gestaltet werden können. Für die kreative Entwicklung der Kinder und Jugendlichen ist es wichtig, eine Auswahl an Techniken kennenzulernen und auszuprobieren. Eigene Ideen sind herzlich willkommen. Bitte einen Malkittel oder ein Mal-Shirt mitbringen.

B401

Kleine Malschule für Kinder von 8 - 13 Jahren

Olga Kling, Kunstlehrerin
Donnerstag, 13.03.2025 bis 10.04.2025,
17:00 - 18:30 Uhr, 5 Termine
Seckach, Seckachtalschule, Schulstr. 5,
Kunstatelier
55,00 Euro inkl. 10,00 Euro Materialkosten

B402

Kleine Malschule für Kinder von 8 - 13 Jahren

Olga Kling, Kunstlehrerin
Donnerstag, 08.05.2025 bis 26.06.2025,
17:00 - 18:30 Uhr, 5 Termine
Seckach, Seckachtalschule, Schulstr. 5,
Kunstatelier
55,00 Euro inkl. 10,00 Euro Materialkosten



© Foto: Olga Kling

B411

Kleine Malschule für Jugendliche von 14 - 18 Jahren und Kinder mit Vorkenntnissen

Olga Kling, Kunstlehrerin
Freitag, 14.03.2025 bis 11.04.2025,
15:00 - 16:30 Uhr, 5 Termine
Seckach, Seckachtalschule, Schulstr. 5,
Kunstatelier
55,00 Euro inkl. 10,00 Euro Materialkosten

B412

Kleine Malschule für Jugendliche von 14 - 18 Jahren und Kinder mit Vorkenntnissen

Olga Kling, Kunstlehrerin
Freitag, 02.05.2025 bis 30.05.2025,
15:00 - 16:30 Uhr, 5 Termine
Seckach, Seckachtalschule, Schulstr. 5,
Kunstatelier
55,00 Euro inkl. 10,00 Euro Materialkosten

B445

Designen, Drucken, Staunen 3D-Druckkurs

Seit seiner Erfindung begeistert der 3D-Druck durch die Möglichkeit, eigene Ideen schnell und kostengünstig in greifbare Objekte zu verwandeln. Von nützlichen Dingen für den Alltag, wie beispielsweise personalisierten Handyhüllen, Stifthaltern, Schlüsselanhängern oder Bauteilen für DIY-Projekte bis hin zu kreativen Dekoartikeln ist beinahe alles möglich. In einem eintägigen Workshop erlernen die Teilnehmenden eigenständig mithilfe des kostenfreien CAD-Programmes Tinkercad© 3D-Objekte zu erstellen, zu bearbeiten und diese dann vor Ort auszudrucken. Es ist keinerlei Vorwissen nötig und selbst PC-Unerfahrene erfreuen sich binnen kurzer Zeit an den selbst ausgedruckten Objekten. Alle Materialien werden gestellt, die Teilnehmenden müssen außer Vorfreude nichts mitbringen.

Jörn Hahn,

Lehrkraft für Präsentation und Medien
Samstag, 15.03.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
Walldürn, Frankenlandschule, Raum
DV131
48,00 Euro inkl. 5,00 Euro Materialkosten



© Foto: Jörn Hahn



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



B450 **Kunstwerkstatt für Kinder** **von 6 - 10 Jahren**

In dieser Kunstwerkstatt schaffen Kinder Schritt für Schritt ihr eigenes kreatives Gemälde auf Leinwand. Über fünf Termine lernen sie die Grundlagen der Perspektive, die Farbmixtur sowie den Umgang mit Licht und Schatten. Dabei entdecken die Kinder die Welt aus neuen, kreativen Perspektiven und setzen ihre Ideen auf der Leinwand um.

Diana Eida, Künstlerin

*Donnerstag, 20.02.2025 bis 27.03.2025,
15:00 - 16:30 Uhr, 5 Termine*

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum

55,00 Euro inkl. 10,00 € Materialkosten

B460 **Kunstwerkstatt für Jugendliche** **von 11 - 18 Jahren**

Diana Eida, Künstlerin

*Donnerstag, 20.02.2025 bis 27.03.2025,
17:00 - 18:30 Uhr, 5 Termine*

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum

55,00 Euro inkl. 10,00 € Materialkosten



© Foto: iStock

B500 **Frühlingszauber aus Garn** **für Kinder von 5 - 10 Jahren**

In diesem kreativen Bastelkurs zaubern Kinder wunderschöne Frühlingsdekorationen und Geschenke aus Garn! Von Herzen zum Weltfrauentag bis hin zu süßen Vögeln und bunten Schmetterlingen entstehen in jedem Termin individuelle Kunstwerke. Ziel des Kurses ist es, die Kreativität der Kinder zu fördern und ihnen verschiedene Techniken der Garnverarbeitung näherzubringen. Die Kinder lernen, wie sie mit einfachen Materialien einzigartige Dekorationen gestalten können. Am Ende jedes Termins nehmen sie ihr persönliches Kunstwerk mit nach Hause.

Diana Eida, Künstlerin

*Dienstag, 18.02.2025 bis 25.03.2025,
16:00 - 17:30 Uhr, 5 Termine*

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum

53,00 Euro inkl. 8,00 € Materialkosten

B510 **Osterbasteln auf dem Bauernhof** **für Kinder von 5 - 7 Jahren**

In der Bastelscheune auf meinem kleinen Bauernhof sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Gemeinsam basteln wir österliche Eigenkreationen aus Naturmaterialien und verbringen eine spannende Zeit in einem Umfeld, das zum Spielen, Lernen und Entdecken anregt. Selbstverständlich dürfen die selbstgebastelten Osternester nach Kursende mit nach Hause genommen werden. Bitte einen Malkittel und Verpflegung mitbringen.

Dr. Anna Seidler

Samstag, 12.04.2025, 15:00 - 17:45 Uhr

Seckach, Seckach, Waidachshofer Str. 36
13,00 Euro inkl. Materialkosten

B515 **Faszination Steine** **Steinzauber** **für Kinder von 5 - 7 Jahren**

Jeder Stein ist ein Einzelstück. Wir schauen uns Steine von innen und außen an. Beim Steinzauber toben wir uns in meiner Bastelscheune auf meinem kleinen Bauernhof künstlerisch voll aus und bemalen mit Acrylfarben und Synthetikpinseln vorbereitete Steine und festigen die Farbe mit Lack. Bringt Vorstellungsvermögen und Begeisterung mit! Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Für das Umsetzen verschiedener Ideen stehen mehrere Werkzeuge bereit. Bitte Kleidung, die schmutzig werden darf und Verpflegung mitbringen. Bio Apfelsaft und Mineralwasser stehen bereit.

Dr. Anna Seidler

Samstag, 28.06.2025, 15:00 - 18:00 Uhr
Seckach, Seckach, Waidachshofer Str. 36
13,00 Euro inkl. Materialkosten

B530 **Kreativwerkstatt** **für Kinder ab 10 Jahren**

Entdecke die Welt der Kreativität! Hier können junge Künstler/innen mit verschiedenen Materialien experimentieren und ausgefallene Kunstwerke erschaffen. Wir basteln saisonale Projekte, die die Fantasie anregen. Das Ziel des Kurses ist es, künstlerische Fähigkeiten zu fördern und den Umgang mit verschiedensten Materialien zu erlernen. Die Kinder gewinnen Selbstvertrauen in ihre Kreativität und können diese Fähigkeiten im Alltag anwenden.

Nadja Schaaf

*Dienstag, 18.02.2025 bis 25.03.2025,
15:30 - 17:00 Uhr, 5 Termine*

Adelsheim, Martin-von-Adelsheim-Schule,
Obere Eckenbergstr. 1, Bühnenzimmer
55,00 Euro inkl. 10 € Materialkosten

B532
Kreativwerkstatt
für Kinder ab 10 Jahren

Nadja Schaaf

Dienstag, 29.04.2025 bis 27.05.2025,
15:30 - 17:00 Uhr, 5 Termine

Adelsheim, Martin-von-Adelsheim-Schule,
Obere Eckenbergstr. 1, Bühnenzimmer
55,00 Euro inkl. 10 € Materialkosten

B550
Upcycling - Tasche nähen
für Kinder von 10 - 14 Jahren

Wir verarbeiten nach dem Motto „aus Alt mach Neu“ alte (Jeans-) Hosen, T-Shirts oder Hemden zu einer schicken Tasche. Jeder hat ein altes Lieblingsstück, von dem er sich nicht trennen kann. Im Upcycling Kurs habt ihr die Gelegenheit, Lieblingsteile ein neues Leben einzuhauchen. Gern dürft ihr eure Lieblings-teile zum Vernähen mitbringen. Die Dozentin hat außerdem ausreichend Material dabei.

Kerstin Heneka

Donnerstag, 20.03.2025, 15:00 - 18:30 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
17,00 Euro inkl. 5,00 Euro Materialkosten

B552
Muttertags-Geschenk nähen
für Kinder von 9 - 14 Jahren

Dieser Kurs richtet sich an Kinder, die Spaß am Nähen haben. Hier habt ihr die Möglichkeit, ein ganz besonders Geschenk zum Muttertag zu kreieren. Gemeinsam werden wir ein wunderschönes, handgemachtes Überraschungsgeschenk nähen, das eure Mütter begeistern wird!

Kerstin Heneka

Freitag, 02.05.2025, 14:00 - 17:00 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
19,00 Euro inkl. 8,00 Euro Materialkosten

B554
Beaniemütze und
Loopschal nähen
für Kinder von 9 - 14 Jahren

Wir starten mit einem kurzen Nähmaschinen-Grundkurs. Direkt im Anschluss nähen wir Banie und Loop. Die Dozentin bringt eine Auswahl an Stoffen mit.

Kerstin Heneka

Donnerstag, 20.02.2025, 15:00 - 18:30 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
22,00 Euro inkl. 10,00 Euro Materialkosten

B556
Osterhasen nähen
für Kinder ab 9 Jahren

Schritt für Schritt lernen wir, den Hasen zu entwerfen, zuzuschneiden und zusammenzunähen. Dabei werden grundlegende Näh-techniken vermittelt, die auch in zukünftigen Projekten nützlich sind. Am Ende des Kurses haben die Teilnehmenden ihren eigenen Osterhasen fertiggestellt und können stolz ihr Werk präsentieren.

Kerstin Heneka

Donnerstag, 27.03.2025, 15:00 - 18:00 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
19,00 Euro inkl. 8,00 Euro Materialkosten



© Foto: iStock



© Foto: KI-generiert

B592
Nähkurs für Kinder
von 7 - 14 Jahren
Kapuzenschal

In diesem spannenden Anfängerkurs lernen Kinder die Grundlagen des Nähens und erstellen ihren eigenen Kapuzenschal! Der Kapuzenschal ist nicht nur ein praktisches Accessoire für die kalte Jahreszeit, sondern auch ein kreatives Projekt, das den Kindern hilft, ihre Fantasie und Geschicklichkeit zu entfalten. Schnittvorlagen und Material gibt es im Kurs.

Bitte mitbringen: kleine Schere, Stecknadeln, Nahttrenner, Nähmaschinen sind vorhanden, wer eine eigene Nähmaschine hat, kann diese auch gerne mitbringen.

Das komplette Material kann bei der Kursleitung erworben werden.

Weitere Informationen bei Nicole Trunk
01729747183

Nicole Trunk, Modeschneiderin

Donnerstag, 20.02.2025, 15:00 - 17:30 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
23,00 Euro inkl. 15,00 Euro Materialkosten



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



B594

**Nähkurs für Kinder
von 7 - 14 Jahren
Umhängetäschchen**

Wolltest du schon immer mal etwas nähen, weißt aber nicht, wie du anfangen sollst? Oder du hast Grundkenntnisse und brauchst noch ein bisschen Anleitung? In diesem Kurs starten wir mit etwas Einfachem und lernen dabei, mit der Nähmaschine umzugehen. Kids von 7 bis 14 Jahren gestalten hier ihr individuelles Umhängetäschchen. Eigene Ideen sind immer willkommen. Schnittvorlagen und Material gibt es im Kurs.

Bitte mitbringen: kleine Schere, Stecknadeln, Nahttrenner, Nähmaschinen sind vorhanden, wer eine eigene Nähmaschine hat, kann diese auch gerne mitbringen.

Nicole Trunk, Modeschneiderin

Freitag, 28.03.2025, 15:00 - 17:30 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
23,00 Euro inkl. 15,00 Euro Materialkosten

**Weitere Informationen bei
Nicole Trunk, Tel. 0172 9747183.**

B596

**Nähkurs für Kinder
von 7 - 14 Jahren
Kulturtasche**

Selbstgemachtes kommt nie aus der Mode und ist immer besonders! Unter Anleitung und mit der Hilfe der fachkundigen Dozentin könnt ihr ganz einfach euer eigenes Kulturtäschchen nähen. Bitte mitbringen: kleine Schere, Stecknadeln, Nahttrenner, Nähmaschinen sind vorhanden, wer eine eigene Nähmaschine hat, kann diese auch gerne mitbringen.

Nicole Trunk, Modeschneiderin

Freitag, 23.05.2025, 15:00 - 17:30 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
23,00 Euro inkl. 15,00 Euro Materialkosten

B598

**Nähkurs für Kinder
von 7 - 14 Jahren
Turnbeutel**

Habt ihr Lust auf euer erstes Nähprojekt? Die Kursleiterin erklärt den Umgang mit der Nähmaschine und ihr könnt euren eigenen Turnbeutel herstellen.

Bitte mitbringen: kleine Schere, Stecknadeln, Nahttrenner, Nähmaschinen sind vorhanden, wer eine eigene Nähmaschine hat, kann diese auch gerne mitbringen.

Nicole Trunk, Modeschneiderin

Donnerstag, 03.04.2025, 15:00 - 17:30 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
23,00 Euro inkl. 15,00 Euro Materialkosten

C174

**Waldbaden für Entdecker
Kinder von 8 - 12 Jahren
in Begleitung eines Erwachsenen**

In diesem Kurs erleben Kinder den Wald ganz bewusst mit allen Sinnen. Wir erkunden gemeinsam die heilsame Kraft der Natur und entdecken spielerisch die Geheimnisse des Waldes. Durch kindgerechte Übungen lernen die Teilnehmenden, wie sie Ruhe und Kraft aus der Natur schöpfen können. Auf dem Programm stehen spannende Aktivitäten wie das Erforschen von Naturmaterialien, achtsame Bewegungsspiele und eine zauberhafte Waldgeschichte zum Entspannen. Nur in Begleitung einer erwachsenen Person. Bitte mitbringen: dem Wetter angepasste Kleidung, festes Schuhwerk, Liegeunterlage, ggf. eine Regenjacke und Getränk/Obstsnack. Bei Sturm und Starkregen findet die Veranstaltung nicht statt.

*Ulrike Kiesecker, zertifiz. Kursleiterin
für Waldbaden*

Samstag, 10.05.2025, 10:30 - 12:00 Uhr

**Hardheim, Treffpunkt Wolfsgrubenhütte,
Parkmöglichkeiten auf dem Honertparkplatz**
16,00 Euro je Eltern-Kind-Paar



© Foto: iStock



© Foto: iStock

D240
Fun with English
für Kinder von 6 - 10 Jahren

Anregende Gesprächsimpulse und sprachfördernde Spiele geben Ihrem Kind ohne jeden Leistungsdruck die Möglichkeit, die eigenen sprachlichen Fähigkeiten kennenzulernen und zu verbessern. Mit Spiel und Spaß erwerben die Kinder so den englischen Grundwortschatz.

Teodora Süveg, Lehrerin in Ausbildung
Mittwoch, 19.02.2025 bis 21.05.2025,
15:00 - 15:45 Uhr, 10 Termine
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
46,00 Euro

D700
Kyrillisch lesen
für Jugendliche von 9 - 16 Jahren

Das Aufwachsen mit mehr als einer Sprache bedeutet ein hohes Potential für die Entwicklung eines Kindes. Der Kurs bringt Schülerinnen und Schülern, die Russisch sprechen, das kyrillische Alphabet näher und baut die Lese- und Schreibkompetenz im Russischen auf. Mit viel Abwechslung und Phantasie lernen wir Buchstaben und Laute kennen und trainieren flüssiges Lesen.

Diana Eida
Dienstag, 01.04.2025 bis 15.07.2025,
16:00 - 17:30 Uhr, 12 Termine
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
98,00 Euro in der Kleingruppe



© Foto: Diana Eida



© Foto: iStock

E200
Tastaturschreiben am PC
für Schulklassen 5 und 6

Das 10-Finger-Schreiben nach der audiovisuellen Lernmethode vermittelt das „blinde“ Schreiben an der Tastatur innerhalb kurzer Zeit. Mit Farben, Bildern, Assoziationen und Musik werden die Griffwege an der Tastatur schnell erarbeitet. Ein Schreibtraining im Kurs und Übungszeiten zu Hause sichern das Ergebnis.

Dieser Kurs kann von Schulklassen auf Wunsch terminiert und in der eigenen Schule durchgeführt werden, sofern ein Computerraum zur Verfügung steht.

Jutta Mackert, Geprüfte Sekretärin (IHK)
Beginn nach Absprache, bitte rufen Sie uns an.
62,00 Euro (ermäßigte Gebühr)
inkl. Lehrbuch 15,90 Euro



Folgen Sie uns auf
 Instagram und Facebook!



A group of young women are shown from behind, hugging each other in a warm, supportive embrace. They are outdoors, with a lush green background of trees and foliage. The woman on the left is wearing a pink long-sleeved shirt. The woman in the middle is wearing a green long-sleeved shirt. The woman on the right is wearing a red and white patterned top and an orange leather backpack. The overall atmosphere is one of friendship and solidarity.

 **Politik,
Gesellschaft
und Umwelt**

WISSEN LIVE

vhs. öffnet horizonte

A005 vhs.wissen live

Die sieben Todsünden

Menschheitswissen für das Zeitalter der Krise

Wir leben im Zeitalter der Krise – und haben doch kaum eine Vorstellung davon, wie wir dem Imperativ des «Immer mehr» entkommen können. Dabei kannten unsere Vorfahren, wie Annette Kehnel zeigt, doch Mittel und Wege. Prof. Dr. Annette Kehnel lehrt Mittelalterliche Geschichte an der Universität Mannheim. Ihr Buch «Wir konnten auch anders» wurde mit dem NDR-Sachbuchpreis ausgezeichnet.

Prof. Dr. Annette Kehnel

Montag, 03.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A006 vhs.wissen live

Less is more?

Zur Psychologie von Konsumreduktion und nachhaltigem Konsum

Unser Konsumverhalten beeinflusst in vielen Bereichen wie z.B. Mobilität, Ernährung und Reisen den globalen CO₂-Ausstoß. In der Diskussion um nachhaltiges Verhalten wird deshalb unter dem Stichwort Suffizienz oft eine Reduktion des individuellen Konsums gefordert. Der Vortrag geht der Frage nach, welche psychologischen Faktoren beeinflussen, ob und wann Menschen bereit sind, ihren Konsum zu reduzieren, und welche Interventionen nachhaltigen Konsum fördern können.

Prof. Dr. Oliver Büttner

Donnerstag, 06.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A007 vhs.wissen live

Shakyamuni Buddha

Historische Gestalt und zeitloses Vorbild

Die verschiedenen Lebensgeschichten des Buddha stellen für Buddhisten und Buddhismusforscher gleichermaßen eine Herausforderung dar, wenn es darum geht, wie sie all das reiche Material betrachten. Indem ich versuche, „Buddha als historische Person“ neu zu erfassen und seine intellektuelle und religiöse Weltansicht mit den vielen posthumen Legenden in Einklang zu bringen, rekonstruiere ich eine Biographie, die natürlich virtuell, aber gleichzeitig realistisch ist.

Prof. Dr. Helwig Schmidt-Glintzer

Sonntag, 09.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro



vhs.wissen live – Info

Die einzelnen Vorträge werden online per Livestream über die Plattform zoom übertragen. Daher besteht für Sie die Möglichkeit, diese an einem internetfähigen Gerät (PC, Notebook, Tablet oder Smartphone) unkompliziert und bequem von zuhause aus oder unterwegs anzusehen. Sie verfolgen die Vorträge in Echtzeit und haben die Möglichkeit, Ihre Fragen über einen Online-Chat einzubringen. Sie selbst sind dabei nicht sichtbar und brauchen weder Mikrofon noch Kamera. Den Link zum Livestream erhalten Sie nach der Anmeldung circa 2-3 Tage vor der Veranstaltung.



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



A008 vhs.wissen live

Grüner Kolonialismus wie eine NGO große Teile Afrikas beherrscht

Die NGO „African Parks“ verwaltet eine Fläche von der Größe Großbritanniens. Die Organisation unterhält bewaffnete Kräfte mit weitgehenden Befugnissen zum Schutz der Gebiete – vor Terroristen, vor Wilderern und vor der Bevölkerung. Einheimische dürfen das von ihnen traditionell genutzte Land nicht mehr betreten, es kommt zu Folter und Vergewaltigung. Der Safari-Tourismus, Spenden von Milliardären und westlichen Regierungen - auch der deutschen - bringen reiche Einnahmen. An der Spitze steht eine weiße Elite, die alles daransetzt, nur schöne Bilder von Großwild und intakter Natur nach außen dringen zu lassen.

Oliver van Beemen

Mittwoch, 12.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A009 vhs.wissen live

Schönheit der Astrophysik

Die Astronomie gehört zu den schönsten Wissenschaften überhaupt, weil wir mit ihr faszinierende und atemberaubend ästhetische Aufnahmen gewinnen. Einen großen Anteil daran haben Weltraumteleskope wie Hubble oder neuerdings James Webb. Doch auch andere Instrumente und Methoden der Astrophysik liefern Bilder, die einen großen Reiz ausüben.

Dr. Andreas Müller

Montag, 17.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A010 vhs.wissen live

Dürer im Zeitalter der Wunder Kunst und Gesellschaft an der Schwelle zur globalen Welt

1511 fasst Albrecht Dürer einen radikalen Entschluss: Nachdem er sich mit dem Frankfurter Kaufmann Jacob Heller wegen eines Auftrages zerstritten hat, hört er auf Altarbilder zu malen und wendet sich anderen Werken zu. Dieser Konflikt ist dabei wie eine Linse, durch die man die neue Beziehung zwischen Kunst, Sammeln und Handel in Europa bis zum Dreißigjährigen Krieg beobachten kann.

Prof. Dr. Ulinka Rublack

Dienstag, 25.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A011 vhs.wissen live

Die drei Ringe Warum die Religionen erst im Mittelalter entstanden sind

Das Grab des Propheten Ezechiel in der Nähe von Bagdad war im Mittelalter Ziel von jüdischen, muslimischen und christlichen Pilgern. An diesem und vielen anderen Beispielen zeigt Dorothea Weltecke anschaulich, wie intensiv sich die Glaubensgemeinschaften austauschten. Gemeinsam bauten sie eine neue kulturelle Landschaft.

Prof. Dr. Dorothea Weltecke

Sonntag, 09.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A012 vhs.wissen live

Pop-up-Propaganda Epikrise der russischen Selbstvergiftung

Während innerhalb Russlands das Verbot kritischer Medien eine beinahe karikaturhafte Erzählung über traditionelle Werte und die Notwendigkeit der »Militärischen Spezialoperation« hervorbringt, arbeiten sorgfältig geplante Propagandaaktionen im Rest der Welt an der Destabilisierung demokratischer Gesellschaften. Ein planmäßiger Wahnsinn überzieht das Land. Er zeigt sich in inflationär gebrauchten Euphemismen und Hassreden, als Denunziation und in einem bis ins Subtilste durchdachten Strafreime. Und es ist ein Wahnsinn mit Geschichte.

Irina Rastorgueva

Sonntag, 16.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A013 vhs.wissen live

Wasser für die Welt klimaresilientes Wassermanagement

Wasser ist Leben, Wasser eint, trennt und schürt Konflikte. In einer klimatisch und geopolitisch aufgeheizten Welt verschärfen sich die Herausforderungen um Wasser substanziell. Unsicherheit wird Normalität, Grenzen der Beherrschbarkeit könnten überschritten werden. Notwendig ist ein klimaresilientes Wassermanagement mit langfristigem Blick, das Wasser in Flüssen, Seen und Grundwasser, sowie im Boden gebundenes Wasser zusammendenkt und flexibel auf Veränderungen reagieren kann.

Prof. Dr. Karen Pittel

Dienstag, 25.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A014 vhs.wissen live

Wenn Russland gewinnt

Ein Szenario

Nachdem die russischen Truppen die unter massivem Munitions- und Personalmangel leidenden Stellungen der ukrainischen Armee im Süden und Osten des Landes durchbrochen haben, rücken sie erneut bis nach Kiew vor - diesmal erfolgreich. Präsident Selensky und seine Regierung werden gestürzt, ein autoritäres Marionettenregime von Moskaus Gnaden rückt an ihre Stelle. Es ist nur ein hypothetisches Zukunftsszenario, das der renommierte Politikwissenschaftler und Militärexperte Carlo Masala in seinem Vortrag entwirft – aber es zeigt auf besonders drastische Weise, was heute auf dem Spiel steht.

Prof. Dr. Carlo Masala

Donnerstag, 27.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro



Entscheiden Sie selbst, welche Gebühr Sie für den Vortrag zahlen möchten. Sie können kostenlos teilnehmen oder den Vortrag mit 5, 10 Euro oder einem anderen Beitrag Ihrer Wahl unterstützen und damit zum Erhalt der Veranstaltungsreihe beitragen.

Sparkasse Neckartal-Odenwald,

– IBAN: DE81 6745 0048 0007 0152 33, BIC: SOLADES1MOS oder

Volksbank Franken,

– IBAN: DE75 6746 1424 0001 1816 02, BIC: GENODE1BUC,

Kontoinhaber: Volkshochschule Buchen e. V., Verwendungszweck: vhs.wissen live

A015 vhs.wissen live

Raus aus der Abhängigkeit

Wie sichern wir die Rohstoffversorgung für Deutschland?

Welche Rolle können primäre Rohstoffe aus heimischen Lagerstätten spielen? Wie kann Deutschland auf den internationalen Rohstoffmärkten handlungsfähig werden? Wie können wir unsere hohen Abhängigkeiten bei kritischen Metallen und Mineralien verringern? Es ist höchste Zeit, neue Wege für unsere Rohstoffversorgung einzuschlagen.

Prof. Dr. Jens Gutzmer

Dienstag, 08.04.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A016 vhs.wissen live

A matter of taste

Wie kommt der Geschmack in unser Essen?

Obst, Gemüse, Gewürze erkennen wir mit geschlossenen Augen. Aber wie entstehen diese Eigenschaften? Welche chemischen Verbindungen stecken dahinter? Für Farbe, Duft und Geschmack in unserem Essen sind pflanzliche Sekundärstoffe verantwortlich. Carotine sorgen zum Beispiel dafür, dass Möhren orange aussehen. Furanol ist für das Erdbeeraroma zuständig und Valencen für den Geschmack einer Orange. Auch die Wirkung von Arzneipflanzen wie Ingwer, Salbei und Kamille geht auf Sekundärstoffe zurück.

Prof. Dr. Ilka Axman

Donnerstag, 10.04.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro

A017 vhs.wissen live

Dialektik der Hure

Von der „Prostitution“ zur „Sex-Arbeit“

Die Hure ist in den Worten Walter Benjamins »Verkäuferin und Ware in einem«. Sie verdinglicht sich zum käuflichen Objekt und bleibt doch unverfügbares Subjekt. Bis in die Debatten der aufgeklärten Gegenwart erscheint sie zugleich als preisgegebenes Opfer und arbeitsscheue Betrügerin. Die Prostitution zeigt sich als unverzichtbare Einrichtung und zu bekämpfendes Übel.

Dr. Theodora Becker

Sonntag, 27.04.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

online, gebührenfrei

freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



A018 vhs.wissen live
**Tiere in der antiken
und islamischen Philosophie**

Antike Philosophen vertraten bei der Bewertung von Tieren ganz unterschiedliche Positionen. Während Aristoteles und die Stoiker Tiere aufgrund ihrer fehlenden Vernunft und Sprache scharf vom Menschen abgrenzten, bewerteten andere philosophische Strömungen Tiere völlig anders. Insbesondere Autoren der Spätantike und der islamischen Welt schrieben Tieren durchaus rationale Fähigkeiten zu. Einige Denker waren sogar überzeugt, dass Tiere Sprache benutzten.

Prof. Dr. Peter Adamson

*Sonntag, 04.05.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
online, gebührenfrei
freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro*

A019 vhs.wissen live
**Computerspielstörung und mehr
Psychologie der
Internetnutzungsstörungen**

Die Computerspielstörung wurde unlängst von der WHO als Verhaltenssucht in das internationale Klassifikationssystem von Erkrankungen aufgenommen. Über (Online-) Spiele hinausgehend werden auch andere Internetapplikationen suchtartig genutzt, wie beispielsweise Online-Shoppingseiten, soziale Netzwerke und Online-Pornografie. Im Vortrag werden die aktuellen diagnostischen Kriterien vorgestellt, theoretische Störungsmodelle zusammengefasst und der aktuelle Forschungsstand zu psychologischen und neurobiologischen Prozessen der online-bezogenen Verhaltenssuchte skizziert. Abschließend werden Ansätze für Prävention und Therapie diskutiert.

Prof. Dr. Matthias Brand

*Mittwoch, 07.05.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
online, gebührenfrei
freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro*

A020 vhs.wissen live
**Der Zeitpächter
Einiges über Goethe und Italien**

Mehrmals geriet Goethe auf seiner italienischen Reise in Situationen, in denen er glauben wollte, aus der eigenen Zeit gefallen und in der Antike oder in einer Art Nicht-Zeit gelandet zu sein. Wir meinen, dieses Gefühl wiederzuerkennen. Doch so ist es nicht: Goethe hatte, noch dem 18. Jahrhundert gemäß, andere Vorstellungen von Zeit und Geschichte, als wir sie hegen.

Thomas Steinfeld

*Mittwoch, 14.05.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
online, gebührenfrei
freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro*

A021 vhs.wissen live
Papst und Zeit

Vom Weltreich zur Weltkirche?

Das Imperium Romanum und die römisch-katholische Kirche verkörpern zwei völlig verschiedene, aber zugleich auch verwandte Institutionen: zwei erfolgreiche Modelle eines politischen / rechtlichen / ethischen Universalismus, der sich im Prinzip an alle Menschen richtet.

Prof. Dr. Otto Kallscheuer

*Donnerstag, 15.05.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
online, gebührenfrei
freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro*

A022 vhs.wissen live
Der jiddische Witz

Der jiddische Witz ist mehr als die Summe der Witze, mit denen Ostjuden über sich selbst lachten. Er ist Geist, „esprit“, ja schwarzer Humor angesichts einer absurden Luftmensch-Existenz. Der israelische Schriftsteller und Germanist Jakob Hessing erschließt kurzweilig das ironische Potential der jiddischen Sprache und erklärt, warum jiddischer Witz und jiddische Literatur aufblühten, als das Ostjudentum seiner Vernichtung entgegen ging.

Prof. Dr. Jakob Hessing

*Montag, 02.06.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
online, gebührenfrei
freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro*

A023 vhs.wissen live
Digital. Kriminell. Menschlich.

Eine Cyberstaatsanwältin berichtet

Der Beruf von Jana Ringwald spielt sich im Verborgenen ab. Die dunkle Seite des Internets, das Darknet, ist ihr Ermittlungsumfeld. Es hat sie zu Deutschlands Cyberstaatsanwältin gemacht. Ihr Job dreht sich um Daten, Kryptowährungen und Cyberattacken – eine hochkomplexe, für viele unbekannte Welt. Eine Welt, in der die Täter den Strafverfolgungsbehörden immer öfter einen Schritt voraus sind.

Jana Ringwald

*Mittwoch, 25.06.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
online, gebührenfrei
freiwillige Gebühr 5 oder 10 Euro*

WISSEN LIVE

vhs. öffnet horizontale

A135

Studienreise Epirus

Kultur, Wandern und Genießen

Das Epirus, nahe der albanischen Grenze, gilt als das „bestgehütete Geheimnis Griechenlands“ und ist eine dünn besiedelte Region mit einer wunderschönen Landschaft. Wir übernachten in einem steinernen Bergdorf auf etwa 1100 m Höhe und genießen die kulinarischen Köstlichkeiten der Umgebung. Von unserem Dorf aus unternehmen wir Tagestouren zu bedeutenden Orten wie Dodona, dem zweitwichtigsten Orakel der Antike, und Ioannina, der Hauptstadt des Epirus. Eine Flusswanderung am Acheron, dem von Homer beschriebenen Fluss, bietet zudem eine erfrischende Badegelegenheit. Um die herrliche Natur zu erleben, machen wir vier Wanderungen (2 bis 5 Stunden) in der berühmten Vikos-Schlucht. Auf dem Weg zum Epirus besuchen wir auch die makedonischen Königsgräber von Vergina und die Meteora-Klöster. Den Abschluss bilden zwei Nächte im kulturell bedeutenden Thessaloniki auf dem Rückweg.

Dr. Frieder Mutschler,

Geopuls-Exkursionsleitung

08.09.2025 bis 18.09.2025, 11 Tage

Flugreise ab Stuttgart, 10 Ü/HP, 4x Mittagspicknick, komplettes Exkursionsprogramm, 2280 Euro, EZ-Zuschlag 400 Euro, max. 16 Teilnehmende

Es gelten die AGB des Reiseveranstalters Geopuls. Die vhs Buchen ist Vermittler dieser Reise. Reiseveranstalter im Sinne des Reisevertragsgesetzes ist die Geopuls GbR, Rottenburg a. N.



© Foto: UNESCO-Welterbe Gjirokastra

A136

Studienreise Albanien und seine Nachbarländer - der Lebensraum der Albaner

Albanien und seine angrenzenden Regionen werden zunehmend touristisch entdeckt, wobei der Massentourismus abseits der Strände noch unbekannt ist. Die Albanischen Alpen bieten großartige Landschaften und unberührte Natur, während die Adria lange Sandstrände und eine reiche Geschichte bis in die Antike aufweist. Auf unserer Route erwarten Sie fünf UNESCO-Welterbestätten sowie ein hervorragender albanischer Geograph, der humorvoll die Eigenheiten der Region vermittelt. Wir übernachten in hochwertigen Hotels und authentischen Landgasthöfen und genießen die lokale Küche. Die herzliche Gastfreundschaft der Albaner wird Sie begeistern und Vorurteile zerstreuen. Die Reise führt von Tirana über Krujë und Skodra nach Montenegro, in den Biogradska Gora Nationalpark sowie über Peja und Prizren in die Albanischen Alpen.

Prof. Dr. Dhimitër Doka,

Geopuls-Exkursionsleitung

30.04.2025 bis 11.05.2025,

28.05.2025 bis 08.06.2025 oder

08.09.2025 bis 19.09.2025, 12 Tage

Flugreise ab Stuttgart/Frankfurt, 11 Ü/HP, komplettes Exkursionsprogramm, 2280 Euro, EZ-Zuschlag 280 Euro, max. 16 Teilnehmende

A137

Studienreise Sizilien

Monti Iblei – Süden & Westen

Die Route dieser Exkursion führt von den Monti Iblei im Südosten Siziliens bis zu den Ägadischen Inseln im Westen. Diese Region, geologisch bereits Teil Afrikas, bietet dramatische Landschaften und beherbergt das UNESCO-Welterbe Pantalica mit seinen Felsengräbern sowie die barocken Städte Noto, Ragusa und das weniger bekannte Palazzolo Acreide. Die Orte im Hinterland sind oft vom Massentourismus verschont geblieben und liegen malerisch an den Schluchten der Monti Iblei. An der Südküste genießen wir zwei Übernachtungen am Meer, besuchen die griechischen Tempel von Agrigent und Selinunte und bewundern die Scala dei Turchi. Im Westen setzen wir unsere Entdeckungen in Marsala fort, erkunden Mazaro del Vallo, die ägadische Insel Favignana und die karthagische Stätte Mozia sowie die Elymerstädte Erice und Segesta. Diese Reise bietet beeindruckende Eindrücke von den Bergen bis zum Meer und zeigt ein authentisches Sizilien.

M.A. Maurizio Rotolo,

Geopuls-Exkursionsleitung

05.10.2025 bis 14.10.2025, 10 Tage

Flugreise ab Stuttgart, 9 Ü/HP, komplettes Exkursionsprogramm, 2560 Euro, EZ-Zuschlag 440 Euro, max. 16 Teilnehmende

vhs 
mit Geographen unterwegs



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



Wir bitten um frühestmögliche Anmeldung zu Kursen, Vorträgen und Veranstaltungen, auch wenn diese gebührenfrei sind.

A151 Studienfahrt zum Rosenpark Dräger

Unsere Fahrt führt am Vormittag nach Friedberg im Wetteraukreis. Nach der Besichtigung einer der größten Burganlagen Deutschlands in Friedberg gibt es Gelegenheit für ein Mittagessen in eigener Regie, bevor es zum nahegelegenen Rosenpark Dräger weitergeht. Wir besuchen im Rahmen einer Gartenführung einen der schönsten Rosengärten Deutschlands, verbunden mit einem traditionellen Afternoon Tea mit Rosenteevervariationen, Scones, Clotted Cream, Rosengelee und anderen süßen sowie herzhaften Köstlichkeiten.

Zustiege in Buchen, Walldürn, Höpfingen und Hardheim möglich, bitte bei Anmeldung angeben.

Helmut Brünner, Organisation
Freitag, 27.06.2025, verbindliche
Anmeldung bis spätestens 06.06.2025
Hardheim, 90,00 Euro inkl. Busfahrt,
Führung und Afternoon Tea

A165 Zeugnis einfachen Bauens Führung durch das Eiermann-Magnani- Haus in Hettingen

In den ersten Nachkriegsjahren haben Architekt Egon Eiermann und Pfarrer Heinrich Magnani in Hettingen eine großartige Wohnsiedlung errichtet. Es galt, den vielen Heimatvertriebenen eine „neue Heimat“ zu schaffen. Dank der Nächstenliebe und Visionen eines mutigen Pfarrers und eines begnadeten Architekten sind Doppel- und Zweifamilienhäuser mit baulichen Besonderheiten entstanden. Das Werk war für die damalige Zeit eine soziale, integrative und architektonische Sensation und fand große Anerkennung in Staat und Kirche. 2018 wurde das einzige nahezu unverändert erhaltene Haus saniert und die vom Haus der Geschichte Baden-Württemberg konzipierte Ausstellung eröffnet. Wollen Sie sehen, wie Heimatvertriebene damals gewohnt haben? Melden Sie sich bei der vhs zur Führung durch das Haus und die Ausstellung an. www.dokumentation-eiermann-magnani.de
Verein Eiermann-Magnani-
Dokumentationsstätte
Mittwoch, 21.05.2025, 17:00 - 19:00 Uhr
Buchen, Eiermann-Magnani-Haus,
Buchen-Hettingen, Adolf-Kolping-Str. 29
5,00 Euro Eintritt und Führung
bitte vor Ort bezahlen



© Wüstenrot-Stiftung

A170 Ein Welt-Spaziergang mit Ines und Daniel Bildvortrag Neuseeland: Naturgewalten und Abenteuer im CamperVan

Unsere Route führt uns von Norden über die gesamte Insel in den Süden. Sofort überwältigt uns die Natur mit ihrer unbändigen Kraft: majestätisch, lebendig, umgeben vom Ozean, voller einzigartiger Tierwelt, die hier besonders geschützt ist. Vulkane lassen die Erde beben und machen die Urkraft des Landes spürbar. Diese Energie berührt uns und weist uns den Weg.

Südamerika: Zwischen Wirtschaftskrisen und Naturwundern

Chile: eine neue Kultur, eine andere Sprache, fremde Lebensweisen – alles wirkt faszinierend und überraschend zugleich. Neugierig tauchen wir tiefer ein, lernen die Sprache, suchen das Gespräch mit den Menschen und finden neue Freunde, die uns ihre Welt zeigen. Doch in Patagonien holt uns die gewaltige Natur in ihrer Schönheit und Zerbrechlichkeit wieder ein: Gletscher schmelzen in rasantem Tempo, und Tierarten sind bedroht. In Argentinien spüren wir zusätzlich die Auswirkungen der Wirtschaftskrise – schwankende Währungen und unterschiedliche Wechselkurse machen das Leben und Reisen herausfordernd.

Südamerika: Auf den Spuren der Inkas

Die Reise führt uns nach Peru, wo alles ein wenig angepasster und auf den Tourismus abgestimmt wirkt. Doch unter dieser Oberfläche verbirgt sich eine tiefe, lebendige Kultur. Auf den alten Pfaden der Inkas wandern wir vom Hochland in den Dschungel und gelangen schließlich zum sagenumwobenen Machu Picchu.

Daniel Burkhardt, Wirtschaftsinformatiker
Ines Burkhardt, Kunsttherapeutin
Freitag, 28.03.2025, 11.04.2025 und
02.05.2025, 19:00 - 20:30 Uhr, 3 Termine
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
27,00 Euro

A171

Auf den Spuren der alten mesoamerikanischen Völker Eine Reise durch Mexiko und Guatemala mit Honduras Bildvortrag

Die drei Länder Lateinamerikas zeichnen sich aus durch eine vielfältige Natur, die von Berglandschaften bis hin zu karibischen Stränden und zum tropischen Dschungel reicht. In dessen Dickicht liegen die antiken Ruinenstädte der alten mesoamerikanischen Völker mit ihrer beeindruckenden Architektur. Daneben faszinieren malerische Kolonialstädte und indigene Dörfer mit authentischer Maya-Kultur.

Axel Reich, Beate Kolb-Reich
Mittwoch, 26.03.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
großer Kursraum
gebührenfrei, Anmeldung bis 17.03.25
erforderlich



© Foto: Vleugels Orgelbau Chemnitz St.Petri

A175

Vleugels Orgelmanufactur Werkstattführung mit anschließendem Orgelkonzert (optional)

Wissen Sie, wo in Deutschland, Europa und der Welt Orgeln aus Hardheim stehen? Wollen Sie einen Blick in die Werkstatt und den Montagesaal werfen? Die Werkstattführung bietet eine besondere Möglichkeit, das Traditionsunternehmen kennen zu lernen. Ein kurzer Film begleitet ein Neubauprojekt von der Entstehung bis zur Fertigstellung in der Kirche, sowie ein Restaurierungsprojekt in der Werkstatt. Danach geht ein Rundgang durch die Intonationswerkstatt, Maschinenräume, Montagesaal und das Holzlager sowie durch die verschiedenen Lager mit historischem Orgelmaterial. Musik beflügelt die Seele. Sie werden es fühlen.

Ab 18 Uhr findet im Hardheimer Ertaldom ein Orgelkonzert statt, Patrick Glaeser spielt „Orgel rock - Tour 7 - Hoffnung“. Eintritt 15,00 Euro, für die Werkstattbesucher ermäßigt 13,00 Euro.

Hans-Georg Vleugels, Orgelbaumeister
Sonntag, 16.02.2025, 16:00 - 17:30 Uhr
Hardheim, Vleugels Orgelmanufactur,
Rote Au 43
22,00 Euro

A177

Wildkräuterführung

Die „jungen Wilden“ sind da

An Wiesen-, Hecken- und Waldrändern wollen wir gemeinsam die blühende Flora entdecken, bestaunen und bestimmen. Erfahren Sie bei unserem Spaziergang, wie einfach und vielfältig Wildkräuter unseren Speiseplan bereichern und unserer Gesundheit zuträglich sein können. Sie dürfen gespannt sein auf ungewöhnliche Rezepte mit den „jungen Wilden“ in Küche und Hausapotheke und auch auf das, was wir heute als Aberglauben belächeln. Oder wissen Sie, warum man die ersten drei Gänseblümchen an Ort und Stelle verspeisen soll und keine blauen Blumen pflücken darf?

Bitte achten Sie auf wetterangepasste Kleidung und gutes Schuhwerk.

Doris Öppling, Kräuterpädagogin, Naturerlebnislehrerin

Samstag, 24.05.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Buchen, Götzingen, Treffpunkt Parkplatz an der Festhalle, Thingstr. 43
15,00 Euro

A189

Jüdischer Friedhof Bödighheim Führung

Der gemeinsame Gang über den Friedhof bietet einen Überblick über die Geschichte des jüdischen Bezirksfriedhofs in Bödighheim und über allgemeine jüdische Begräbnisriten. Es werden exemplarisch bedeutende Grabmäler sowie Lebens- und Familiengeschichten näher betrachtet.

Männliche Teilnehmer werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen

Dr. phil. Georg Kormann, Bücherei des Judentums Buchen
Donnerstag, 26.06.2025, 17:00 - 18:30 Uhr
Buchen, Bödighheim, Jüdischer Friedhof, Am Römer 31
9,00 Euro



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



A190

Pilgern für Anfänger

Der Jakobsweg lockt viele Menschen, die eine besondere Erfahrung suchen. Aber wie fängt man an? In diesem Kurs beantworten wir die wichtigsten Fragen rund um das Pilgern auf dem Jakobsweg: Was ist am Pilgern anders als am Wandern? Wie komme ich zum Startpunkt und wie plane ich die Etappen? Was muss ich für die Reise ausgeben und wie finde ich eine passende Unterkunft? Wie bereite ich mich körperlich und geistig vor? Welche Ausrüstung brauche ich für den Jakobsweg? Pilgern ist mehr als eine Wanderung. Es ist eine Übung in Weite, Vertrauen und Selbstfindung. Pilgern erdet und erweitert den Blick auf das Leben. Es ist ein Weg zu sich selbst. Dr. Unmon Reinhard Boß hat mehrere Jakobswegen nach Santiago de Compostela zurückgelegt. An zwei Abenden teilt er seine Erfahrungen und beantwortet Ihre Fragen.

Dr. med. Reinhard Boß

Mittwoch, 19.02.2025 bis 26.02.2025,

19:30 - 21:00 Uhr, 2 Termine

Osterburken, Schule am Limes,

Galgensteige 15

19,00 Euro



© Foto: KI-generiert

A200

Deutsch genug?

Warum wir endlich über

Russlanddeutsche sprechen müssen

Lesung & Podium mit Ira Peter und Dr. Achim Brötel – Moderation Christoph Giesa, Publizist und Autor – in Kooperation mit der Reinhold-Maier-Stiftung

Sie wählen rechts, sprechen nur russisch und unterstützen Putin? Solchen und anderen Vorurteilen und Klischees sehen sich russlanddeutsche (Spät-)Aussiedler*innen ausgesetzt. An aufrichtigem Interesse und Wissen um die bewegte Historie der rund 2,5 Millionen in Deutschland lebenden Russlanddeutschen mangelt es in unserer Gesellschaft. Ira Peter, die mit ihrer Familie als Neunjährige von Kasachstan nach Buchen umsiedelte, beschreibt anhand ihrer eigenen bewegten Biografie die Erfahrungen und Konflikte der Russlanddeutschen: Von der Scham über die sowjetische Herkunft über die fatalen Folgen kurzfristiger Integrationspolitik bis hin zur „Anfälligkeit“ für russische Einflussnahme wirft sie einen kritischen und zugleich feinfühligem Blick auf die von der Mehrheitsgesellschaft oft als fremd empfundenen Deutschen. An keiner anderen Eingewandertengruppe prallen Vorstellungen von Nationalität und Herkunft so stark aufeinander wie bei Russlanddeutschen. Peter erklärt, wie die doppelte Diktaturerfahrung unter Stalin und Hitler Russlanddeutsche bis heute prägt und manche anfällig für völkisches Denken macht. Gleichzeitig zeigt die Journalistin anhand des eigenen Lebenswegs, wie heterogen die Gruppe ist und warum „Deutschsein“ für Ira Peter heute kein Kriterium mehr ist, um deutsch zu sein.

Ira Peter, Freie Journalistin, Moderatorin, Podcasterin

Donnerstag, 22.05.2025, 18:00 - 20:15 Uhr

Buchen, Burghardt-Gymnasium, Atrium gebührenfrei

um Anmeldung wird gebeten

Jetzt anmelden

zu den Kursen und Veranstaltungen
per Anmeldeformular im Heft,
per E-Mail: info@vhs-buchen.de,
per Fax: 06281 55 79 329,
über die Homepage:
www.vhs-buchen.de

A214

Einkommensteuererklärung verständlich gemacht

Sie möchten Ihren Steuerbescheid endlich verstehen und/oder Ihre Einkommensteuererklärung selbst fertigen? Kein Problem! In diesem Kurs werden Sie auf alle Herausforderungen vorbereitet, denen Sie sich stellen wollen. Es wird Ihnen - sowohl theoretisch als auch praxisnah - anhand der Formulare vermittelt, was bei der Fertigung einer Einkommensteuererklärung wichtig und notwendig ist. Der Dozent stellt sich Ihren Fragen und Sie erfahren, wie mit Sonderausgaben, außergewöhnlichen Belastungen, Kinderfreibeträgen, Arbeitnehmerinkünften, Einkünften aus Kapitalvermögen, aus Vermietung und Verpachtung, selbstständigen Nebeneinkünften, Einkünften aus dem Betrieb einer Photovoltaikanlage und Rentenbezügen zu verfahren ist. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs ist sowohl für absolute Anfänger als auch für „steuerlich Fortgeschrittene“ geeignet. Fragen zur Übermittlung Ihrer Steuererklärung per ELSTER können auch am Rande erläutert werden. Inwieweit die Kursgebühren steuerlich absetzbar sind, wird im Kurs besprochen.

*Volker Riechert, Dipl.-Kaufmann,
Steuerfachwirt*

Sonntag, 16.03.2025, 10:15 - 16:00 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Kursraum oben

80,00 Euro

A215

Einkommensteuererklärung speziell für Ruheständler

In diesem Kurs werden Sie mit den Besonderheiten der Einkommensteuererklärung im Alter vertraut gemacht. Wer ist abgabepflichtig? In welche Formulare trage ich meine Renten/Pension ein? Muss ich dies überhaupt? Für welche Einkünfte erhalte ich einen Altersentlastungsbetrag? Wie hoch ist meine zumutbare Belastung bei Krankheitskosten und Pflegekosten? Was ist der Rentenanpassungsbetrag und zu welchen steuerbaren Einkünften führt meine Bruttorente? Wie kann ich mit „Mein ELSTER“ innerhalb kürzester Zeit überprüfen, ob meine Alterseinkünfte eine Einkommensteuerschuld auslösen?

Der Dozent geht auf individuelle Fragestellungen mit angemessener Geschwindigkeit ein.

*Volker Riechert, Dipl.-Kaufmann,
Steuerfachwirt*

Mittwoch, 04.06.2025, 14:00 - 18:00 Uhr

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
66,00 Euro**

A217

Erbrecht

Sie erhalten Informationen zum gesetzlichen Erbrecht: Erbrecht durch Testament oder Erbvertrag, Testamentsgestaltung, Pflichtteilsansprüche und Pflichtteilsstrafklauseln, Wege der Erbaueinandersetzung, Erbschafts- und Schenkungssteuer. Der Referent erörtert die neueste Entwicklung der Rechtsprechung und Gesetzgebung zum Thema Erbrecht.

Jochen Hörner, Fachanwalt für Erbrecht

Mittwoch, 19.02.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

**Hardheim, Walter-Hohmann-Schulzentrum,
Schulstr. 8
gebührenfrei**

A218

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Wie vermeide ich die gerichtliche Betreuerbestellung? Wie gestalte ich die Vorsorgevollmacht? Was ist eine Patientenverfügung bzw. Betreuungsverfügung? Muss der Betreuer meinen Willen beachten? Wer entscheidet über meine ärztliche Behandlung? Der Referent spricht über die Vorteile einer Vorsorgevollmacht und beantwortet die Fragen.

Jochen Hörner, Fachanwalt für Erbrecht

Mittwoch, 19.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

**Hardheim, Walter-Hohmann-Schulzentrum,
Schulstr. 8
gebührenfrei**

A219

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht Notfallvorsorge zu Lebzeiten

Eine Notlage durch Unfall oder Krankheit, die zu einer eigenen Handlungsunfähigkeit führt, kann jeden von uns treffen. Für solche Situationen muss jeder Erwachsene mit einer Vorsorgevollmacht vorsorgen. Fehlt diese, bestellt das Betreuungsgericht einen Betreuer, der dann die Entscheidungen trifft. Um die Situation der Fremdbestimmung zu vermeiden, zeigt der Referent auf, was bei der Gestaltung einer Vorsorgevollmacht zu beachten ist. Weiter wird die mittlerweile gesetzlich geregelte Patientenverfügung erläutert. Mit zahlreichen Praxistipps wird der mögliche Inhalt dargestellt und ein Problembewusstsein geweckt.

Thomas Maulbetsch, Fachanwalt für Erbrecht

Montag, 07.04.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

**Rosenberg, Grundschule, Schlosstr. 4
gebührenfrei**



© Foto: iStock

A220

Das kluge Testament

Mehrere hundert Millionen Euro werden jährlich in Deutschland privat vererbt. Aber nur etwa jeder fünfte Deutsche hinterlässt ein Testament. Fast 80 Prozent dieser letztwilligen Verfügungen sind formunwirksam oder führen nicht zum gewünschten Ergebnis. Im Vortrag werden neben der gesetzlichen Erbfolge die möglichen Inhalte eines Einzeltestaments und des (Berliner) Ehegattentestaments mit deren erbrechtlichen Konsequenzen dargestellt. Es wird auf die Formerfordernisse einer letztwilligen Verfügung hingewiesen und die immer zu beachtenden Pflichtteilsrechte bzw. die Erbschaftsteuer werden beschrieben. Mit zahlreichen Praxishinweisen wird der Vortrag lebensnah gestaltet.

Thomas Maulbetsch, Fachanwalt für Erbrecht

Montag, 05.05.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
gebührenfrei**



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



A221

Immobilienübergabe zu Lebzeiten Fallstricke vermeiden und den Verkauf für eigenen Pflegefall verhindern

Häufig stellt sich die Frage, wie kann ich bereits zu Lebzeiten meine Immobilie an die nächste Generation übergeben. Wie stelle ich dabei die eigene Versorgung und Absicherung sicher bzw. wie beachte alle schenkungssteuerrechtlichen und sozialrechtlichen Folgen. Dabei stellt sich immer die Frage, wie ich den Verkauf der Immobilie im eigenen Pflegefall vermeiden kann. Um nicht durch eine fehlerhafte oder ungeeignete Übergabe das Immobilienvermögen zu zerschlagen, gibt der Referent Praxistipps und Ratschläge an die Hand. Juristische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

*Thomas Maulbetsch, Fachanwalt für Erbrecht
Montag, 12.05.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Osterburken, Schule am Limes,
Galgensteige 15
gebührenfrei*

A224

Finanzdienstleistungen Konten - Kredite - Darlehen

Das Einmaleins vom Girokonto über alle Finanzdienstleistungen zu den Krediten, Darlehen und Finanzierungen. Es werden die Grundlagen und Bedingungen für Bankgeschäfte bis hin zum Darlehen erklärt und beschrieben. Für alle, die an ein Darlehen denken und dazu grundlegende Informationen benötigen.

*Horst Forster, Sparkassenfachwirt
Montag, 07.04.2025 & 28.04.2025,
19:00 - 20:30 Uhr, 2 Termine
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
23,00 Euro*

Jetzt anmelden

zu den Kursen und Veranstaltungen
per Anmeldeformular im Heft,
per E-Mail: info@vhs-buchen.de,
per Fax: 06281 55 79 329,
über die Homepage:
www.vhs-buchen.de

A230

Grundwissen für rechtliche Betreuer

Betreuungsverein NOK e. V.

Das Betreuungsgesetz wurde eingerichtet für erwachsene Menschen, welche aufgrund psychischer, körperlicher, geistiger oder seelischer Beeinträchtigung alltagsrelevante Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht mehr selbstständig regeln können und daher auf die Hilfe anderer angewiesen sind. Tritt ein solcher Betreuungsfall ein, so wird vom Amtsgericht eine gesetzliche Betreuerin oder ein gesetzlicher Betreuer bestellt – häufig ein Familienangehöriger, manchmal wird die Betreuung aber auch von Ehrenamtlichen übernommen.

Der Kurs richtet sich an neu bestellte Betreuer und an jene Menschen, welche sich für eine ehrenamtliche Betreuung interessieren. Ziel der Veranstaltung ist die Vermittlung von Grundkenntnissen und praktischen Handlungsanleitungen, um dem ehrenamtlichen Betreuer Sicherheit bei der Erfüllung seiner Aufgabe zu vermitteln.

Anmeldung: Betreuungsverein NOK, Tel. 06261 842523.

*Heike Friedel, Betreuungsverein NOK
Samstag, 29.03.2025, 10:00 - 15:30 Uhr
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
großer Kursraum
gebührenfrei*

A240

Organspende Betrifft mich das?

Herr Dr. med. Hirsch, Facharzt für Anästhesiologie, Notfall- und Palliativmedizin und Transplantationsbeauftragter der Neckar-Odenwald-Kliniken Buchen informiert Sie, warum Organspenden unverzichtbar sind und wie hoch der Bedarf in Deutschland ist. Sie lernen, welche Kliniken Organentnahmen durchführen und wer Organe spenden kann. Zudem klären wir, wie der Tod medizinisch definiert wird und wie Sie Ihre Entscheidung zur Organspende dokumentieren können. Der Abend gliedert sich in sechs kurze Impulsvorträge, in denen die relevanten Fakten vorgestellt werden. Direkt im Anschluss ist Gelegenheit zum Austausch, Fragen und Bedenken können unmittelbar diskutiert werden. Nach dem Vortrag können Sie eine informierte Entscheidung zur Organspende treffen.

*Dr. med. Gunther Hirsch
Dienstag, 25.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
gebührenfrei*

A250

EFA Ehemalige Frauenakademie

Das Angebot EFA ist für alle ehemaligen Frauenakademie-Teilnehmerinnen gedacht, die die Frauenakademie bereits abgeschlossen haben und nun selbstorganisiert weiterarbeiten und diskutieren wollen.

*Gusti Kistner, Organisation
erster Dienstag im Monat, 09:00 - 12:00 Uhr
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum
gebührenfrei*

A290

Die Dynamik im Familiendreieck Vater-Mutter-Kind

Für die Entwicklung eines Kindes sind die Beziehungen zu den Eltern von größter Bedeutung. Ausgehend von den empathischen Reaktionen, in der Regel der Mutter, tritt bald die zweite entscheidende Bezugsperson in das Leben des Kindes. Die Bedeutung des Vaters bzw. des Dritten ist für die Entwicklung von Autonomie und Selbstgefühl von unschätzbarem Wert und wird häufig übersehen. Die Fähigkeit, im Beziehungsdreieck Mutter-Vater-Kind zu interagieren, steht im Fokus des Kurses.

*Marcus Heller, Psychotherapeut
für Kinder und Jugendliche*

Dienstag, 08.04.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

**Buchen, Helene-Weber-Schule,
Schule für Ernährung, Gesundheit,
Erziehung und Soziales, St.-Rochus-Str. 12,
Gebäude F, Raum F201
gebührenfrei**

A295

Vater sein dagegen sehr vom Mann zum Vater

Dieser Kurs bereitet dich auf die aufregende Reise vom Mann zum Vater vor. Hier erfährst du alles, was du wissen musst, um ein echter Super-Dad zu werden - und das mit einer Prise Humor.

*Dr. med. Reinhard Boß
Mittwoch, 25.06.2025 bis 09.07.2025,
19:30 - 21:00 Uhr, 3 Termine*

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
34,00 Euro**

Wir bitten um frühestmögliche Anmeldung zu Kursen, Vorträgen und Veranstaltungen, auch wenn diese gebührenfrei sind.

A310

Gesund und munter durch die Wechseljahre nicht nur für Frauen

Wir befinden uns - zumindest dem Wortsinn nach - unser Leben lang in Wechseljahren, denn Leben bedeutet Veränderung. Körperlich spürbar wird dies ab circa 40 Jahren, denn da beginnt das Klimakterium (Wechseljahre). Diese hormonellen Umbrüche begleiten so manche Frau, aber auch Männer mit leichten bis schweren Begleiterscheinungen und beeinträchtigen die Lebensqualität. Die Dozentin vermittelt Grundkenntnisse zum Thema und gibt Tipps, was jeder selbst tun kann.

*Helga Hemberger, Gesundheitsberaterin IHK
Mittwoch, 12.03.2025, 18:30 - 20:45 Uhr*

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
14,00 Euro**

A311

Von Reflexen zu Fähigkeiten Die Bedeutung neuronaler Reflexe im Kindesalter

In diesem Vortrag erfahren Eltern, welche Rolle neuronale Reflexe in der Entwicklung von Kindern spielen und wie unausgereifte Reflexe Lern- und Verhaltensschwierigkeiten begünstigen können. Sie erhalten wertvolle Impulse, wie Reflexintegration durch gezielte Übungen die motorischen und kognitiven Fähigkeiten Ihres Kindes stärkt und eine Grundlage für erfolgreiches Lernen schafft. Dieser Vortrag zeigt praxisnah, wie Reflexintegration die natürliche Entwicklung Ihres Kindes unterstützt und es zu mehr Selbstvertrauen und innerer Balance führt.

*Madeleine Bryan,
Anti-Mobbing & Resilienz Trainerin
Montag, 17.03.2025, 18:00 - 19:30 Uhr*

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
gebührenfrei**

A312

Lernen lernen Strategien für Konzentration und Motivation bei Kindern

Wie können Eltern ihre Kinder beim Lernen unterstützen? Neben praktischen Lerntechniken, die Kinder befähigen, besser und mit mehr Freude zu lernen, werden Tipps zur Gestaltung einer positiven Lernumgebung vermittelt. Eltern erhalten wertvolle Impulse, um ihren Kindern ein entspanntes und effektives Lernen zu ermöglichen und sie langfristig in ihrem schulischen Erfolg zu unterstützen.

*Madeleine Bryan, Anti-Mobbing & Resilienz
Trainerin
Montag, 24.03.2025, 18:00 - 19:30 Uhr*
**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
12,00 Euro**



© Foto: iStock



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



A402
Superhirn
Kopfrechnen

schneller als mit dem Taschenrechner
Sie lernen verblüffende Kopfrechentricks, mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner. Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch unbekannt, machen viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches. Der Buchautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Tricks des Kopfrechnens.
Helmut Lange, Dipl.-Pädagoge
Donnerstag, 13.03.2025, 19:00 - 21:30 Uhr
online, 25,00 Euro



© Foto: Helmut Lange

A405
Superhirn
Vokabeln lernen im Sekundentakt

Vokabeln im Sekundentakt lernen können - die Schlüsselwortmethode hilft dabei. Das zigfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen - schon während des Webinars.
Helmut Lange, Dipl.-Pädagoge
Donnerstag, 27.03.2025, 19:00 - 21:30 Uhr
online, 25,00 Euro

A406
Superhirn
5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis

Erwachsene, die an Weiterbildungen teilnehmen, greifen meist auf althergebrachte Lernmethoden zurück. Viele wundern sich jedoch, dass kaum „etwas hängen bleibt“. Dabei kann Lernen so einfach sein. Durch das Anwenden einiger Merktechniken werden Sie in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten oder auch Namen schneller und sicherer im Gedächtnis behalten.
Helmut Lange, Dipl.-Pädagoge
Samstag, 29.03.2025, 09:00 - 16:30 Uhr
online, 59,00 Euro

A410
Nature Writing
Schreibwerkstatt im Frühling

Welche Melodie singt der Frühlingswind? Wie erlebt die Blaumeise die wiedererwachende Natur? Was für Düfte liegen in der Luft? Und wie geht es mir, wenn ich mich meinen Naturwahrnehmungen hingebe? Die im Zeitalter der Industrialisierung wurzelnde Schreibtradition des Nature Writing hat sich ganz der literarischen Erkundung von Natur und Landschaft verschrieben. Von großer Bedeutung ist dabei die (Selbst-)Reflexion des erlebenden Ichs sowie die Beleuchtung des Verhältnisses von Mensch und Umwelt. Wir nehmen uns Zeit, um in uns zu spüren und das Erlebte auf kreative Weise in Worte zu kleiden.
Nina Piorr,
Literaturwissenschaftlerin M. A. und Autorin
Samstag, 05.04.2025, 11:00 - 14:30 Uhr
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum unten
29,00 Euro

Wir suchen
Dozentinnen und Dozenten
als Honorarkräfte.
Schreiben Sie uns per E-Mail oder
per Post oder sprechen Sie uns an!



© Foto: KI-generiert

A411
Literatursoirée
zu Antoine de Saint-Exupéry
125. Geburtstag

„Geradeaus kann man nicht sehr weit kommen.“ Als verträumter Abenteurer wird er auch bezeichnet: Antoine de Saint-Exupéry, der gleichermaßen Berufspilot wie Schriftsteller war. Vor 125 Jahren kam der geistige Vater des „Kleinen Prinzen“ auf die Welt, sein modernes Märchen begeistert bis heute Millionen von Menschen. Dieser Literaturvortrag wirft einen Blick auf das legendenumwobene Leben sowie tiefgründige Werk des preisgekrönten französischen Autors – über den „Kleinen Prinzen“ hinaus.

Nina Piorr,
Literaturwissenschaftlerin M. A. und Autorin
Freitag, 11.07.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
12,00 Euro

A450
Fertigfutter für Hunde
Risiken und gesunde Alternativen

In diesem Kurs erfahren Sie, warum Fertigfutter für Hunde oft gesundheitliche Risiken birgt. Sie werden lernen, die Anatomie und den Verdauungsapparat des Hundes zu verstehen, die Deklarationspflicht der Hersteller zu durchschauen und die Qualität einzelner Futterkomponenten zu bewerten. Zudem werden spezifische Krankheitsbilder, die durch Fehlfütterung verursacht werden, erläutert. Am Ende des Workshops erhalten die Teilnehmer eine Broschüre mit allen relevanten Inhalten, um die Zusammensetzung von Hundefutter richtig zu lesen und ihren Hund gesund zu ernähren.

Christiana Gramlich, Hundetrainerin
Mittwoch, 02.04.2025 bis 09.04.2025,
19:30 - 21:00 Uhr, 2 Termine
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
großer Kursraum
29,00 Euro inkl. Materialkosten



© Foto: Christiana Gramlich

A451
Auslastung Hund
mehr ist mehr, oder?

Die Auslastung der Hunde wird hauptsächlich mit langen Spaziergängen oder Radtouren gleichgesetzt. Dass Entspannungsübungen effektiver sein können als jeder Spaziergang, ist vielen Haltern jedoch nicht bekannt. Bei diesem Vortrag geht es neben den Grundbedürfnissen des Hundes nach geistiger Förderung auch um körperliche Fitness. Neben altersgerechter Auslastung vom Welpen bis zum Seniorenhund werden viele Hundesportarten erklärt. Wir reden auch über hibbelige Hunde und Hunde, die körperlich beeinträchtigt sind. Jeder Teilnehmende erhält ein Handout mit einem Überblick zu den vorgestellten Sportarten und kleinen Übungseinheiten für zuhause.

Christiana Gramlich, Hundetrainerin
Mittwoch, 07.05.2025, 20:00 - 21:30 Uhr
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
großer Kursraum
15,00 Euro inkl. Materialkosten

A460
Krebs bei Hunden

Die Diagnose Krebs macht leider auch vor unseren Hunden nicht halt. Was gibt es für schulmedizinische Möglichkeiten der Behandlung? Wie können wir unsere Hunde mit alternativen Behandlungsmöglichkeiten unterstützen?

Birte Kapps, Tierheilpraktikerin
Freitag, 09.05.2025, 19:00 - 21:00 Uhr
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
16,00 Euro



Folgen Sie uns auf
 Instagram und Facebook!



A440

Projekt Wilde Sau

Vespertour mit Revierrunde

Eine Vespertour der besonderen Art: Sie entscheiden dabei, ob Sie die Region lieber auf eigene Faust entdecken und dabei in Ruhe eine wilde Vesper genießen möchten (Wandervorschläge inklusive) oder ob Sie gemeinsam mit Jäger und Jägerin auf Revierrunde gehen wollen. Beim ca. 120-minütigen Rundgang durchs Revier erfahren Sie allerlei Wissenswertes zur Jagd - der Fokus liegt natürlich auf der Wilden Sau! Unterwegs gibt's eine leckere Wilde Sau-Vesper.

Vespertour ohne Revierrunde

- Zwischen 10 und 11 Uhr: Abholung der Vespertaschen
- Länge der Wanderrouuten: 12,3 - 8,9 km - 3,6 km (Familientour)
- Kosten Vespertasche: 17 €

Vespertour mit Revierrunde

- Um 10 Uhr: geführte Revierrunde
 - Länge: 4 - 6 km
 - TN-Zahl: max. 20 Personen
 - Kosten: 20 € (Vespertasche & Führung)
- Lukas Berberich, David Berberich
Sonntag, 11.05.2025, 10:00 - 12:00 Uhr
Hardheim, Hofladen Marianne Berberich,
Rütschdorfer Straße
20,00 Euro Führung + Vespertasche
17,00 € Vespertasche (ohne Führung)



A462

Alternative Behandlungsmöglichkeiten für Hunde und Katzen

Wir besprechen die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten für Hunde und Katzen bei verschiedenen Erkrankungen: Probleme am Bewegungsapparat, organische Erkrankungen, Verhaltensänderungen, Allergien etc.

Birte Kapps, Tierheilpraktikerin

Dienstag, 29.04.2025, 19:00 - 21:30 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Kursraum unten

16,00 Euro

A464

Wildpflanzen-Apotheke für Mensch und Hund

Welche Wildpflanzen gehören in die Hausapotheke? Wir wirken Wildpflanzen auf unsere Gesundheit und auf die unserer Hunde? In diesem Kurs besprechen wir Ernte, Wirkung und Dosierung der Wildpflanzen.

Birte Kapps, Tierheilpraktikerin,

Kräuterpädagogin

Dienstag, 08.07.2025, 19:00 - 21:00 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Kursraum unten

16,00 Euro

A466

Krankheiten am Bewegungsapparat des Hundes

Wir sprechen über mögliche Erkrankungen des Bewegungsapparats und erörtern die Behandlungsmöglichkeiten der Wirbelsäule, Hüften, Knie, Ellenbogen und Schultern des Hundes.

Birte Kapps, Physiotherapeutin, Osteopatin

Freitag, 21.02.2025 bis 21.03.2025,

19:00 - 21:00 Uhr, 4 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Kursraum unten

54,00 Euro



© Foto: iStock

A young woman with dark hair, wearing a red and blue plaid shirt, is looking down at a yellow mug on a table. The background is a blurred cafe or restaurant setting with other people and tables.

Kultur und Gestalten

Buchen in concert
Konzertsaison 2024/25
Abos und Kartenvorverkauf:
Tourist-Information Buchen
Hochstadtstraße 2, 74722 Buchen
Tel. + WhatsApp: 06281 - 2780
info@verkehrsamt-buchen.de
www.bucheninconcert.de
68,00 Euro Abonnement
30,00 Euro ermäßigt für
Schüler und Studenten



© Foto: Ellen Schmauss

B014
Anne Folger - Klavierkabarett
mit dem Programm: Spielversprechend
Anne Folger wurde in Weimar geboren und lebt in Kirchzarten. Das macht aber nichts. Sie reist überall hin, wo Wünsche offen sind, sammelt Regentropfen auf Fahrgastformularen und Bonuspünktchen auf Tagträume. Ist achtsam geteilt durch acht einsam? Hält Gurkensaft die Träume frisch oder darf man sich direkt verzehren? Wo findet man echte Talismänner? Je nach Ausgangslage springt Frau Folger als Rechtsbeistand Pour Adeline ein, komponiert Musik die Fahrstühle lieben würden und trennt sich konsequent von schlechter Laune.
Sonntag, 02.02.2025, 18:00 Uhr
Buchen, Stadthalle
4. Abo



© Foto: Notos Quartett

B015
Notos Quartett
mit Klavierquartetten von Mahler, Brahms und Fauré

Von „technischer Brillanz und Virtuosität“ spricht die Kritik, von einem Musizieren, das sich durch „große Sensibilität, Einfühlungskraft und Temperament“ auszeichnet und von einem „Ensemble mit schönsten Perspektiven“. Mit ihrem Spiel haben die jungen Musiker des Notos-Quartetts in den letzten Jahren sowohl ihr Publikum als auch die Fachpresse begeistert.

Freitag, 28.03.2025, 20:00 Uhr
Buchen, Joseph-Martin-Kraus Musiksaal
5. Abo

B100
vhs-Gitarrenensemble
Musizieren in einer Gruppe bietet viele Lernmöglichkeiten für den Einzelnen. Beim Solowie auch beim begleitenden Spiel können Sie Ihre Kenntnisse erweitern. Die Gruppe freut sich sehr über Verstärkung. Voraussetzung sind bestehende Grundkenntnisse im Lagespiel, Notenspiel und in der Akkordbegleitung.
Maria Schaller, Organisation
Montag, 17.02.2025 bis 28.07.2025,
19:00 - 20:30 Uhr, 19 Termine
Buchen, Abt-Bessel-Realschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Foyer
gebührenfrei

B220
Orientalischer Tanz
Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen

Orientalischer Tanz ist körperbewusst, erdverbunden und in der Körpermitte verankert; seine Bewegungen sind Kreis- und Achterformen. Er umfasst Haltungsübungen, fördert den gesunden Umgang mit dem Körper, stärkt insbesondere die Bauch-, Rücken- und Beinmuskulatur und ist für Frauen jeden Alters geeignet. Die Kunst besteht darin, sich mit Genuss und Sinnlichkeit zur Musik zu bewegen.

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung, Hüfttuch (falls vorhanden).

Christine Eberlein,
Trainerin Orientalischer Tanz
Mittwoch, 19.03.2025 bis 21.05.2025,
19:00 - 20:00 Uhr, 8 Termine
Buchen, Wimpina-Grundschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Gymnastikraum
52,00 Euro



© Foto: Christine Eberlein



© Foto: iStock

B300 Fotografieren mit der Digitalkamera

Digitales Fotografieren scheint kinderleicht zu sein - doch warum gelingen dann nicht alle Aufnahmen? Wer wirklich gute Bilderergebnisse erzielen will, sollte einige fotografische Grundregeln kennen. Dieser praxisorientierte Kurs hat zum Ziel, dass Sie nicht länger im Automatikmodus fotografieren. Sie werden befähigt, die Kameraeinstellungen bewusst entsprechend der Fotosituation zu wählen und machen dadurch ausdrucksstärkere Aufnahmen. Nach der Kamerakunde stehen praktische Übungen in Form von Außen- und Innenaufnahmen auf dem Programm. Bei kleinen Ausflügen in und um Adelsheim werden verschiedene Kameraeinstellungen gemeinsam ausprobiert. Bitte Wünsche, Ideen, Fragen und eine Kamera mitbringen.

Johannes Höller, Fotograf
Freitag, 09.05.2025 bis 06.06.2025,
18:00 - 19:30 Uhr, 4 Termine

**Adelsheim, Martin-von-Adelsheim-Schule,
Obere Eckenbergstr. 1, Bühnenzimmer**
47,00 Euro

B310

Grundlagen der Digitalfotografie

Ein gutes Bild entsteht durch Licht, Linien und den richtigen Augenblick. Nach einer kurzen Einführung und einem Kennenlernen, starten wir mit den Grundlagen der (Digital-) Fotografie. Dabei lassen wir Vollautomatik und Programmautomatik hinter uns und lernen die Kameraeinstellungen auf die fotografische Situation hin anzuwenden. Dieser praxisorientierte Kurs soll Sie befähigen, ausdrucksstarke Aufnahmen nach Ihren Vorstellungen machen zu können. Neben der Theorie stehen praktische Übungen in Form von Außen- und Innenaufnahmen bei kleinen Ausflügen in und um Buchen im Vordergrund. Der Kurs richtet sich an ambitionierte Einsteiger. Bitte bringen Sie Ihre Wünsche, Fragen, Ihre Kamera und Ihr Kamerahandbuch mit.

Josef Palzer, Fotograf
Freitag, 21.03.2025 bis 04.04.2025,
15:00 - 17:30 Uhr, 3 Termine

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben**
59,00 Euro



© Foto: iStock

B320

Hinterglasmalerei Kunstwerke auf Glas für Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Kurs lernen Sie, wie man Bilder auf die Rückseite von Glas malt. Sie werden staunen, welche besonderen Effekte dabei entstehen. Ziel des Kurses ist es, Ihnen die Technik der Hinterglasmalerei beizubringen. Sie lernen, wie Sie Schicht für Schicht Ihr Bild aufbauen. Dabei erfahren Sie, wie Sie Farben und Formen geschickt einsetzen. Am Ende des Kurses drehen Sie Ihr Glas um und sehen Ihr fertiges Kunstwerk. Jeder Teilnehmer nimmt ein dekoratives, selbst gestaltetes Glasbild mit nach Hause.

Diana Eida, Künstlerin
Freitag, 11.07.2025 & 18.07.2025,
18:00 - 20:00 Uhr, 2 Termine
**Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum**
50,00 Euro inkl. 25,00 Euro Materialkosten

B321

Ladies Night Ihr individuelles Kunstwerk auf Leinwand

Genießen Sie einen kreativen Abend nur für Frauen! In entspannter Atmosphäre malt jede Teilnehmerin ihr eigenes Acrylkunstwerk auf Leinwand. Egal, ob Sie Anfängerin oder erfahrene Künstlerin sind – hier steht die Freude am Malen im Vordergrund. Ziel des Kurses ist es, Ihre Kreativität zu entfalten und den Austausch von Ideen zu fördern. Sie sind herzlich eingeladen, eigene Motive mitzubringen, doch auch Inspirationen stehen vor Ort zur Verfügung. Am Ende des Abends nimmt jede ihr persönliches Kunstwerk mit nach Hause. Für Ihr Wohlbefinden sorgen ein Getränk und ein kleiner Snack.

Diana Eida, Künstlerin
Samstag, 28.06.2025, 17:30 - 20:30 Uhr
Buchen, Obere Mühle, Zum Mühlengrund 10
39,00 Euro inkl. 15,00 Euro Materialkosten



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!





© Foto: iStock

B322 **Kreative Textilmalerei** **Ihr persönliches Design auf Kleidung** **für Anfänger und Fortgeschrittene**

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und verschönern Sie Ihre Kleidung und Stoffe mit individuellen Designs! In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Techniken der Textilmalerei kennen. Ob Jeans, T-Shirts oder Kissenbezüge – hier können Sie Ihrer Fantasie freien Lauf lassen. Ziel des Kurses ist es, Ihnen die Grundlagen der Textilmalerei zu vermitteln. Sie erfahren, wie Sie Ihre Ideen auf verschiedene Stoffe übertragen und einzigartige Kunstwerke schaffen können. Am Ende des Kurses nehmen Sie Ihr persönliches, tragbares Kunstwerk mit nach Hause. Bitte mitbringen: Kleidungsstücke oder Stoffartikel zum Gestalten
Diana Eida, Künstlerin
Freitag, 23.05.2025 & 30.05.2025,
17:45 - 20:00 Uhr, 2 Termine
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
43,00 Euro inkl. 15,00 Euro Materialkosten

B332 **Line Art nach Picasso** **für Erwachsene**

„Line Art“ oder auch „One Line Art“ bezeichnet eine Zeichentechnik, wobei Bilder mit nur einer einfachen Linie kreiert werden, ohne abzusetzen und ohne zu radieren. Viele Künstler nutzen das Stilmittel um eine komplexe Begebenheit oder ein Motiv zu vereinfachen und den Fokus auf das Wesentliche zu legen. Daraus resultieren zeitlos elegante und zugleich puristische Bilder, die zu vielen Anlässen passen.
Ann-Kathrin Knörzer-Riedling,
Kunsttherapeutin
Montag, 17.02. und 24.02.2025,
17:15 - 18:45 Uhr
Samstag, 22.02.2025, 11:00 - 12:30 Uhr
Mittwoch, 19.02. und 26.02.2025,
17:15 - 18:45 Uhr, 5 Termine
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
67,00 Euro inkl. 8 Euro Materialkosten

B334 **Meditatives Malen** **Frühling - nutze alle Sinne**

Das meditative Malen braucht keine Ideen, man folgt seinem inneren Impuls. Es gibt kein „richtig“ oder „falsch“. Das Ziel ist, Zeit für sich zu finden, den Blick nach innen zu wenden, zu entspannen und den Stress beiseite zu schieben. Finden Sie den Weg zu innerer Ruhe. Der Malende kann hier seinen aktiven Willen ruhen und einfach geschehen lassen, was die Impulse auslösen.
Ann-Kathrin Knörzer-Riedling,
Kunsttherapeutin
Montag, 24.03.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
18,00 Euro + 12,00 Euro Materialkosten

B336 **Art Night** **Banksy**

In der Art Night lassen wir Bilder ganz im Stil von Banksy entstehen. In gemütlicher Atmosphäre arbeiten wir mit Acryl auf Leinwand. Ob mit Vorlage oder völlig in freiem Fluss, lassen Sie sich inspirieren und arbeiten in Ihrem eigenen Tempo an einem einzigartigen, individuellen Gemälde. Tauschen Sie sich während Ihrer Arbeit aus und lassen sich von den anderen mit inspirieren und gemeinsam kreativ werden.
Ann-Kathrin Knörzer-Riedling,
Kunsttherapeutin
Montag, 12.05.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
18,00 Euro + 20,00 Euro Materialkosten

B340 **Vom „Gekritzelt“ zur** **„Originalgrafik“** **Freies abstraktes Zeichnen** **für Bleistiftfreudige**

Kritzeln Sie gerne und wissen nicht so genau, wie daraus ein richtiges „Werk“ entstehen kann? Hier bekommen Sie Anregung und Ermutigung, Tipps und Tricks zum Handwerklichen und erfahren Grundsätzliches über Komposition und Bildaufbau - alles unter Anleitung eines versierten „Bleistiftologen“. Zusätzlich werden interessante Beispiele aus der Kunstgeschichte aufgezeigt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: einfaches Zeichenpapier DIN A3 (bzw. Zeichenblock), Bleistift(e) zwischen 4H und HB, evtl. Schmierpapier (A4).
Gottfried Schütz
Dienstag, 06.05.2025 bis 27.05.2025,
18:00 - 19:30 Uhr, 4 Termine
Walldürn, Frankenlandschule
42,00 Euro

B345

Dein Seelenbild - Malkurs

Starten Sie mit uns in diesem Workshop den Selbstversuch, Ihrem Innersten auf kreative Weise Ausdruck zu verleihen. In diesem Malkurs werden Sie Ihre Wahrnehmungen intuitiv zu Papier bringen. Ein wohltuender Prozess, bei dem am Ende ein farbenprächtiges Seelenbild entstanden ist. Sie lernen Mixed Media Art kennen, eine Maltechnik, bei der Acryl-, Aquarell-, Kreidefarben und Stifte spielerisch zum Einsatz kommen. Bitte mitbringen: Malkittel, Verpflegung & Getränk
Madlen Philp, Künstlerin

Samstag, 10.05.2025, 10:00 - 16:30 Uhr

Buchen, Obere Mühle, Zum Mühlengrund 10
52,00 Euro inkl. 15,00 € Materialkosten

B346

Mandala-Malen für Erwachsene Kreativität und Entspannung entdecken

Entdecken Sie in diesem Kurs die Technik des Mandala Malens. Sie lernen, wie Sie mit Zirkel und Bleistift ein dekoratives Mandala entwerfen und dieses mit lebendigen Acrylfarben gestalten. Dieser kreative Prozess fördert Ihre Fantasie und hilft Ihnen, innere Ruhe zu finden. Ziel des Kurses ist es, Ihre Kreativität zu entfalten und eine meditative Auszeit vom Alltag zu bieten. Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte mitbringen: Zirkel, großes Geodreieck, Malkittel, Verpflegung & Getränk.

Madlen Philp, Künstlerin

Samstag, 05.04.2025, 10:00 - 16:30 Uhr

Buchen, Obere Mühle, Zum Mühlengrund 10
52,00 Euro inkl. 8,00 € Materialkosten

B440

Kreativ arbeiten mit Leder für Anfänger und Fortgeschrittene

Hier wird Einsteigern fundiertes Grundwissen rund um den faszinierenden Werkstoff Leder vermittelt. Es werden gestanzte Teile aus pflanzlich gegerbtem Rinderleder sowie die benötigten Werkzeuge zur Verfügung gestellt. Anhand derer vermittelt der Dozent die wichtigsten Techniken, wie zum Beispiel Stempelführung und Punzierung. Das Punzieren ist eine traditionelle Methode, wodurch Buchstaben oder Muster in das Leder eingepägt werden können. Die Teilnehmenden stellen ihre eigenen Unikate in Form eines Schlüsselanhängers, eines Armbandes und eines Gürtels her.

Bernd Häcker

Mittwoch, 12.02.2025 bis 12.03.2025,

18:00 - 21:00 Uhr, 4 Termine

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Werkstatt 1, Zi 0.13

79,00 Euro + Materialkosten ca. 30 Euro

(4 - 8 Personen)



© Foto: Bernd Häcker



© Foto: Jörn Hahn

B445

Designen, Drucken, Staunen 3D-Druckkurs

Seit seiner Erfindung begeistert der 3D-Druck durch die Möglichkeit, eigene Ideen schnell und kostengünstig in greifbare Objekte zu verwandeln. Von nützlichen Dingen für den Alltag, wie beispielsweise personalisierten Handyhüllen, Stifthaltern, Schlüsselanhängern oder Bauteilen für DIY-Projekte bis hin zu kreativen Dekoartikeln ist beinahe alles möglich. In einem eintägigen Workshop erlernen die Teilnehmenden eigenständig mithilfe des kostenfreien CAD-Programmes Tinkercad© 3D-Objekte zu erstellen, zu bearbeiten und diese dann vor Ort auszudrucken. Es ist keinerlei Vorwissen nötig und selbst PC-Unerfahrene erfreuen sich binnen kurzer Zeit an den selbst ausgedruckten Objekten. Alle Materialien werden gestellt, die Teilnehmenden müssen außer Vorfreude nichts mitbringen.

Jörn Hahn, Lehrkraft für

Präsentation und Medien

Samstag, 15.03.2025, 10:00 - 17:00 Uhr

Walldürn, Frankenlandschule, Raum DV131

48,00 Euro inkl. 5,00 Euro Materialkosten



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!





© Foto: iStock

B580 Osterhasen nähen für Erwachsene

Das Nähen ist nicht nur eine entspannende Beschäftigung, sondern auch eine wunderbare Gelegenheit, kreative Ideen in die Tat umzusetzen. Die selbstgemachten Hasen sind perfekte Geschenke oder charmante Dekorationen für das eigene Zuhause. Während des Kurses werden verschiedene Nähtechniken vermittelt, die sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet sind. Am Ende des Kurses halten Sie ihren eigenen genähten Osterhasen in den Händen.

Kerstin Heneka

Donnerstag, 27.03.2025, 19:00 - 21:00 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

*Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
21,00 Euro inkl. 8,00 Euro Materialkosten*

B600

Der Rote Faden Nähen - Patchwork - Sticken für Anfänger und Fortgeschrittene

Entdecken Sie die Vielfalt des textilen Patchwork-Kunsthandwerks und experimentieren Sie mit Farben, Formen und Oberflächen. Durch Ihre Kreativität und die fachliche Unterstützung der Dozentin erleben Sie, wie Ihr Werkstück Schritt für Schritt zu einem individuellen Kunstwerk wird. Die Themen reichen von traditionellen Blöcken über freie Schneidetechniken bis hin zum Nähen auf Papier, dem sogenannten Paper Piecing, ergänzt durch kleine Redwork-Stickereien und natürlich den richtigen Quiltstichen. In diesem Kurs treffen wir uns einmal monatlich zum gemeinsamen „Sticheln“. Zu jedem Treffen bringt die Kursleiterin ein Thema mit, das Sie - je nach Kenntnisstand - nacharbeiten und durch eigene Ideen umgestalten.

Angelika Reinhart, Kursleiterin

Patchwork Gilde Deutschland e. V.

*Mittwoch, 19.03., 02.04., 14.05., 04.06. und
09.07.2025, 19:00 - 21:00 Uhr, 5 Termine*

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

*Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
62,00 Euro (5 - 7 Personen)*



© Foto: Angelika Reinhart



© Foto: Angelika Reinhart

B610

Patchwork Mandala Quilt

Mandalas (Sanskrit=Kreise) sind auf ein Zentrum ausgerichtete geometrische Motive und werden oftmals für religiöse Zwecke, z. B. als Mediationsobjekt benutzt. Sie symbolisieren das gesamte Universum mit Himmel und Erde. In diesem Kurs wollen wir mit Hilfe von geometrischen, pflanzlichen oder figürlichen Formen ein solches Mandala entwerfen und nähen.

Angelika Reinhart, Kursleiterin

Patchwork Gilde Deutschland e. V.

Samstag, 28.06.2025, 09:30 - 17:00 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

*Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Text. Werken, Zi 1.5
39,00 Euro*



Gesundheit



Weil Sie Ihr Herz trainieren können!

Sport in Herzgruppen ist ein angepasstes Training zum Aufbau Ihrer körperlichen und kardialen Leistungsfähigkeit und bei fast allen Herzerkrankungen geeignet. Als Rehabilitationsmaßnahme (Formular 56 - Ärztliche Verordnung für Rehabilitationssport/ Funktionstraining) wird er von Ihrem Arzt verordnet sowie von den gesetzlichen Krankenkassen finanziert und vor Ort unter ärztlicher Betreuung von speziell ausgebildeten Übungsleiterinnen durchgeführt. Sprechen Sie uns einfach an!

Für Mitglieder von gesetzlichen Krankenkassen oder Ersatzkassen

Bei Vorlage einer ärztlichen Verordnung rechnen wir die Kursgebühr mit den Krankenkassen direkt ab. Bitte beachten Sie, dass u. U. keine Folgeverordnung von der Krankenkasse ausgestellt wird und Sie dann die Teilnahmegebühr selbst bezahlen. Die Leistungsdauer geht aus der Genehmigung der Krankenkasse hervor. Bitte erkundigen Sie sich vor Kursbeginn bei Ihrer Krankenkasse.

Die vhs Buchen ist Mitglied im Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen Baden-Württemberg e.V.



Die Herzgruppen und das Herz-Kreislauf-Training sind Angebote der vhs Buchen in Kooperation mit dem SV Rot-Weiß Waldhausen.



C010

Herzgruppe

Betreuende Ärzte: Ärzte des Kreiskrankenhauses Buchen
Die Kursteilnahme erfolgt nach Rücksprache mit dem Arzt. Anmeldungen sind jederzeit bei der vhs möglich. Der Kurs läuft durchgehend das ganze Jahr.

Sabine Schenkel, Übungsleiterin

Reha- und Herzsport

Donnerstag, 09.01.2025 bis 26.06.2025,

17:30 - 18:30 Uhr

Buchen, NOK-Kliniken, Standort Buchen,

Gymnastikraum II

110,00 Euro pro Halbjahr

C011

Herzgruppe

Betreuende Ärzte: Ärzte des Kreiskrankenhauses Buchen

Sabine Schenkel, Übungsleiterin

Reha- und Herzsport

Donnerstag, 09.01.2025 bis 26.06.2025,

18:45 - 19:45 Uhr

Buchen, NOK-Kliniken, Standort Buchen,

Gymnastikraum II

110,00 Euro pro Halbjahr

Die Kursteilnahme erfolgt nach Rücksprache mit dem Arzt. Anmeldungen sind jederzeit bei der vhs möglich. Der Kurs läuft durchgehend das ganze Jahr.

C020

Herzgruppe

Betreuende Ärzte:

Susanne Krauthelm

Sergej Tarasov

Carola Bärmann, Übungsleiterin

Reha- und Herzsport

Montag, 13.01.2025 bis 30.06.2025,

19:00 - 20:00 Uhr

Buchen, Sporthalle Buchen-Waldhausen

110,00 Euro pro Halbjahr

C040

Herzgruppe

Betreuende Ärzte:

Dr. med. Michael Haberbeck

Oliver Hopf

Kristine Reinhard, Übungsleiterin

Reha- und Herzsport

Dienstag, 07.01.2025 bis 24.06.2025,

20:00 - 21:00 Uhr

Waldürn, Frankenlandschule, Sporthalle

110,00 Euro pro Halbjahr

**Wir suchen
Dozentinnen und Dozenten
als Honorarkräfte.**

**Schreiben Sie uns per E-Mail oder
per Post oder sprechen Sie uns an!**

Yoga

Yoga ist die in der indischen Kultur verwurzelte Lehre und Praxis, durch Entspannungs- und Bewegungsübungen zu sich selbst zu finden. Der in Europa beliebteste Yoga-Stil, Hatha-Yoga, besteht aus drei Säulen: Körper, Atem und Meditation. Die Kombination aus Asanas (Bewegung) und Pranayama (Atem) soll Beweglichkeit und mentale Konzentration fördern. Durch wohltuende Meditationsübungen erleben Sie in den Kursen verschiedene Möglichkeiten zur Entspannung und zum Umgang mit Stress.

C101

Hatha Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke und warme Socken, evtl. ein Kissen
Lorena Esposito, Yogalehrerin BDY/EYU
Montag, 17.02.2025 bis 12.05.2025,
18:15 - 19:45 Uhr, 10 Termine
Buchen, Pavillonbau des Rathauses, Gymnastikraum, Wilhelmstraße
92,00 Euro

C102

Hatha Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke und warme Socken, evtl. ein Kissen
Lorena Esposito, Yogalehrerin BDY/EYU
Montag, 23.06.2025 bis 28.07.2025,
18:15 - 19:45 Uhr, 6 Termine
Buchen, Pavillonbau des Rathauses, Gymnastikraum, Wilhelmstraße
56,00 Euro

C105

Hatha Yoga mit Entspannung

Ursula Leix, Yoga-Lehrerin BYV, ZPP-zertifiziert
Montag, 28.04.2025 bis 28.07.2025,
09:30 - 11:00 Uhr, 10 Termine
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31, Entspannungsraum Abendstern
92,00 Euro

C110

Hatha Yoga

Miriam Matt, Yoga-Lehrerin
Montag, 17.02.2025 bis 12.05.2025,
17:30 - 19:00 Uhr, 10 Termine
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31, Entspannungsraum Abendstern
92,00 Euro

C111

Hatha Yoga

Miriam Matt, Yoga-Lehrerin
Montag, 17.02.2025 bis 12.05.2025,
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Termine
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31, Entspannungsraum Abendstern
92,00 Euro



© Foto: iStock

C114

Hatha Yoga

Yoga für den Rücken mit Yoga Nidra

Dieser Kurs richtet sich an Menschen mit leichteren Beschwerden in Rücken, Schultern und im Nacken, aber auch an Menschen ohne Beschwerden. Durch hüftöffnende Asanas (Körperübungen) wird der Rücken entlastet. Ziel ist es, Verspannungen zu lösen, Beweglichkeit zu fördern und Muskulatur in Rücken und Bauch zu kräftigen. Natürlich kommen auch Meditation und Atemtechniken zur Entspannung nicht zu kurz. Die Yoga-Stunde endet mit einer besonders langen systematischen Entspannung, genannt Yoga Nidra oder auch „yogischer Schlaf“. Dies sorgt für eine besonders tiefe Regeneration.
Katrin Finkenrath, Yoga-Lehrerin BYV, ZPP-zertifiziert
Dienstag, 11.03.2025 bis 13.05.2025,
19:45 - 21:15 Uhr, 8 Termine
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31, Entspannungsraum Morgensonne
74,00 Euro

C116

Hatha Yoga

Silver Yoga

für Menschen im besten Alter (60+)

Da man bekanntlich nur so alt ist, wie man sich fühlt, ist es nie zu spät und immer der richtige Zeitpunkt, um mit Yoga zu beginnen. Angepasst an die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Teilnehmenden, praktizieren wir sanftes Dehnen und Mobilisieren und kräftigen die Muskulatur. Gleichgewichtsübungen sowie Meditation und Atemtechniken stehen im Mittelpunkt dieses Kurses.
Katrin Finkenrath, Yoga-Lehrerin BYV, ZPP-zertifiziert
Dienstag, 11.03.2025 bis 13.05.2025,
18:00 - 19:30 Uhr, 8 Termine
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31, Entspannungsraum Morgensonne
74,00 Euro



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



C120

Outdoor Yoga

Wir treffen uns an schönen Orten in der Natur in und um Buchen. Wir werden Hatha Yoga praktizieren mit Anfangs- und Endentspannung, sowie Atemübungen und kleineren Meditationen. Der Kurs richtet sich an Anfänger und leicht fortgeschrittene Yogis. Ziel des Kurses ist es, die Natur als Kraftquelle und Ort des zur Ruhe Kommens zu erleben und Bewegung an der frischen Luft zu ermöglichen. Mitzubringen sind eine outdoortaugliche Yogamatte (sie kann etwas dicker und leicht zu reinigen sein), sowie angepasste Kleidung, eventuell Mücken- und Sonnenschutz, eine Decke für die Anfangs- und Endentspannung. Bei Regen ist der 25.07. als Ausweichtermin geplant.

Katrin Finkenrath, Yoga-Lehrerin BYV
Dienstag, 24.06.2025 bis 29.07.2025,
18:00 - 19:30 Uhr, 6 Termine

Buchen, Treffpunkt: Parkplatz am Hollersee,
Hollerbacher Straße
56,00 Euro

C122

Hatha Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke und warme Socken, evtl. ein Kissen
Volker Vogelmann, Yoga-Lehrer BYV
Dienstag, 18.02.2025 bis 13.05.2025,
17:45 - 19:15 Uhr, 10 Termine

Höpfingen, Gemeindezentrum,
Gneisenastr. 11
92,00 Euro

C125

Hatha Yoga mit Entspannung

*Ursula Leix, Yoga-Lehrerin BYV,
ZPP-zertifiziert*
Mittwoch, 30.04.2025 bis 30.07.2025,
09:00 - 10:30 Uhr, 10 Termine
Ravenstein, Oberwittstadt,
Gemeinschaftshaus
92,00 Euro

C127

Hatha Yoga mit Entspannung

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke und warme Socken, evtl. ein Kissen
Volker Vogelmann, Yoga-Lehrer BYV
Mittwoch, 19.02.2025 bis 14.05.2025,
18:15 - 19:45 Uhr, 10 Termine
Rosenberg, Sindolsheim, Ev. Gemeindehaus
92,00 Euro ab 10 Teilnehmende

C130

Hatha-Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke und warme Socken, evtl. ein Kissen
Petra Stüfe, Yoga-Trainerin
Montag, 17.02.2025 bis 19.05.2025,
18:30 - 20:00 Uhr, 10 Termine
Walldürn, Walldürn-Gerolzahn,
Gemeindehaus, Schafgasse 1
92,00 Euro

C131

Hatha-Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke und warme Socken, evtl. ein Kissen
Petra Stüfe, Yoga-Trainerin
Dienstag, 08.07.2025 bis 29.07.2025,
18:30 - 20:00 Uhr, 4 Termine
Walldürn, Walldürn-Gerolzahn,
Gemeindehaus, Schafgasse 1
37,00 Euro

C132

Hatha-Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke und warme Socken, evtl. ein Kissen
Petra Stüfe, Yoga-Trainerin
Freitag, 14.02.2025 bis 16.05.2025,
08:30 - 10:00 Uhr, 10 Termine
Walldürn, Walldürn-Gerolzahn,
Gemeindehaus, Schafgasse 1
92,00 Euro

C133

Hatha-Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke und warme Socken, evtl. ein Kissen
Petra Stüfe, Yoga-Trainerin
Freitag, 04.07.2025 bis 25.07.2025,
08:30 - 10:00 Uhr, 4 Termine
Walldürn, Walldürn-Gerolzahn,
Gemeindehaus, Schafgasse 1
37,00 Euro

C134

Hatha-Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke und warme Socken, evtl. ein Kissen
*Beate Kolb-Reich, Yoga-Lehrerin BYV,
ZPP-zertifiziert*
Dienstag, 18.02.2025 bis 13.05.2025,
18:15 - 19:45 Uhr, 10 Termine
Walldürn, Frankenlandschule, Raum 133/136
92,00 Euro

C135

Yin Yoga mit ätherischen Ölen

Im Yin Yoga werden die Asanas länger und ohne Kraftanstrengung gehalten. Dadurch wird das Faszienewebe gedehnt, Verklebungen können gelöst werden. Die Wirkung der Stunde wird durch den Einsatz ätherischer Öle zusätzlich gestärkt. Untersuchungen haben gezeigt, dass ätherische Öle physische und emotionale Vorteile bieten. Beendet wird die Stunde mit einer geführten Meditation.

Die Öle werden per Post zugeschickt. Es besteht die Möglichkeit, eine Aufzeichnung der Stunde im Nachgang zu erhalten, falls eine Live-Teilnahme nicht möglich ist.

*Sabrina Hölzl, Yogalehrerin BDY /
Meditationslehrerin*

Donnerstag, 13.02.2025 bis 03.04.2025,

*18:30 - 19:30 Uhr, 8 Termine
online*

70,00 Euro inkl. Öle

Anmeldung bis spätestens 06.02.2024



© Foto: iStock

C136

Yin Yoga mit ätherischen Ölen

*Sabrina Hölzl, Yogalehrerin BDY /
Meditationslehrerin*

Donnerstag, 08.05.2025 bis 17.07.2025,

*18:30 - 19:30 Uhr, 8 Termine
online*

70,00 Euro inkl. Öle

Anmeldung bis spätestens 30.04.2024

C141

Faszien Yoga

Elastische und gesunde Faszien sind wichtig für Wohlbefinden und Beweglichkeit. Möchtest du beweglicher werden und die Grundlagen des Hatha Yoga kennenlernen? Gemeinsam werden wir verschiedene Atemübungen, Entspannungstechniken und Yogastellungen erlernen. Der Körper kommt in Form, die Haltung verbessert sich und Verspannungen in Bauch und Rücken können sich lösen. Durch diese Einheit kannst du deinen alltäglichen Stress abbauen und zur inneren Ruhe finden.

Materialien: Matte, Decke, Kissen, großes Handtuch, falls vorhanden Faszienrolle

Natalja Seel, Yogalehrerin BYV

Montag, 24.02.2025 bis 05.05.2025,

*20:00 - 20:45 Uhr, 10 Termine
online*

46,00 Euro

Förderung durch die Krankenkassen

In den Bereichen Gesundheitsförderung, Ernährung und Prävention kann die Teilnahme an vhs-Kursen von den gesetzlichen Krankenkassen gefördert werden. Allerdings haben diese die Entscheidung bundesweit an die Zentrale Prüfstelle für Prävention (ZPP) übertragen. Jeder Anbieter, auch die vhs Buchen, muss somit jeden Gesundheitskurs bei der ZPP im Sinne von § 20 SGB V sehr aufwändig prüfen und bestätigen lassen. Das versuchen wir nun seit mehr als einem Jahr – größtenteils leider ohne Erfolg. Die Zertifizierung ist äußerst kompliziert und unverhältnismäßig bürokratisch gestaltet.

Gesundheitsbildung an der vhs Buchen wird unabhängig von der ZPP weiterhin qualitativ hochwertig, trotzdem preiswert und in Ihrer Nähe angeboten werden. Gerne stellen wir Ihnen auf Anfrage kostenfrei nach Abschluss Ihres Gesundheitskurses eine vhs-Teilnahmebescheinigung aus (ohne Bestätigung einer Prüfung nach § 20 SGB V), sofern Sie an mindestens 80% der Kursstunden teilgenommen haben (Teilnehmende von ZPP-zertifizierten Kursen erhalten automatisch eine TN-Bescheinigung). **Ob und wie Ihre Kursteilnahme gefördert wird, entscheidet Ihre Krankenkasse. Daher bitten wir Sie, vor Kursbeginn direkt mit Ihrer Krankenkasse Kontakt aufzunehmen.**

Wir bitten um Ihr Verständnis!



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



C142

Pilates & Yoga

Der Kurs ist eine schöne Kombination aus sanften Übungen und Entspannung. Zuerst werden die Muskeln des gesamten Körpers sanft gekräftigt. Anschließend lernst du verschiedene Dehnübungen, Massagetechniken und Entspannungsmethoden kennen. Ziel dieses Kurses ist es, die gesamte Körpermuskulatur zu aktivieren und die Muskeln durch Dehnen zu lockern. Durch eine Entspannung am Ende der Einheit kannst du neue Energie tanken. Der Kurs richtet sich an Personen jeden Alters und Fitnesslevels.

Materialien: Matte, Handtuch oder einen Yoga-Gurt, Tennisball

Natalja Seel, Yogalehrerin BYV

Mittwoch, 26.02.2025 bis 30.04.2025,

18:00 - 19:15 Uhr, 10 Termine

online

77,00 Euro



© Foto: iStock



© Foto: Leonie Palinkas

C143

Yoga für Schwangere

In dieser Stunde nimmst du dir bewusst Zeit für dich und deinen Körper. Yoga-Haltungen, Atem- und Entspannungsübungen sowie Meditationen werden speziell für diese besondere Zeit in deinem Leben ausgewählt und angepasst. Yoga kann dir helfen körperliche Beschwerden zu lindern, deinen Rücken zu kräftigen und deinen Beckenboden bewusst wahrzunehmen. Außerdem lernst du deine Atmung zu vertiefen und dich so auf die bevorstehenden Herausforderungen von Geburt und Mutterschaft entspannt vorzubereiten. Dieser Kurs ist für alle Schwangeren ab der 13. Schwangerschaftswoche geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Im Voraus solltest du dir von deinem Frauenarzt/deiner Frauenärztin die Zustimmung für die Teilnahme am Kurs einholen. Hilfsmittel:

Matte, Kissen, Decke, 2 Yoga-Blöcke

Leonie Palinkas, Yogalehrerin Basic BDY

Donnerstag, 13.03.2025 bis 24.04.2025,

19:30 - 20:15 Uhr, 6 Termine

online

52,00 Euro Anmeldung bis spätestens

06.03.2025

C144

After-Work Yoga

Einmal die Woche ein festes Yoga-Date mit dir selbst, wie klingt das? Genau das machen wir Donnerstagabends. Einfach zu Hause die Matte ausrollen, den Zoom-Link öffnen und los geht's. In den Einheiten von 45 min werden wir bewusst vom Alltag abschalten, Deinen Körper komplett durchbewegen, Deine Körperhaltung und -spannung verbessern, Deine Flexibilität und Dehnfähigkeit steigern sowie meditieren und entspannen. Der Fokus der Stunde wird immer wieder variieren, sodass für jeden etwas dabei ist. Zu den Übungen werden verschiedene Levels angeboten, damit jeder daran teilnehmen kann. Hilfsmittel: Yoga-Matte, Kissen, Decke, (optional 2 Yoga-Blöcke)

Leonie Palinkas, Yogalehrerin Basic BDY

Donnerstag, 13.03.2025 bis 05.06.2025,

17:30 - 18:15 Uhr, 10 Termine

online

80,00 Euro

Anmeldung bis spätestens 06.03.2025

**Wir suchen
Dozentinnen und Dozenten
als Honorarkräfte.**

**Schreiben Sie uns per E-Mail oder
per Post oder sprechen Sie uns an!**

C145 Qigong

Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong

Die langsamen, konzentrierten und sanften Bewegungsformen des Taiji-Qigong werden seit Jahrtausenden in China von Menschen jeder Altersklasse ausgeübt. Die Teilnehmenden lernen, wie wichtig Ruhe, Entspannung und Natürlichkeit sind. Diesen Punkten kommt in Verbindung von Körperhaltungen, Vorstellungskraft und Atmung eine Schlüsselrolle zu. Qigong Yangsheng hilft dabei, mit Stress konstruktiver umzugehen und die eigene Gesundheitskompetenz zu steigern. Geeignet ist der Kurs für Menschen, die bereits Qigong Erfahrung haben.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken.
*Gotthard Dell, Qigong-Kursleiter,
ZPP-zertifiziert*

*Montag, 12.05.2025 bis 14.07.2025,
19:30 - 21:00 Uhr, 8 Termine*

*Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Entspannungsraum Abendstern
74,00 Euro*



© Foto: iStock

C147 Qigong

Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong für Anfänger und Fortgeschrittene

Diese sanften Bewegungsformen des Taiji-Qigong werden seit Jahrtausenden in China ausgeübt. Mit den Übungen des Yangsheng Lehrsystems wollen wir unsere Lebenskraft stärken und entspannt in das Wochenende gehen. Leicht zu lernende Formen, ergänzt durch wertvolle Atemübungen zur Stärkung der Organfunktionskreise begleiten uns in diesem Kurs. Qigong Yangsheng hilft dabei, mit Stress konstruktiver umzugehen. Geeignet ist der Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, flache Schuhe oder Socken
*Gotthard Dell, Qigong-Kursleiter,
ZPP-zertifiziert*

*Freitag, 09.05.2025 bis 18.07.2025,
15:00 - 16:00 Uhr, 8 Termine*

*Buchen, Pavillonbau des Rathauses,
Gymnastikraum, Wilhelmstraße
62,00 Euro*

C150 Qigong

Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong für Anfänger und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, flache Schuhe oder Socken

*Gotthard Dell, Qigong-Kursleiter,
ZPP-zertifiziert*

*Dienstag, 13.05.2025 bis 15.07.2025,
19:30 - 21:00 Uhr, 8 Termine*

*Höpfingen, Gemeindezentrum,
Gneisenaustr. 11
74,00 Euro*

C160 Taiji für Geübte

Diese Bewegungskunst aus China richtet die Aufmerksamkeit nach innen und wirkt harmonisierend und entspannend zugleich. Die Teilnehmenden lernen in praktischen Übungen ihre Körperwahrnehmung, Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit zu verbessern. Die Grundkenntnisse der langen Yang-Form des Taiji-Chan werden hier vermittelt.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung und flache Schuhe.

*Ursula Weimer, Qigong- und Taiji-Lehrerin
Samstag, 22.02., 22.03., 26.04., 24.05.,
28.06. und 26.07.2025, 10:00 - 14:00 Uhr,
6 Termine*

*Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Entspannungsraum Morgensonne
204,00 Euro (Kleinstgruppe 4 - 5 Personen)*

C175 Waldbaden zum Muttertag

Genießen Sie im Mutter/Tochter- oder Mutter/Sohn-Duo gemeinsame Zeit in der Natur. Sie erkunden zusammen die heilsame Kraft der Natur und lernen, wie Sie Ruhe und Energie aus dem Wald schöpfen können. Durch sanfte Wahrnehmungsübungen und leichte Bewegungen tauchen Sie ein in eine Welt voller Ruhe und Achtsamkeit. Die Streckenlänge beträgt ca. 2,5 km. Bitte mitbringen: dem Wetter angepasste Kleidung, festes Schuhwerk, Liegeunterlage, ggf. eine Regenjacke und Getränk. Bei Sturm und Starkregen findet die Veranstaltung nicht statt.

*Ulrike Kiesecker, zertifiz. Kursleiterin
für Waldbaden*

*Samstag, 10.05.2025, 14:00 - 16:00 Uhr
Hardheim, Treffpunkt Wolfsgrubenhütte,
Parkmöglichkeiten auf dem Honertparkplatz
14,00 Euro pro Person*



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



C180

Autogenes Training

In diesem Kurs üben Sie das Autogene Training nach J.H. Schultz von der Grund-, über die Mittel- bis zur Oberstufe. Die einzelnen Übungen werden aufeinander aufbauend geübt. Es handelt sich um ein anerkanntes Tiefenentspannungsverfahren im Rahmen der Autosuggestion. Dabei werden die eigenen inneren Kräfte genutzt, um einen Entspannungsprozess herbeizuführen. Das Autogene Training trägt zur Verbesserung des Allgemeinbefindens bei und kann unter anderem hilfreich gegen Erschöpfungszustände, Nervosität, innere Anspannung, Schmerzzustände und Schlaflosigkeit wirken. Es wirkt beruhigend, entspannend und harmonisierend. Die Übungen sind leicht zu erlernen und für alle Altersgruppen geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ein kleines Kissen, eine Decke

Jana Edelmann, Entspannungspädagogin

Dienstag, 01.04.2025 bis 03.06.2025,

18:15 - 19:45 Uhr, 8 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Entspannungsraum Abendstern

74,00 Euro



© Foto: iStock

C185

Beckenbodentraining für Einsteiger

Der Beckenboden übernimmt wichtige Halte- und Stützfunktionen in unserem Körper. Wie alle anderen Muskeln sollte er regelmäßig trainiert werden. Ein starker Beckenboden verhilft zu einer besseren Körperhaltung und beugt Kontinenzproblemen vor. Sie erfahren etwas über die Lage und Funktion des Beckenbodens. Sie lernen Übungen, die Sie auch zuhause täglich durchführen können. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken

Karin Starkloff, Heilpraktikerin

Donnerstag, 08.05.2025 bis 03.07.2025,

19:00 - 19:45 Uhr, 6 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Entspannungsraum Morgensonne

28,00 Euro

C190

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Das Ziel der Progressiven Muskelrelaxation (PMR) ist die gleichzeitige Aktivierung und Entspannung des Nervensystems, so dass sich ein Zustand der Ruhe einstellen kann. Dabei wird mit dem Prinzip Anspannung und Entspannung gearbeitet. PMR kann gegen chronische Spannungskopfschmerzen, bei Schlafstörungen, Stress und Unruhezuständen hilfreich sein. Die Übungen sind leicht zu erlernen und für alle Altersgruppen geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bequeme Kleidung anziehen und ein Kissen sowie eine Decke mitbringen.

Jana Edelmann, Entspannungspädagogin

Dienstag, 01.04.2025 bis 03.06.2025,

20:00 - 21:30 Uhr, 8 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Entspannungsraum Abendstern

74,00 Euro

C192

Aufmerksamkeitsbasierte Stressbewältigung

Stress ist nicht unser Feind - er ist ein natürlicher Teil des Lebens. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Belastung und Entlastung als Teil eines gesunden Lebensstils integrieren können. Durch Techniken zur Stärkung von Körper, Geist und Seele, wie Meditation im Stil des Zen und Achtsamkeitsübungen, werden Sie in die Lage versetzt, Stress effektiv zu bewältigen und Ihr Wohlbefinden zu steigern.

Dr. med. Reinhard Boß

Mittwoch, 07.05.2025 bis 21.05.2025,

19:30 - 21:00 Uhr, 3 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Entspannungsraum Abendstern

34,00 Euro

C195

Aus Erfahrungen lernen meditativer Workshop

Das übergeordnete Ziel ist, Ihre inneren Ressourcen zu stärken und eine tiefere Verbindung zu sich selbst und zur Welt herzustellen. Sie werden aktiv lernen, durch Gespräche über eigene Lebenserfahrungen, Singen, Malen und Meditieren Ihren inneren Frieden und Ihre Kreativität zu fördern. Durch diese Aktivitäten spannen wir den Bogen vom „Ende der Atlantischen Erfahrung“ bis zur „Geburt des Neuen Menschen“, der eine Erde und eine Menschheit als Vision hat. Der Workshop findet in einer kleinen, unterstützenden Gruppe statt und umfasst praktische Übungen und kreative Ausdrucksformen. Bitte mitbringen: Stifte, Filz- und Wachsstifte, Wasserfarben und einen Zeichenblock.

Rama Baber-Pullig

Samstag, 22.02.2025, 15:00 - 18:00 Uhr

Buchen, Einbach, Im Schulzengarten 7,

Yogazentrum Mandala

24,00 Euro



© Foto: iStock

C196 **Meditationsabend** **Dein inneres Licht**

Sie möchten Ruhe und Entspannung finden vom hektischen Alltag im Job oder als Eltern? Sie können so viel geben, doch fühlen sich gleichzeitig oft kraftlos und leer? An den Meditationsabenden tauchen Sie tief ein in Ihr eigenes wundervolles Seelenlicht, welches Sie kräftigt und nährt. Sie lernen wohltuende Entspannungs- und Meditationstechniken kennen, die Sie künftig bequem zuhause anwenden können. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Getränk
Madlen Philp, Künstlerin

*Donnerstag, 13.03.2025 bis 10.04.2025,
19:00 - 20:30 Uhr, 5 Termine*

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Entspannungsraum Morgensonne
46,00 Euro**

C200

Innere Stärke dank Resilienz **Die 7 Säulen psychischer** **Widerstandskraft**

8-Wochen-Online-Selbstlernkurs

In schweren Zeiten brauchen wir psychische Widerstandskraft, die sogenannte Resilienz. Sie hilft uns aktiv mit Veränderungen umzugehen, anstatt sie zu verteufeln und aufzugeben. Und das Beste ist, psychische Widerstandskraft ist erlernbar. Mit diesem Onlinekurs werden die sieben Schutzfaktoren der Resilienz gezielt trainiert.

Der Kurs umfasst acht Module mit jeweils einer Stunde Bearbeitungszeit. Es besteht die Möglichkeit, sich mit den Kursleitern über die Inhalte und Übungen auszutauschen. Die Module werden im wöchentlichen Rhythmus freigeschaltet und können im eigenen Tempo flexibel durchlaufen werden. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Dank der ZPP-Zertifizierung erstatten die Krankenkassen einen Teil der Kursgebühr.

*Steve Windisch, Trainer
für Stressmanagement und Resilienz
Julia Windisch, Psychologin,
Lerntherapeutin
jederzeit im Semester möglich
online
149,00 Euro*

C203

Ayurvedische Massage **für Anfänger**

Tauchen Sie ein in die Welt der ayurvedischen Massage. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen dieser alten Heilkunst kennen. Sie erfahren, wie wohltuend diese Masagetechnik für Körper und Geist sein kann. Das Ziel des Kurses ist es, Ihnen praktische Fähigkeiten in der ayurvedischen Massage zu vermitteln. Sie lernen verschiedene Massagegriffe und Ausstreichungen sowie deren korrekte Abfolge. Dabei erfahren Sie auch, wann diese Massagen hilfreich sind und wann nicht. In einer kleinen Gruppe üben Sie die Techniken unter fachkundiger Anleitung. Am Ende des Kurses können Sie eine grundlegende ayurvedische Massage durchführen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, 3 Handtücher, evtl. Decke
Julia Dobler, Wellness- und Massagetherapeutin

*Mittwoch, 07.05.2025 bis 21.05.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, 3 Termine*

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Entspannungsraum Morgensonne
61,00 Euro inkl. 5,00 Euro Materialkosten**



© Foto: iStock



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



C205

Aikido (Yoshinkan)

ab 18 Jahren

Aikido ist eine moderne und effektive Kampfkunst aus Japan. Das Besondere an der Aikido-Technik besteht darin, dass die Energie eines Angreifers nicht abgeblockt, sondern so umgelenkt wird, dass der Verteidiger daraus einen Vorteil erlangt. Yoshinkan unterscheidet sich von anderen Aikido-Stilen vor allem durch stärkere Systematik in der Lehrmethode und den Techniken, was vor allem Anfängern den Einstieg erleichtert. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Dmitrij Kraft, Aikido-Trainer 3-Dan

Donnerstag, 20.02.2025 bis 22.05.2025,

18:30 - 20:00 Uhr, 10 Termine

Buchen, Meister-Eckehart-Schule,

Schüttstr. 3, Gymnastikraum

92,00 Euro

C230

Fit von Kopf bis Fuß mit Stretching

Der Kurs ist die ideale Kombination aus leichten Ganzkörper-Tabata-Einheiten für Anfänger und einer Stretching-Einheit. Zuerst wird das Herz-Kreislauf-System durch eine Cardio-Einheit in Schwung gebracht und anschließend unsere Muskelgruppen Bauch, Beine, Po gekräftigt. Am Ende der Stunde steht eine Stretching-Einheit zum Entspannen und zur Lockerung. Der Kurs richtet sich an Personen jeden Alters, die über eine allgemeine Grundfitness verfügen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikmatte, Theraband, kleines Handtuch.

Nadine Wiese, Übungsleiterin B & C Lizenz

Dienstag, 11.02.2025 bis 08.04.2025,

18:30 - 19:30 Uhr, 8 Termine

Buchen, Meister-Eckehart-Schule,

Schüttstr. 3, Gymnastikraum

74,00 Euro

Pilates

Anhand praktischer Übungen vertiefen Sie die Grundlagen und Prinzipien des Trainings, entwickelt von Josef Pilates. Ein Zitat von ihm lautet: „Nach 10 Stunden fühlen Sie sich besser, nach 20 Stunden sehen Sie besser aus, und nach 30 Stunden haben Sie einen neuen Körper.“ Sie bekommen professionelle Hilfestellung, um Mobilisation, Kräftigung, Beweglichkeit und Entspannung gezielt zu trainieren. Der Kurs kann die Körperwahrnehmung verbessern und die physischen Ressourcen für den (Berufs-) Alltag stärken.

C234

Pilates

Für Fortgeschrittene mit Pilateserfahrung.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme

Socken, Pilates-Ball, Flexi-Stab, Matte

Christine Ott, Aerobic-Trainerin

Mittwoch, 26.03.2025 bis 25.06.2025,

20:00 - 21:00 Uhr, 10 Termine

Adelsheim, Martin-von-Adelsheim-Schule,

Obere Eckenbergstr. 1, Aula

62,00 Euro

C236

Pilates I

Für Interessierte, die bereits Grundkenntnisse in Pilates haben.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikmatte, kleines Handtuch

Doris Kohler, Übungsleiterin Prävention

Donnerstag, 08.05.2025 bis 05.06.2025,

19:00 - 20:00 Uhr, 5 Termine

Seckach, Dorfgemeinschaftshaus Zimmern

31,00 Euro

C237

Pilates II

Für Fortgeschrittene mit mindestens einem Jahr Pilateserfahrung.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikmatte, kleines Handtuch

Doris Kohler, Übungsleiterin Prävention

Donnerstag, 08.05.2025 bis 26.06.2025,

20:05 - 21:05 Uhr, 5 Termine

Seckach, Dorfgemeinschaftshaus Zimmern

31,00 Euro



© Foto: iStock

C242

Body Workout Ganzkörpertraining

In diesem Kurs erwartet Sie ein Mix aus Tanz und Übungen zur Muskelkräftigung. In einer abwechslungsreichen Trainingseinheit erwerben Sie grundlegende gesundheitsförderliche Kompetenzen im Bewegungsbereich. Neue Stärke, verbesserte Beweglichkeit und intensive Kräftigung der Muskeln sind die erklärten Ziele unserer Trainerin.

Bitte eine Matte mitbringen.

Christine Ott, Aerobic-Trainerin

Mittwoch, 26.03.2025 bis 25.06.2025,

18:15 - 19:15 Uhr, 10 Termine

Waldürn, Frankenlandschule, Sporthalle

62,00 Euro

C243

Outdoor Fitness Walken in der Natur

Alla Hopp! Von dort aus walken wir gemeinsam in die wunderschöne Natur, welche uns abwechslungsreiche Routen zur Verfügung stellt. Unterwegs haben Sie zahlreiche Möglichkeiten, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Gleichgewicht zu trainieren. Ziel des Kurses ist es, Ihre Fitness zu steigern und gleichzeitig Spaß an der Bewegung im Freien zu erleben. Egal, ob Sie Anfänger oder Fortgeschrittener sind, jeder ist willkommen. Schnüren Sie Ihre Sportschuhe und genießen Sie die frische Luft und die Gemeinschaft.

Sina Kugler, Physiotherapeutin

Dienstag, 11.03.2025 bis 03.06.2025,

18:45 - 19:45 Uhr, 10 Termine

Buchen, alla hopp!-Anlage,

Eingang Hollergasse

62,00 Euro

C244

Outdoor Fitness Joggen in der Natur

Alla Hopp! Von dort aus joggen wir gemeinsam in die wunderschöne Natur, welche uns abwechslungsreiche Routen zur Verfügung stellt. Ziel des Kurses ist es, Ihre Fitness zu verbessern und gleichzeitig den Spaß am Outdoor-Sport zu genießen. Unterwegs haben Sie zahlreiche Möglichkeiten, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Gleichgewicht zu trainieren. Egal, ob Sie Anfänger oder Fortgeschrittener sind, jeder ist herzlich willkommen. Schnüren Sie Ihre Joggingsschuhe und erleben Sie die positiven Effekte des Laufens an der frischen Luft.

Sina Kugler, Physiotherapeutin

Dienstag, 11.03.2025 bis 03.06.2025,

20:00 - 21:00 Uhr, 10 Termine

Buchen, alla hopp!-Anlage,

Eingang Hollergasse

62,00 Euro

C245

Fit für den Alltag Ganzkörperkräftigung

Starten Sie in die neue Woche mit einem ganzheitlich ausgewogenen Trainingskonzept, bei dem Kardiotraining, Muskelaufbau und entspannende Übungen für Körper und Seele im Mittelpunkt stehen. Dadurch verbessern Sie nicht nur Ihre Körperwahrnehmung, sondern auch Ihre Beweglichkeit und Leistungsfähigkeit.

Christine Seemüller-Mestmacher,

Dipl.-Sportpädagogin, ZPP-zertifiziert

Montag, 28.04.2025 bis 07.07.2025,

09:30 - 11:00 Uhr, 10 Termine

Buchen, Pavillonbau des Rathauses,

Gymnastikraum, Wilhelmstraße

92,00 Euro

C246

Ballett Workout

Sie interessieren sich für Ballett oder tanzen bereits und möchten gezielt Ihre Muskulatur und Flexibilität aufbauen? Dann kommen Sie ins online Ballett Workout. Wir trainieren 10 mal donnerstagsabends via Zoom. Das Workout richtet sich auch an Teilnehmer/innen, die keine Erfahrung im klassischen Tanz haben. Mithilfe von Workout-Übungen und Ballett-Elementen verbessern wir gezielt Ihre Körperspannung, Haltung und Flexibilität. Hilfsmittel: Sportmatte, ggf. Stuhl

Leonie Palinkas, Tanzlehrerin

Donnerstag, 13.03.2025 bis 05.06.2025,

18:30 - 19:15 Uhr, 10 Termine

online

80,00 Euro Anmeldung bis spätestens

06.03.2025

C247

Gesunde Füße funktionelles Fußtraining

Die Fußmuskulatur verkümmert häufig durch ständiges Tragen von Schuhen. Unsere Füße sind jedoch ein bemerkenswertes, aber oft vernachlässigtes Wunderwerk des menschlichen Körpers. Sie tragen uns durch unser gesamtes Leben, doch wie oft denken wir wirklich darüber nach, wie wichtig es ist, unsere Füße gut zu pflegen? Wenn es um die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer Füße geht, kann Fußgymnastik eine erstaunliche Rolle spielen. In diesem Kurs trainieren, dehnen und massieren Sie Ihre Füße funktionell. Das Übungsprogramm beinhaltet: Myofasziale Selbstmassage, Mobilisationsübungen und Motorische Kontrolle.

Doris Hamberger, Physiotherapeutin

Donnerstag, 06.03.2025 bis 03.04.2025,

19:00 - 20:00 Uhr, 5 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Entspannungsraum Abendstern

31,00 Euro



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



C250

Muskeltraining mit dem Flexi-Stab Einsteiger/innen und Fortgeschrittene

Ob sitzend, stehend, in Bewegung oder balancierend angewandt, der Flexi-Stab bietet sich für jeden Fitnessgrad und jedes Alter als exzellentes Trainingsgerät an. Mit diesem Gerät kann die eigene Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination unabhängig vom sportlichen Niveau trainiert werden. Ein regelmäßiges Training beugt Rückenproblemen vor. Bei schönem Wetter findet der Kurs im Freien statt.

Bitte mitbringen: Getränk, Flexi-Stab falls vorhanden

Doris Schäfer, Sportlehrerin

Freitag, 04.04.2025 bis 23.05.2025,

10:30 - 11:15 Uhr, 4 Termine

Osterburken, Alte Schule, Turmstr. 25

32,00 Euro

C252

Muskeltraining mit dem Flexi-Stab Treff für Einsteiger/innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Getränk, Flexi-Stab falls vorhanden

Doris Schäfer, Sportlehrerin

Freitag, 06.06.2025, 27.06.2025,

11.07.2025 & 25.07.2025,

10:30 - 11:15 Uhr, 4 Termine

Osterburken, Alte Schule, Turmstr. 25

32,00 Euro

C260

Aqua-Fitness

Aqua-Fitness ist die ideale Art, Sport zu machen, und dabei sowohl die Wirbelsäule als auch die Gelenke und Bänder zu schonen. Gleichzeitig helfen die Übungen, den Körper zu entschlacken, das Bindegewebe zu straffen und die Muskulatur zu kräftigen. Das Ganzkörpertraining im Flach- und Tiefwasser (Aqua-Jogging) verbessert die Koordination, stärkt das Herz-Kreislauf-System, macht fit und vital.

Bitte Badeschuhe mitbringen.

Doris Schäfer, Sportlehrerin

Donnerstag, 20.02.2025 bis 08.05.2025,

18:30 - 19:30 Uhr, 7 Termine

Osterburken, Ganztagsgymnasium,

Hemsbacher Str. 24, Schwimmbad

56,00 Euro

C267

Aqua-Power

Das anspruchsvolle und funktionale Ganzkörpertraining kräftigt alle Muskelgruppen, schont Wirbelsäule, schult die koordinativen Fähigkeiten und trainiert das Herz-Kreislauf-System. Durch die Auftriebskraft des Wassers werden Gelenke und Bandscheiben entlastet und die Muskulatur gekräftigt. Das Training aktiviert den Stoffwechsel, entschlackt den Körper, strafft das Bindegewebe und verbessert die Fitness deutlich. Das 31 Grad warme Wasser bietet ideale Voraussetzungen für ein effektives Training.

Doris Kohler, Übungsleiterin Prävention

Sonntag, 06.04.2025 bis 29.06.2025,

20:30 - 21:30 Uhr, 11 Termine

Buchen, Buchen, Hallenbad,

Dr. Fritz Schmitt-Ring

88,00 Euro



C300

Selbstuntersuchung der Brust nach der MammaCare®-Methode

Die regelmäßige Selbstuntersuchung der Brust ist mit die effektivste Form der Früherkennung und eine große Chance, Brustkrebs und anderen Veränderungen der Brust frühzeitig auf die Spur zu kommen. In einer Kleingruppe wird unter fachlicher Anleitung der zertifizierten Expertin das Abtasten der Brust Schritt für Schritt erklärt. Jede Frau übt die Tastetechnik an einem naturgetreuen Silikonmodell, in das Knoten verschiedener Größe und Härte in unterschiedlicher Tiefe eingelassen sind, mit dem Ziel, normale und veränderte Strukturen zu ertasten und zu unterscheiden. Der Kurs dient nicht dazu, Diagnosen zu stellen, und ersetzt keinesfalls den Besuch bei einer Ärztin oder einem Arzt. *Tatjana Puchler, zertifizierte MammaCare®-Trainerin*

Montag, 07.04.2025, 18:30 - 20:00 Uhr

Osterburken, Realschule,

Hemsbacher Str. 22, Anbau 1, Musikraum

30,00 Euro



© Foto: iStock

C320

Prostatagesundheit

Der männliche Beckenboden

Die Beckenbodenmuskulatur lernen Männer meist erst kennen, wenn die Prostata erkrankt, Blasenentleerungsstörung auftreten und die Sexualfunktion eingeschränkt ist. In diesem Vortrag erhalten Sie wertvolle Tipps sowie Übungen, um den Aufbau des männlichen Beckenbodens besser zu verstehen und ihn zu stärken. Hier können Sie die Schlüsselrolle, die der männliche Beckenboden und die Prostata in der Männergesundheit spielt, verstehen lernen.

Ines Rauhe, Physio- und Prostatatherapeutin
Mittwoch, 19.03.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Mudau, Grundschule, Franz-Bingler-Str. 7
9,00 Euro

C321

Prostatagesundheit

Der männliche Beckenboden

Ines Rauhe, Physio- und Prostatatherapeutin
Samstag, 29.03.2025, 11:00 - 12:30 Uhr
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum unten
9,00 Euro



© Foto: iStock

C330

Darmgesundheit

Unser Superorgan stärken

In diesem Kurs lernen Sie, welchen Einfluss Ihre Ernährung auf die Darmgesundheit hat und wie Sie davon profitieren können. Ziel des Kurses ist es, Ihnen zu zeigen, wie Sie durch bewusste Ernährung Ihr Immunsystem stärken und Verdauungsprobleme verbessern können. Sie erfahren, wie die Darmgesundheit mit Gewichtsmanagement zusammenhängt und welche weiteren positiven Auswirkungen eine gesunde Darmflora hat. In einer kleinen Gruppe lernen Sie praktische Tipps, die Sie direkt in Ihren Alltag umsetzen können. (Hinweis: Der Kurs gilt nicht als Therapie oder Empfehlungen bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen, hierfür wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.)

Nadine Herbinger, Ernährungsberaterin
Freitag, 21.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
9,00 Euro

C331

Kritische Nährstoffe

Optimale Versorgung in der modernen Ernährung

In diesem Kurs lernen Sie, warum viele Menschen heute unter Nährstoffmängeln leiden und wie Sie dem vorbeugen können. Ziel des Kurses ist es, Ihnen ein tieferes Verständnis für die Bedeutung von Mikronährstoffen zu vermitteln. Sie erfahren, wie sich der Nährstoffgehalt in Lebensmitteln über die Jahre verändert hat und welche Auswirkungen dies auf unsere Gesundheit haben kann. Der Kurs behandelt die wichtigsten kritischen Nährstoffe, deren Funktionen im Körper und wie Sie eine ausreichende Zufuhr sicherstellen können.

Nadine Herbinger, Ernährungsberaterin
Freitag, 28.03.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum unten
9,00 Euro

C340

Straußenfarm und Warturm Schaaflheim

Wanderung über 7 km und Führung, Treffpunkt mit PKW auf dem Schloßplatz Hardheim um 09:00 Uhr, es werden möglichst Fahrgemeinschaften gebildet.

Anmeldung bis 11.05.2025 erforderlich bei Wanderführer Joachim Lutz Tel. 09340 929344, werktags ab 18 Uhr, oder über www.odewaldklub-hardheim.de

In Kooperation mit dem Odenwaldklub Hardheim

Sonntag, 18.05.2025, 08:30 - 18:00 Uhr
Hardheim, Treffpunkt Schloßplatz
gebührenfrei



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



C347

Golf lernen

Fitness fürs Leben

in Kooperation mit dem Golfclub Glashofen-Neusass

Golf ist ein gesunder Sport, der bis ins hohe Alter betrieben werden kann. Er erfordert keine Muskelberge; was zählt, sind Kondition, Konzentration und Koordination. Die Kombination des komplexen Bewegungsablaufs in Verbindung mit dem Naturgenuss fördert Ihre Fitness fürs Leben. Trainiert werden die verschiedenen Schläge auf dem Übungsgelände. Daneben gibt es Einblick in die allgemeinen Golfregeln. Bitte mitbringen: Sportschuhe, bequeme Kleidung (kein Trainingsanzug)

Dieter Zich, Golfclub Glashofen-Neusass

Samstag, 28.06.2025 bis 26.07.2025,

16:00 - 17:00 Uhr, 5 Termine

Walldürn, Golfschule, Am Mühlweg 9,

Glashofen-Neusass

65,00 Euro



© Foto: Golfschule Glashofen-Neusass

C501

Limsen - klein, aber oho

Hülsenfrüchte sind ein echtes Allround-Talent. Sie sind reich an Vitaminen, Ballaststoffen und Eiweißen und somit perfekt für eine vollwertige Ernährung. Sie werden in Deutschland angebaut und sind damit regional verfügbar. Es gibt sie in verschiedenen Farben und Sorten: ob rote Limsen, grüne Limsen oder Belugalinsen. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Möglichkeiten, wie sie die kleinen Eiweißbomben in Ihrer Ernährung vielfältig einsetzen können. Von Bratlingen über Salsa und Suppen bis hin zu Desserts ist hier alles dabei, was das Herz begehrt.

Larissa Kappes, Lehrerin

Freitag, 11.04.2025, 18:00 - 22:00 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Lehrküche, Zi 1.17

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 10,00 Euro

C502

Süße Versuchung

Datteln neu erkennen

Datteln sind nicht nur lecker, sondern auch reich an Vitaminen und Ballaststoffen - ideal für eine gesunde Ernährung! Darüber hinaus lassen sich aus den kleinen Wunderbomben köstliche Snacks zubereiten, die „sündhaft“ gut schmecken. In diesem Kurs lernen Sie z. B. wie Energyballs, Raw Cakes oder etwa Karamell hergestellt werden.

Larissa Kappes, Lehrerin

Freitag, 28.03.2025, 18:00 - 22:00 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Lehrküche, Zi 1.17

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 10,00 Euro

C503

Build your bowl

Bowls sind nicht nur seit langem ein modischer Trend, sondern auch vielfältig, vollwertig und lecker. Die Kombination aus verschiedenen Toppings und Dressings machen sie zu einer wahren Geschmacksexplosion. Vor allem im Sommer sind sie bei heißen Temperaturen eine perfekte Mahlzeit. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen zu den Bausteinen einer Bowl und kreieren Ihre eigene Bowl. Freuen Sie sich auf aromatische und bunte Ergebnisse.

Larissa Kappes, Lehrerin

Freitag, 27.06.2025, 18:00 - 22:00 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Lehrküche, Zi 1.17

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 10,00 Euro

C504

Französische Küche

ein feines Menü

Schlemmen wie Gott in Frankreich - ein alter Satz - und doch verbunden mit so viel Geschmack, Raffinesse und Hingabe. Wir kochen ein „Le plat du jour“ - ein kleines Menü, klassisch französisch. Meditieren Sie auf die kulinarische Art.

Michael Sättele, Küchenmeister

Freitag, 09.05.2025, 18:30 - 22:30 Uhr

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,

Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Lehrküche, Zi 1.17

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 15,00 Euro



© Foto: KI-generiert

C510

Mediterrane Küche schnell und frisch

In der Küche duftet es nach Sonne und Meer - das Beste für liebe Freunde! Wer sich auf qualitativ hochwertige und aromareiche Zutaten beschränkt, kann auch Gerichte mit außergewöhnlichem Aroma aus wenigen Lebensmitteln zaubern. So stehen im Handumdrehen sonnige Mittelmeergerichte auf dem Tisch, die relativ rasch zubereitet sind. Viel Freude beim gemeinsamen Kochen und Genießen!

*Gudrun Mackert, Fachlehrerin
Hauswirtschaft*

Dienstag, 08.04.2025, 18:30 - 22:30 Uhr

Höpfingen, Schule, Lehrküche

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 12,00 Euro

C511

Mediterrane Küche schnell und frisch

*Gudrun Mackert, Fachlehrerin
Hauswirtschaft*

Donnerstag, 10.04.2025, 18:30 - 22:30 Uhr

Höpfingen, Schule, Lehrküche

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 12,00 Euro

C513

Fernweh für Genießer

Die bunte Küstenküche von Jamaika & Co.

Gelb, Rot, Grün - das karibische Essen ist ebenso farbenfroh wie vielfältig. Neue Aromen entdecken und herrlich feurige Gewürze - es erwartet uns ein Fest der Vielfalt und unsere Sinne tanzen! Lasst uns gemeinsam eintauchen in pure Lebensfreude - Good vibes am Esstisch garantiert.

Gudrun Mackert, Fachlehrerin

Hauswirtschaft

Dienstag, 22.07.2025, 18:30 - 22:30 Uhr

Höpfingen, Schule, Lehrküche

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 12,00 Euro

C514

Fernweh für Genießer

Die bunte Küstenküche von Jamaika & Co.

Gudrun Mackert, Fachlehrerin Hauswirtschaft

Donnerstag, 24.07.2025, 18:30 - 22:30 Uhr

Höpfingen, Schule, Lehrküche

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 12,00 Euro



© Foto: KI-generiert



C520

Projekt Wilde Sau Kochkurs Wildschwein

Kennen Sie die beste Methode Fleisch in guter Qualität zu essen? Richtig: Wild! In diesem Kurs kümmern wir uns genauer gesagt ums Wildschwein.

Zwar können wir nur in der Theorie vom Jagen und Zerwirken sprechen, aber einige der Fleischteilstücke können wir zerlegen und schmackhaft verarbeiten. Das Hand-Out hilft Ihnen mit vielen Rezepturen auch später noch, die hohe Qualität des Wildfleisches genießen zu können. Auf eine gemeinsame Jagd nach dem besten Geschmack!

Michael Sättele, Küchenmeister

Freitag, 14.03.2025, 18:30 - 22:30 Uhr

Mudau, Grundschule, Lehrküche,

Franz-Bingler-Str. 7

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 20,00 Euro

C530

Schnell, einfach, lecker!

Kleine Gerichte für den täglichen Einsatz

Sie haben nur 10 Minuten zum Kochen? Super, wir brauchen nur 8! Lernen Sie schnelle, wandelbare Gerichte für den täglichen Einsatz. Abwechslungsreich, lecker und ausgewogen präsentiert sich die "Schnelle Küche" um Zuhause selbst und gut zu kochen.

Michael Sättele, Küchenmeister

Freitag, 11.07.2025, 18:30 - 22:30 Uhr

Osterburken, Schule am Limes,

Galgensteige 15, Lehrküche

21,00 Euro + Umlage für Lebensmittel

ca. 15,00 Euro



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!





Sprachen



**Sprachen lernen mit System:
Sprachkurse an der
Volkshochschule
nach dem GER!**



**Gemeinsamer Europäischer
Referenzrahmen**

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen (GER) befasst sich mit der Beurteilung von Fortschritten in den Lernerfolgen bezüglich einer Fremdsprache. Ziel ist, die verschiedenen europäischen Sprachzertifikate untereinander vergleichbar zu machen und einen Maßstab für den Erwerb von Sprachkenntnissen zu schaffen.

**Gebührentabelle für Sprachkurse
der vhs Buchen**

Um Ihnen möglichst verlässliche Rahmenbedingungen zu bieten, werden unsere Sprachkurse im Programmheft und auf der Webseite jeweils mit einer Gebühr ausgeschrieben. Die veröffentlichten Gebühren gelten für die jeweils angegebene Teilnehmenden-Zahl und sind gemäß unserer Gebührentabelle für Sprachkurse gestaffelt.

Bei weniger als 8 TN im Kurs wird die Gebühr gemäß der Gebührentabelle angepasst und im Kurs bekannt gegeben. Maßgebend ist die Anzahl der angemeldeten Personen am zweiten Kurstermin. Danach ist eine Änderung der Kursgebühr nicht mehr möglich. Zu Vermeidung von eventuell höheren Kursgebühren können 12 Kurstermine nach einstimmiger Absprache im Kurs gemäß unserer Gebührentabelle auf 10 Termine gekürzt werden.

Gebührenstaffel Sprachen

<u>TN</u>	12 Termine <u>24 UE</u>	10 Termine <u>20 UE</u>
8 TN und mehr	94 €	78 €
7 TN	106 €	88 €
6 TN	118 €	98 €
5 TN	130 €	108 €
Kleinstgruppe 3-4 TN		180 €
Einzeltraining Termine nach Absprache		520 €

TN - Teilnehmende, UE - Unterrichtseinheit
Stand August 2023



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



Prüfungen beim vhs-Verband Baden-Württemberg

Deutsch, Goethe-Institut oder telc

- in allen GER Stufen A1 - C2

Cambridge Assessment English

General English Examinations:

- from Pre A1 Starters (YLE Starters) to C2 Proficiency (CPE)

Business English Certificates (BEC)

- BEC Preliminary (B1)
- BEC Vantage (B2)
- BEC Higher (C1)

Master Centre: vhs-Verband BW, Raiffeisenstr. 14, 70771 Leinfelden-Echterdingen, Tel. 0711-75900-27

Spanisch, Instituto Cervantes

- B1 bis B2

Weitere Informationen und Prüfungsstandorte unter www.vhs-bw.de/pruefungen/sprachpruefungen.html

vhs Lernportal

Deutsch als Zweitsprache

vhs-lernportal.de
kostenfrei – flexibel einsetzbar – mobil

Grundbildung

© 2020 vhs
Bundesministerium für Bildung und Forschung

Die Volkshochschule Buchen

führt Integrationskurse, gefördert vom BAMF, durch.

Kostenbeitrag

4,58 Euro pro Unterrichtsstunde oder 2,20 Euro pro Unterrichtsstunde (eigener Kostenanteil und teilgefördert vom BAMF, für Anmeldungen ab 01.01.2021) oder 2,29 Euro pro Unterrichtsstunde für Anmeldungen ab 01.08.2022 oder kostenfrei (gefördert vom BAMF).

Bitte bringen Sie zur Beratung mit, falls vorhanden:

- Bestätigung über den Anspruch auf Teilnahme am Integrationskurs (vom Jobcenter oder Landratsamt NOK)
- Bestätigung über die Berechtigung zur Teilnahme am Integrationskurs (vom BAMF)
- Bestätigung über den Anspruch auf kostenlose Teilnahme an einem Integrationskurs (vom Bundesverwaltungsamt Friedland)
- Befreiung vom Kostenbeitrag zum Integrationskurs (vom BAMF)
- Ihren Pass
- Unterlagen zur Namensänderung

Migrations-Beratung

Caritas-Verband Neckar-Odenwald-Kreis

Frau Breuer-Belz, Herr Sengstake

Tel. 06281 3255-0

Buchen, Am Haag 17

Dienstag 13:00 - 16:00 Uhr

Donnerstag 09:00 - 12:00 Uhr

Adelsheim, Rathaus

Dienstag 09:00 - 12:00 Uhr

Diakonisches Werk Neckar-Odenwald

Tel. 06281 56243-0

Buchen, Dr.-K.-Adenauer-Straße 1

Montag bis Freitag

09:00 - 12:00 Uhr

Landratsamt Neckar-Odenwald-Kreis

Ausländerbehörde

Tel. 06261 840

Integrationsbeauftragte

Annette Vogel-Hrustić, Tel. 06261 84 2283

Nadine Appenzeller, Tel. 06261 84 1429

Stadt Buchen

Integrationsmanagement

Tel. 06281 31-113

Deutsch als Fremdsprache Beratung und Einstufung

Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Beratungszeiten:

Mittwoch 09:00 – 11:00 Uhr

Donnerstag 14:00 – 16:00 Uhr

Volkshochschule Buchen

Kellereistr. 48, 74722 Buchen

Tel. 06281 55793-0

Deutsch als Fremdsprache Integrationskurse gefördert vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF)

Wenn Sie in Deutschland leben möchten, sollten Sie Deutsch lernen. Das ist wichtig, wenn Sie Arbeit suchen, Anträge ausfüllen müssen, Ihre Kinder in der Schule unterstützen oder neue Menschen kennen lernen möchten. Außerdem sollten Sie einige Dinge über Deutschland wissen, zum Beispiel über die Geschichte, die Kultur und die Rechtsordnung. Ziel des Integrationskurses ist das Sprachniveau B1.

● Sprachkurs 600 UE

Sprachkurs mit Alphabetisierung 900 UE
1 Unterrichtsstunde (UE) = 45 Minuten
Der Sprachkurs schließt mit der Prüfung **Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)** ab.

● Orientierungskurs 100 UE

Wesentliche Themen im Orientierungskurs sind die Rechtsordnung, Geschichte und Kultur sowie Werte, die in Deutschland wichtig sind, zum Beispiel Religionsfreiheit, Toleranz und Gleichberechtigung. Den Orientierungskurs schließen Sie mit dem Test **Leben in Deutschland** ab, der auch als Einbürgerungstest gilt.

**BAMF - Bundesamt für
Migration und Flüchtlinge**
Regionalstelle Karlsruhe
Pfizerstr. 1
76139 Karlsruhe
Telefon: 0721 9653-0
www.bamf.de



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Deutsch als Fremdsprache Beratung und Einstufung

Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Beratungszeiten:

Mittwoch 09:00 - 11:00 Uhr
Donnerstag 14:00 - 16:00 Uhr

Volkshochschule Buchen
Kellereistr. 48, 74722 Buchen
Tel. 06281 557930

Integrationskurs BAMF 96 Zweitschriftlernerkurs

Montag bis Freitag, 08:30 - 11:45 Uhr
18.03.2024 bis 21.07.2025

Buchen-Hainstadt, Grundschule, Raum 14
900 UE Sprachkurs
100 UE Orientierungskurs
Abschluss: Deutsch-Test für Zuwanderer und Test „Leben in Deutschland“

Der Zweitschriftlernerkurs richtet sich an Migrantinnen und Migranten, die in einem nicht-lateinischen Schriftsystem Schreiben und Lesen gelernt haben. Das lateinische Alphabet müssen sie nun als weiteres Schriftsystem erwerben, um die deutsche Sprache erfolgreich erlernen zu können.

Integrationskurs BAMF 97

Montag bis Freitag, 08:30 - 11:45 Uhr
29.04.2024 bis 03.04.2025

Buchen-Hainstadt, Grundschule, Raum 13
600 UE Sprachkurs
100 UE Orientierungskurs
Abschluss: Deutsch-Test für Zuwanderer und Test „Leben in Deutschland“

Integrationskurs BAMF 98

Montag bis Freitag, 13:15 - 16:30 Uhr
24.06.2024 bis 30.05.2025

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48, großer Kursraum
600 UE Sprachkurs
100 UE Orientierungskurs
Abschluss: Deutsch-Test für Zuwanderer und Test „Leben in Deutschland“

Integrationskurs BAMF 99 mit Alphabetisierung

Montag bis Freitag, 13:15 - 16:30 Uhr
09.09.2024 bis 19.12.2025

Buchen-Hainstadt, Grundschule, Raum 03
900 UE Sprachkurs
300 UE Verlängerung bei Bedarf
100 UE Orientierungskurs
Im Alphabetisierungskurs werden die Teilnehmenden lateinisch alphabetisiert und lernen gleichzeitig Deutsch. Darüber hinaus lernen sie, wie sie sich selbst und untereinander helfen können, um weiterzukommen.

Integrationskurs BAMF 100

Montag bis Freitag, 08:30 - 11:45 Uhr
11.09.2024 bis 17.07.2025

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48, großer Kursraum
600 UE Sprachkurs
100 UE Orientierungskurs
Abschluss: Deutsch-Test für Zuwanderer und Test „Leben in Deutschland“



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



Integrationskurs BAMF 101 Zweitschriftlernerkurs

Montag bis Freitag, 08:30 - 11:45 Uhr
25.09.2024 bis 22.01.2026

Buchen-Hainstadt, Grundschule, Raum 04
900 UE Sprachkurs
100 UE Orientierungskurs
Abschluss: Deutsch-Test für Zuwanderer und Test „Leben in Deutschland“

Integrationskurs BAMF 102

Module 4 bis 6
Montag bis Freitag, 08:30 - 11:45 Uhr
02.12.2024 bis 09.04.2025

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum unten
300 UE Sprachkurs
Abschluss: Deutsch-Test für Zuwanderer

Integrationskurs BAMF 103 mit Alphabetisierung

Montag bis Freitag, 13:15 - 16:30 Uhr
20.01.2025 bis 13.05.2026

Buchen-Hainstadt, Grundschule, Raum 03
900 UE Sprachkurs
300 UE Verlängerung bei Bedarf
100 UE Orientierungskurs

Deutsch als Fremdsprache Beratung und Einstufung

Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Beratungszeiten:

Mittwoch 09:00 - 11:00 Uhr
Donnerstag 14:00 - 16:00 Uhr

Volkshochschule Buchen
Kellereistr. 48, 74722 Buchen
Tel. 06281 557930

Die Berufssprachkurse sind ein Sprachlernangebot für Menschen mit Migrationshintergrund. Damit verbessern Sie Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt.

Wer kann teilnehmen? Zugewanderte, EU-Bürgerinnen und -Bürger sowie Deutsche mit Migrationshintergrund, die

- ein bestimmtes Sprachniveau zur Berufs- anerkennung oder für den Zugang zum Beruf benötigen,
- in der Ausbildung sind oder eine Ausbildungsstelle suchen,
- arbeitsuchend gemeldet sind und/oder Arbeitslosengeld bekommen,
- eine Arbeit haben und deren Deutschkenntnisse nicht ausreichen, um den Arbeitsalltag zu meistern.

Welche Voraussetzungen müssen Sie zusätzlich erfüllen?

- abgeschlossener Integrationskurs oder
- nachgewiesene Deutschkenntnisse auf Sprachniveau B1

Berufssprachkurs BSK 21 Basiskurs B2 mit 500 UE

Montag bis Freitag, 08:30 - 11:45 Uhr
27.01.2025 bis 08.08.2025

Unterricht auch während der Schulferien
Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben

2,56 Euro pro UE eigener Kostenbeitrag oder kostenfrei, gefördert vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales

Abschluss: Deutsch-Test für den Beruf B2
Über Teilnahmerechtigungen entscheiden grundsätzlich die Arbeitsagenturen und Jobcenter. Wenden Sie sich hier an Ihre Beraterin oder Berater.

Wenn Sie bereits arbeiten oder sich in einem Ausbildungsverhältnis oder im Anerkennungsverfahren befinden und keine Leistungen nach SGB II oder SGB III beziehen, können Sie direkt beim BAMF einen Antrag auf Teilnahmerechtigung stellen, BSK. Stuttgart@bamf.bund.de

D145

Deutsch-Test für den Beruf B2

Für Zugewanderte, die an einem Berufssprachkurs B2 teilgenommen haben. Geprüft werden die sprachlich-kommunikativen Kompetenzen, die für sprachlich angemessenes Handeln im Arbeitsalltag notwendig sind. Das Zertifikat DTB B2 beweist Sprachkompetenz im Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen auf Niveau B2.

Samstag, 09.08.2025

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
großer Kursraum
gebührenfrei für BSK-Teilnehmende
150,00 Euro für TN anderer Kursträger
40,00 Euro Rücktrittgebühr



Die Prüfungsteilnahme ist nur mit einem gültigen Lichtbildausweis möglich.

Deutsch-Test für Zuwanderer Niveau A2 und B1

Der Test dient als abschließende Sprachprüfung in Integrationskursen. Ziel der Integrationskurse ist es, den Teilnehmenden ausreichende Sprachkenntnisse zu vermitteln, die es ihnen ermöglichen sollen, ohne die Hilfe Dritter in allen Angelegenheiten des täglichen Lebens selbstständig zu handeln. Voraussetzung für eine Teilnahme sind:

- die Kenntnis der lateinischen Schrift
- ein Mindestalter von 16 Jahren
- eine gültige Teilnahmeberechtigung / Verpflichtung für den Integrationskurs oder
- die vorherige Teilnahme an mindestens einem Kursabschnitt des Integrationskurses (ohne Teilnahmeberechtigung, auf eigene Kosten)

D102

Deutsch-Test für Zuwanderer Niveau A2 und B1

Samstag, 12.04.2025, 08:00 - 16:30 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Kursraum unten

gebührenfrei für vhs-Teilnehmende

175,00 Euro für Externe

25,00 Euro Rücktrittsgebühr

Die Prüfungsgebühr bitte bei der Anmeldung bezahlen, die Berechtigung und einen Pass vorlegen.

Anmeldeschluss: 07.03.2025

D103

Deutsch-Test für Zuwanderer Niveau A2 und B1

Freitag, 06.06.2025, 13:00 - 18:00 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Kursraum unten

gebührenfrei für vhs-Teilnehmende

175,00 Euro für Externe

25,00 Euro Rücktrittsgebühr

Die Prüfungsgebühr bitte bei der Anmeldung bezahlen, die Berechtigung und einen Pass vorlegen.

Anmeldeschluss: 02.05.2025

D104

Deutsch-Test für Zuwanderer Niveau A2 und B1

Samstag, 07.06.2025, 08:00 - 16:30 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

Kursraum unten

gebührenfrei für vhs-Teilnehmende

175,00 Euro für Externe

25,00 Euro Rücktrittsgebühr

Die Prüfungsgebühr bitte bei der Anmeldung bezahlen, die Berechtigung und einen Pass vorlegen.

Anmeldeschluss: 02.05.2025

D106

telc Deutsch A2·B1 Zertifikatsprüfung

Das Zertifikat beweist Deutsch-Kompetenz auf Niveau A2 und B1 und wird von den Behörden anerkannt. Für Deutschlernende, die in Deutschland leben oder ihre Übersiedlung nach Deutschland planen, sowie für Personen, die ein anerkanntes Zertifikat für ihr Visum benötigen oder ihre Sprachkenntnisse für Aufenthalt, Einbürgerung sowie Berufsanerkennung in Deutschland nachweisen müssen. Weitere Info unter www.telc.net.

Samstag, 05.07.2025, 08:00 - 16:30 Uhr

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,

großer Kursraum

185,00 Euro

25,00 Euro Rücktrittsgebühr

Die Prüfungsgebühr bitte bei der Anmeldung bezahlen und einen Pass vorlegen.

Anmeldeschluss: 19.05.2025

D110

Test „Leben in Deutschland“

Freitag, 04.04.2025, 08:30 - 10:00 Uhr

Buchen, Buchen-Hainstadt,

Grund- und Hauptschule,

25,00 Euro für Externe

Die Prüfungsgebühr bitte bei der Anmeldung bezahlen und einen Pass vorlegen.

Anmeldeschluss: 05.03.2025

Mit dieser Prüfung schließt der Orientierungskurs ab. Außerdem können mit diesem Test die für die Einbürgerung geforderten Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland nachgewiesen werden.

Personen außerhalb des Integrationskurssystems können nicht am DTZ teilnehmen. Die Prüfungsanmeldung ist nur persönlich im Büro möglich. Anmeldezeiten:

- Mittwoch 09:00 - 11:00 Uhr
- Donnerstag 15:00 - 17:00 Uhr



Folgen Sie uns auf Instagram und Facebook!



Persönliche Prüfungsanmeldung
ist nur möglich am

Mittwoch 9.00 - 11.00 Uhr
Donnerstag 15.00 - 17.00 Uhr

Beachten Sie die Hinweise
auf unserer Homepage!

D113

Test „Leben in Deutschland“

Montag, 02.06.2025, 13:15 - 14:45 Uhr

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
großer Kursraum

25,00 Euro für Externe

Die Prüfungsgebühr bitte bei der Anmeldung
bezahlen und einen Pass vorlegen.

Anmeldeschluss: 07.05.2025

D116

Test „Leben in Deutschland“

Freitag, 18.07.2025, 8:30 - 10:00 Uhr

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
großer Kursraum

25,00 Euro für Externe

Die Prüfungsgebühr bitte bei der Anmeldung
bezahlen und einen Pass vorlegen.

Anmeldeschluss: 18.06.2025

D119

Test „Leben in Deutschland“

Dienstag, 22.07.2025, 08:30 - 10:00 Uhr

Buchen, Buchen-Hainstadt,
Grundschule, Raum 14

25,00 Euro für Externe

Die Prüfungsgebühr bitte bei der Anmeldung
bezahlen und einen Pass vorlegen.

Anmeldeschluss: 20.06.2025

D108

Einbürgerungstest für Einbürgerungswillige

Die vhs Buchen führt im Auftrag des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge den Einbürgerungstest durch. Der Einbürgerungstest dauert 60 Minuten und umfasst 33 Multiple-Choice-Fragen, von denen Sie 17 richtig beantworten müssen. Der Fragenkatalog mit allen Fragen ist auf der Webseite des BAMF zu finden. Bitte beachten Sie die Hinweise zur Anmeldung auf der Homepage.

Donnerstag, 27.03.2025, 17:00 - 18:30 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum unten

25,00 Euro, Anmeldeschluss: 27.02.2025

D109

Einbürgerungstest für Einbürgerungswillige

Bitte beachten Sie die Hinweise zur Anmeldung auf der Homepage.

Donnerstag, 15.05.2025, 17:00 - 18:30 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum unten

25,00 Euro, Anmeldeschluss: 14.04.2025

D190

Deutsch für die Arbeit ab A2 Niveau

Sie haben bereits Deutschkenntnisse auf A2 Niveau und wollen weiter lernen? Dieser Abendkurs ist genau das Richtige für Sie - hier üben Sie die wichtigsten Strukturen für die Kommunikation am Arbeitsplatz und im Alltagsleben. Auf Wunsch der Teilnehmenden kann später im Semester die nächste Staffel mit zehn Terminen angeboten werden. In Kombination mit selbstständigem Lernen zuhause können Sie sich so auf die B1 Prüfung vorbereiten.

Vor der Anmeldung überprüfen Sie bitte Ihr Sprachniveau unter www.sprachtest.de.

Dienstag & Donnerstag, 11.03.2025 bis
10.04.2025, 18:00 - 19:30 Uhr, 10 Termine

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
großer Kursraum

88,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

Bei weniger Teilnehmenden wird die Gebühr höher.



© Foto: iStock

D223

**Englisch 4. Semester
mit Vorkenntnissen (Ziel A2)**

Lehrbuch: Easy English A2.1
Gesuina Reize

Montag, 17.03.2025 bis 02.06.2025,

18:00 - 19:30 Uhr, 10 Termine

Adelsheim, Martin-von-Adelsheim-Schule,
Obere Eckenbergstr. 1, Bühnenzimmer
78,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D224

**Englisch 5. Semester
mit Vorkenntnissen (Ziel A2)**

Lehrbuch: Easy English A2.1
Gesuina Reize

Dienstag, 18.03.2025 bis 03.06.2025,

18:00 - 19:30 Uhr, 10 Termine

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Zimmer 0.37 (EG)
78,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D230

**Englisch 11. Semester
Ziel B1**

Are you determined to improve your English? Come and join us. In a lively and concentrated atmosphere we will focus on conversation, grammar and lots of practice to build a solid foundation. We will address common mistakes and do various exercises, also for vocabulary, to help you gain confidence in your English.

Bernadette Koska, Lehrerin

Mittwoch, 26.02.2025 bis 30.04.2025,

18:00 - 19:30 Uhr, 10 Termine

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
78,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D235

**Englisch für Fortgeschrittene
Ziel B1**

In kleinen Schritten lernen wir die wichtigsten Sprachmittel, um in verschiedenen Situationen des Alltags kommunizieren zu können. Im Mittelpunkt steht die Sprache der Menschen von heute in lebensnahen Dialogen und Texten.

Beatrix Wiley

Mittwoch, 19.02.2025 bis 28.05.2025,

18:00 - 19:30 Uhr, 12 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum unten
94,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D236

**Englisch am Vormittag
für Fortgeschrittene (Ziel B2)**

Here is just the place for you to talk, have discussion and debate on various day-to-day topics. These pave the way to practice and increase your knowledge of English, and also enable you to take an active part in conversations. Inhibition is a thing of the past. Way to go guys.

Emerita Richter, Journalistin, Lehrerin

Dienstag, 18.02.2025 bis 06.05.2025,

09:30 - 11:00 Uhr, 10 Termine

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
78,00 Euro ab 8 Teilnehmenden



© Foto: iStock

D301

**Französisch 1. Semester
für Anfänger**

Anna Miliou, Lehrerin

Donnerstag, 20.02.2025 bis 22.05.2025,

16:30 - 18:00 Uhr, 10 Termine

Hardheim, Walter-Hohmann-Schulzentrum,
Schulstr. 8
78,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D302

**Französisch 2. Semester
Ziel A1**

Lehrbuch: Perspectives A1, Cornelsen
Anna Miliou, Lehrerin

Donnerstag, 20.02.2025 bis 22.05.2025,

20:10 - 21:40 Uhr, 10 Termine

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
78,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D307

**Französisch 8. Semester
mit Vorkenntnissen (Ziel A2)**

Lehrbuch: Perspectives A2, Cornelsen
Anna Miliou, Lehrerin

Donnerstag, 20.02.2025 bis 22.05.2025,

18:30 - 20:00 Uhr, 10 Termine

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
78,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D312

**Französisch Konversation
für Fortgeschrittene (Ziel B2)**

Maike Neuffer

Dienstag, 18.02.2025 bis 08.07.2025,

17:00 - 18:30 Uhr, 12 Termine

Osterburken, Realschule,
Hemsbacher Str. 22, Anbau 1, Musikraum
94,00 Euro ab 8 Teilnehmenden



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



D400

**Italienisch 2. Semester
mit geringen Vorkenntnissen (Ziel A1)**

Gesuina Reize

*Donnerstag, 20.03.2025 bis 03.07.2025,
18:00 - 19:30 Uhr, 10 Termine*

Adelsheim, Martin-von-Adelsheim-Schule,
Obere Eckenbergstr. 1, Bühnenzimmer
78,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D402

**Italienisch 7. Semester
mit Vorkenntnissen (Ziel A2)**

Gesuina Reize

*Mittwoch, 19.03.2025 bis 02.07.2025,
17:00 - 18:30 Uhr, 12 Termine*

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Zimmer 0.37 (EG)
94,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D408

**Italienisch 9. Semester
mit Vorkenntnissen (Ziel A2)**

Gesuina Reize

*Mittwoch, 19.03.2025 bis 02.07.2025,
18:35 - 20:05 Uhr, 12 Termine*

Buchen, Abt-Bessel-Realschule,
Dr.-Fritz-Schmitt-Ring 1, Zimmer 0.37 (EG)
94,00 Euro ab 8 Teilnehmenden



© Foto: iStock

D500

Spanisch 1. Semester

Anfänger ohne Vorkenntnisse (Ziel A1)

Besonders wenn Sie Motivation und Liebe zur spanischen Sprache mitbringen, sind Sie in diesem Kurs richtig. Wir arbeiten mit dem Kursbuch *Con gusto nuevo A1* und wollen uns in Alltagssituationen verständigen können. In diesem Sinne: *Manos a la obra y hasta la vista!*

*Anna-Maria Balles, Lehrerin in Ausbildung
Samstag, 22.03.2025 bis 17.05.2025,
11:15 - 12:45 Uhr, 8 Termine*

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
63,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D501

**Spanisch 4. Semester
mit geringen Vorkenntnissen (Ziel A1)**

Sie können sich auf Spanisch vorstellen und einfache praxisnahe Dialoge führen? Sie können spanische Verben in der Gegenwartsform nutzen?

Lernen Sie hier weiter!

*Anna-Maria Balles, Lehrerin in Ausbildung
Samstag, 22.03.2025 bis 17.05.2025,
09:30 - 11:00 Uhr, 8 Termine*

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben
63,00 Euro ab 8 Teilnehmenden

D700

**Kyrillisch lesen
für Jugendliche von 9 - 16 Jahren**

Das Aufwachsen mit mehr als einer Sprache bedeutet ein hohes Potential für die Entwicklung eines Kindes. Der Kurs bringt Schülerinnen und Schülern, die Russisch sprechen, das kyrillische Alphabet näher und baut die Lese- und Schreibkompetenz im Russischen auf. Mit viel Abwechslung und Phantasie lernen wir Buchstaben und Laute kennen und trainieren flüssiges Lesen.

Diana Eida

*Dienstag, 01.04.2025 bis 15.07.2025,
16:00 - 17:30 Uhr, 12 Termine*

Buchen, vhs-Haus 1, Kellereistr. 48,
kleiner Kursraum
98,00 Euro in der Kleingruppe



© Foto: Diana Eida

A man with short dark hair, wearing a blue and white checkered button-down shirt, is seated at a desk. He is gesturing with both hands, palms facing up, as if explaining something or in a discussion. He is looking towards the left of the frame. In the foreground, the back of a silver laptop is visible. To the left, the hand and part of a white mug of a woman are visible. The background is a bright, out-of-focus office environment with a whiteboard and shelves.

**Arbeit
und Beruf**

Xpert Business

Das Kurs- und Zertifikatssystem für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung vom Einstieg bis zum Profi-Niveau.



Das Kurssystem Xpert Business ist modular aufgebaut und zeichnet sich durch seine Praxisnähe aus: Gelernt wird anhand von Praxisfällen aus dem betrieblichen Alltag. So lässt sich das neu Erlernte unmittelbar in der täglichen Arbeit nutzen.

Nach jedem Kurs besteht die Möglichkeit, eine standardisierte Prüfung abzulegen mit bundesweit anerkanntem Zertifikat.

www.xpert-business.eu

E020

Finanzbuchführung 1

Xpert Business Webinar

Hier ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z.B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. So sind Sie in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen. Die neu erworbenen Fähigkeiten können Sie direkt einsetzen und schon im Kurs mit zahlreichen Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis üben.

*Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2024,
18:30 - 20:30 Uhr, 24 Termine
online, 445,00 Euro inkl. Lehrmittel*

E021

Finanzbuchführung 2

Xpert Business Webinar

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Auch werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten. Voraussetzung ist Fachwissen aus Finanzbuchführung 1.

*Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, 22 Termine
online, 410,00 Euro inkl. Lehrmittel*

E022

Finanzbuchführung mit DATEV

Xpert Business Webinar

Anhand zahlreicher Praxisfälle erlernen Sie Kenntnisse und Fertigkeiten in EDV-gestützter Buchführung mit DATEV-Programmen. Am Kursende können Sie selbstständig mit DATEV-Software arbeiten. Sie beherrschen Struktur und Systemlogik der DATEV-Buchungsprogramme, können laufende Geschäftsvorfälle buchen, einen Jahresabschluss erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen erzeugen und interpretieren. Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie eine Xpert Business Prüfung ablegen (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

*Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2025,
18:30 - 20:30 Uhr, 16 Termine
online, 370,00 Euro inkl. Lehrmittel*

Xpert Business Lernnetz

Online-Kurse mit Durchführungsgarantie

An zwei Tagen in der Woche lernen Sie im Live-Web-Seminar mit einem erfahrenen Fachdozenten online von zu Hause aus. Für Fragen an den Dozenten steht ein Chat zur Verfügung. Alle Veranstaltungen werden aufgezeichnet und können bis zu sechs Wochen nach Ende des Kurses noch einmal angesehen werden. Quereinstieg in den laufenden Kurs ist möglich. Der Techniktest steht Ihnen vom 24.02.2025 - 03.05.2025, 8:30 - 20:30 Uhr zur Verfügung. Weitere Informationen zu allen Kursen sowie ein Demo-Web-Seminar finden Sie unter www.xpert-business-lernnetz.de

E023

Bilanzierung

Xpert Business Webinar

Die hoch qualifizierte Buchhaltungsfachkraft ist befähigt, eine Buchhaltung, z. B. die Finanzbuchhaltung, die Anlagenbuchhaltung und die Lohnbuchhaltung, in einem Unternehmen einzurichten, zu organisieren, zu überwachen und Einfluss auf den Erfolg zu nehmen. Dazu gehört, regelmäßige Monatsabschlüsse und den Jahresabschluss unter Beachtung der aktuellen Vorschriften nach Handels- und Steuerrecht und der Rechtsprechung für das Unternehmen zu erstellen. Dieser Kurs setzt entsprechende Berufspraxis sowie Kenntnisse voraus, wie sie im Kurs „Xpert Business Finanzbuchführung (2)“ vermittelt werden.

Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2025, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Termine online, 370,00 Euro inkl. Lehrmittel

E025

Kosten- und Leistungsrechnung

Xpert Business Webinar

Die Kosten- und Leistungsrechnung ist Teil des Rechnungswesens und setzt eine gut organisierte und gegliederte Buchführung voraus. Sie ermittelt das Betriebsergebnis des Unternehmens und erlaubt Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche oder über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte. Dieser Kurs setzt Kenntnisse voraus, wie sie in „Xpert Business Finanzbuchführung 1“ vermittelt werden.

Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2025, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Termine online, 370,00 Euro inkl. Lehrmittel

E026

Controlling

Xpert Business Webinar

Nach diesem Kurs können Sie über die Grenzen der einzelnen Themenfelder hinaus Prozesse im Unternehmen bewerten und steuern. Dazu setzen Sie zentrale Instrumente und Arbeitstechniken des Controllings ein (z.B. Balanced Score Card). Sie können die Lage eines Unternehmens beurteilen. Sie können zur Formulierung der Unternehmensziele wesentlich beitragen, Lösungen bezüglich deren Messbarkeit erarbeiten sowie die Entwicklung prüfen und beurteilen. Dieser Kurs setzt entsprechende Berufspraxis sowie Kenntnisse voraus, wie sie in den Xpert Business Kursen „Finanzbuchführung (1) und (2)“ vermittelt werden.

Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2025, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Termine online, 370,00 Euro inkl. Lehrmittel

Xpert Business Abschlüsse Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●	●		●
Personalwirtschaft						●			●
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



E027 Betriebliche Steuerpraxis Xpert Business Webinar

Der Kurs vermittelt Ihnen die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen, für die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer den Steuertatbestand festzustellen und die Bemessungsgrundlagen korrekt zu ermitteln. Sie können dann mit den richtigen Fristen und Meldeverfahren die Steuer gegenüber dem Finanzamt abwickeln. Im Einzelnen können Sie Abschreibungsbeträge berechnen, die Pflichten des Arbeitgebers für den Bereich der Lohnsteuer anwenden, die Gewerbesteuerschuld berechnen, die Bemessungsgrundlage der Umsatzsteuer für die einzelnen Umsatzarten sowie die Umsatzsteuererklärung ausfüllen. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, die steuerlichen Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden. Für diesen Kurs sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse erforderlich, Berufserfahrung im kaufmännischen Bereich ist von Vorteil.
Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2025, 18:30 - 20:30 Uhr, 22 Termine online, 410,00 Euro inkl. Lehrmittel

E028 Lohn und Gehalt 1 Xpert Business Webinar

Jede/r Arbeitgeber/in hat für die Beschäftigten Lohnsteuern, Zuschlagsteuern und die gesetzlichen Sozialversicherungsbeiträge einzubehalten und an die entsprechenden Stellen abzuführen. Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Lohnsteuerklassen, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Die in diesem Kurs erworbene Fachkompetenz bildet die Grundlage für das weiterführende Modul Lohn und Gehalt (2).
Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2024, 18:30 - 20:30 Uhr, 24 Termine online, 445,00 Euro inkl. Lehrmittel

E029 Lohn und Gehalt 2 Xpert Business Webinar

Das deutsche Einkommenssteuerrecht sieht zahlreiche Einkommensarten, Sonderregelungen, Freibeträge oder Begünstigungen bestimmter Personen etc. vor. Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs setzt Kenntnisse voraus, wie sie im Kurs „Xpert Business Lohn und Gehalt (1)“ vermittelt werden.
Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2024, 18:30 - 20:30 Uhr, 22 Termine online, 410,00 Euro inkl. Lehrmittel

E030 Lohn und Gehalt mit DATEV Xpert Business Webinar

Aus der Lohnabrechnung ist der Einsatz des Computers als Arbeitsmittel nicht mehr wegzudenken, schon wegen der vorgeschriebenen Datenübermittlung von Lohnsteuer und Sozialversicherung sowie der elektronischen Lohnsteuerkarte und des Lohnnachweises an die Berufsgenossenschaft. Ziel dieses Kurses ist es, die Erstellung der Lohn- und Gehaltsabrechnungen am PC systematisch und anwendungsbezogen zu vermitteln. Anhand der DATEV Software werden Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte erstellt. Dabei werden die wichtigsten Arbeitsschritte wie das Anlegen von Firmenstammdaten, von Personaldaten bis hin zum Ausdruck von Monats- und Jahresmeldungen anhand von praxisnahen Beispielen erklärt.
Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2024, 18:30 - 20:30 Uhr, 16 Termine online, 370,00 Euro inkl. Lehrmittel

E031 Personalwirtschaft Xpert Business Webinar

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.
Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2024, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Termine online, 370,00 Euro inkl. Lehrmittel

Weitere Infos zu allen Kursen sowie ein Demo-Webinar finden Sie unter

www.xpert-business-lernnetz.de



E032

Einnahmen-Überschussrechnung Xpert Business Webinar

Da der Gesetzgeber vor einiger Zeit die Grenzen zur Buchführungspflicht erhöht hat, erstellen immer mehr kleine und mittelständische Unternehmen statt einer Bilanz eine Einnahmen-Überschuss-Rechnung: Freiberuflich Tätige und Gewerbetreibende, deren Umsatz unter 500.000 € und Gewinn unter 50.000 € liegt, können ihren Gewinn durch eine Gegenüberstellung von Einnahmen und Ausgaben (EÜR) ermitteln. Daher bietet das System Xpert Business einen passenden Kurs speziell für Freiberufler/innen, kleine Unternehmungen und deren Buchhaltungsmitarbeiter/innen, aber auch für Mitarbeiter/innen aus der Steuerberatung, die Kleingewerbetreibende unterstützen. Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschuss-Rechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Die Teilnehmenden werden Schritt für Schritt sowie anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt. *Dienstag und Donnerstag, ab 04.03.2024, 18:30 - 20:30 Uhr, 11 Termine online, 205,00 Euro inkl. Lehrmittel*

E033

Zertifikatsprüfungen für alle Xpert Business Kurse

Prüfungsdauer: 180 Minuten
Anmeldeschluss: Freitag, 20. Juni 2025
in Kooperation mit der vhs Mosbach
Anmeldung über info@vhs-buchen.de
*Samstag, 19.07.2025, 09:30 - 12:30 Uhr
vhs Mosbach, Besprechungsraum 1. OG,
Hauptstraße 22, 74821 Mosbach
95,00 Euro*

E050

Rhetorik Workshop mit Durchführungsgarantie

Ein überzeugendes und sicheres Auftreten in Reden und Verhandlungen ist der Schlüssel zum Erfolg. Doch die wahre Kunst liegt darin, den Spannungsbogen so zu gestalten, dass Ihr Gegenüber emotional berührt wird und der Funke der Begeisterung überspringen kann. Im Online-Workshop erhalten Sie viele praktische Übungen, die Sie auch zu Hause nutzen können, um Ihre rhetorischen Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Wir legen besonderen Wert darauf, wie Sie souverän mit Blackouts und Störern umgehen und Einwände erfolgreich behandeln können. Nutzen Sie dieses Seminar, um aktuelle Themen und schwierige Situationen zu besprechen und Ihre Fähigkeiten im Umgang mit Worten und Menschen auf ein neues Niveau zu heben. Melden Sie sich jetzt an und werden Sie zum Meister des öffentlichen Auftretens!

*Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom
Dienstag, 04.03.2025, 09:00 - 12:00 Uhr
online
65,00 Euro inkl. digitales Trainingsbuch*

E051

Schlagfertigkeit

Fallen Ihnen die passenden Worte oder besten Ideen regelmäßig zu spät ein? Hier lernen Sie, spontaner und mutiger mit Ihrer Sprache umzugehen und Ihren aktiven Wortschatz spürbar zu erweitern. Somit können Sie auch in Belastungssituationen flüssig und treffend formulieren. Sie werden künftig Ihr Gegenüber mit spontanen Antworten verblüffen und überzeugen. Dieses Impulsseminar gibt viele Anregungen für das Training zuhause, macht Sie wortgewandt und selbstbewusst.

*Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom
Montag, 07.04.2025, 09:00 - 12:00 Uhr
online
65,00 Euro inkl. digitales Trainingsbuch*



© Foto: iStock



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



E060

Eltern im digitalen Zeitalter

In dem Kurs lernen Eltern, wie sie im digitalen Zeitalter ihre Kinder vor den Risiken der Social Media-Welt schützen können. Erfahren Sie, wie verschiedene Plattformen funktionieren und welche Auswirkungen sie auf das Leben Ihrer Kinder haben können. Wir werden die häufigsten Risiken und Herausforderungen erkunden und Ihnen praktische Tipps geben, wie Sie Ihre Kinder vor Cybermobbing, unangemessenen Inhalten und Datenschutzproblemen schützen können. Egal ob Sie ein technikaffiner Elternteil sind oder sich erst langsam mit der digitalen Welt vertraut machen - dieser Kurs bietet Ihnen das nötige Wissen, um Ihre Kinder sicher durch die Welt der sozialen Medien zu begleiten.

Robin Weniger, Betriebswirt

*Donnerstag, 03.04.2025, 18:15 - 20:30 Uhr
online*

32,50 Euro

E070

Social Media Grundlagen für Unternehmer/innen

In diesem Kurs lernen Einsteiger, die verschiedenen Plattformen wie Facebook, Instagram und LinkedIn zu verstehen und effektiv zu nutzen, um ihr Geschäft zu fördern und mit Kunden in Verbindung zu treten. Das Ziel des Kurses ist es, Ihnen die Grundlagen des Social Media Marketings näherzubringen. Sie erfahren, wie Sie Ihre Zielgruppe definieren, relevante Inhalte erstellen und die Interaktion mit potenziellen Kunden fördern können.

Franziska Petersen, Virtuelle Assistentin

*Mittwoch, 19.03.2025 & 26.03.2025,
19:00 - 20:30 Uhr, 2 Termine*

***Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
Kursraum oben**
39,00 Euro*

E344

Smartphone

WhatsApp (Android)

Sie lernen, auf Ihrem Android Smartphone WhatsApp zu installieren, einen Account einzurichten und wichtige Einstellungen vorzunehmen. Danach üben wir über WhatsApp Nachrichten mit Bildern, Videos, Audioaufnahmen, Dokumente, Kontakte und Standorte zu versenden, nicht benötigte Daten zu löschen und Sicherungen zu erstellen.

*Sabine Hahn, IT-Systemelektronikerin
Freitag, 28.03.2025, 09:00 - 12:00 Uhr*

***Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum**
28,00 Euro*

E370

Word Grundlagen

vhespresso

Sie haben keine Erfahrung im Umgang mit einem Textverarbeitungsprogramm? Dann können Sie in diesem Kurs einen ersten Einstieg unternehmen.

*Sabine Hahn, IT-Systemelektronikerin
Dienstag, 24.06.2025, 18:00 - 21:00 Uhr*

***Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum**
108,00 Euro (1 - 3 Personen)*

E371

PowerPoint Grundlagen

vhespresso

Sie erhalten Einblick in die grundlegenden Funktionen des Programms und erfahren, wie Sie Präsentationen mit Farben, Bildern und Animationen ansprechend gestalten können.

*Sabine Hahn, IT-Systemelektronikerin
Dienstag, 20.05.2025, 18:00 - 21:00 Uhr*

***Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum**
108,00 Euro (1 - 3 Personen)*

E377

Fit am PC Grundlagen

vhespresso

In diesem Kurs bringen Sie Ihre PC-Kenntnisse auf den aktuellen Stand für den Beruf oder für Zuhause. Sie lernen wichtige Einstellungen am Computer vorzunehmen und erste Schritte in Anwendungsprogrammen.

Michael Volk

Mittwoch, 02.04.2025, 13:30 - 16:30 Uhr

***Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum**
108,00 Euro (1 - 3 Personen)*

E385

Excel Grundlagen

vhespresso

Inhalt: Erstellung von Tabellen und Listen, Umgang mit Arbeitsmappen.

Sabine Hahn, IT-Systemelektronikerin

Mittwoch, 28.05.2025, 18:00 - 21:00 Uhr

***Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum**
108,00 Euro (1 - 3 Personen)*

E386

Excel Grundlagen II

Rechnen mit Excel

vhespresso

Sie kennen sich schon etwas in Excel aus? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie einfache Berechnungen durchführen. Ebenso erhalten sie einen Einblick in einfache Funktionen und Formeln.

Sabine Hahn, IT-Systemelektronikerin

Dienstag, 04.06.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

***Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum**
108,00 Euro (1 - 3 Personen)*

E387

Excel Vertiefung

vhespresso

Inhalte: Arbeiten mit komplexen Funktionen und Formeln, Verknüpfung von Tabellen und Arbeitsblättern, Gestaltung von Diagrammen.

Voraussetzung: Grundkenntnisse in Excel

Sabine Hahn, IT-Systemelektronikerin

Mittwoch, 11.06.2025, 18:00 - 21:00 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

PC-Raum

108,00 Euro (1 - 3 Personen)

E390

Excel Aufbau mit Vorkenntnissen

In diesem Kurs lernen Sie die erweiterten Grundlagen (spezielle Funktionen, Sparklines, Formulare erstellen und Ausdrucken in verschiedenen Einstellungen) zum Umgang mit dem Tabellenkalkulationsprogramm kennen. In vielen nützlichen Übungen werden Sie mit Excel vertraut gemacht und bekommen außerdem Tipps und Tricks an die Hand. Sie können anschließend viele Routinearbeiten in Excel selbstständig erledigen.

Stefan Geiger, IT-Spezialist

Dienstag und Donnerstag, ab 18.03.2025,

18:00 - 19:30 Uhr, 6 Termine

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

PC-Raum

92,00 Euro

E410

Computerwissen

Kenntnisse für den Beruf

Dieser Lehrgang vermittelt berufsrelevante Kenntnisse und Fertigkeiten, die in Büro und Verwaltung, aber auch in der persönlichen Arbeitsumgebung unerlässlich sind. Voraussetzung werden PC-Grundkenntnisse. Die Beschreibungen zu den einzelnen Modulen finden Sie unter den Kursnummern E411 bis E416.

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

PC-Raum

Die Gebühren sind gestaffelt nach der Teilnehmerzahl und in den einzelnen Modulen aufgeführt.

Word Grundlagen

Freitag, 21.03.2025, 14:00 - 17:15 Uhr,

Samstag, 22.03.2025, 09:00 - 12:15 Uhr

Word Vertiefung

Samstag, 29.03.2025, 09:00 - 15:30 Uhr

Excel Grundlagen

Freitag, 04.04.2025, 14:00 - 17:15 Uhr,

Samstag, 05.04.2025, 09:00 - 12:15 Uhr

Excel Vertiefung

Samstag, 10.05.2025, 09:00 - 15:30 Uhr

PowerPoint Präsentationen

Samstag, 17.05.2025, 09:00 - 12:15 Uhr

Outlook, E-Mail und Zeitmanagement

Samstag, 24.05.2025, 09:00 - 15:30 Uhr

vhs-Dozententeam

Freitag, 21.03.2025 bis 24.05.2025, , 8

Termine

E411

Word Grundlagen

Kenntnisse für den Beruf

Basiswissen zur Textgestaltung und Formatierung, Kopieren, Ausschneiden und Einfügen, Dokumente speichern, verwalten und drucken, Texterstellung automatisieren, Rechtschreibprüfung, Bilder und Grafiken einfügen.

vhs-Dozententeam

Freitag, 21.03.2025, 14:00 - 17:15 Uhr

Samstag, 22.03.2025, 09:00 - 12:15 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

PC-Raum

87,00 Euro bei 7 - 10 Teilnehmenden

158,00 Euro bei 4 - 6 Teilnehmenden

218,00 Euro bei 1- 3 Teilnehmenden

alle Gebühren inkl. Schulungsunterlagen

Anmeldeschluss: 07. März 2025

E412

Word Vertiefung

Kenntnisse für den Beruf

Dokument- und Formatvorlagen, Gestaltung von Tabellen und Formularen, Serienbriefen und Etiketten. Voraussetzung: Grundkenntnisse in Word

vhs-Dozententeam

Samstag, 29.03.2025, 09:00 - 15:30 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

PC-Raum

87,00 Euro bei 7 - 10 Teilnehmenden

158,00 Euro bei 4 - 6 Teilnehmenden

218,00 Euro bei 1- 3 Teilnehmenden

alle Gebühren inkl. Schulungsunterlagen

Anmeldeschluss: 15. März 2025

vhespresso – klein, stark, gut
Kurse mit Durchführungsgarantie



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



E413

Excel Grundlagen

Kenntnisse für den Beruf

Grundlagen der Tabellenkalkulation, Aufbau und Gestaltung von Tabellen, Einsatz von Funktionen, Umgang mit Arbeitsmappen, Erstellung von Diagrammen.

vhs-Dozententeam

Freitag, 04.04.2025, 14:00 - 17:15 Uhr

Samstag, 05.04.2025, 09:00 - 12:15 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

PC-Raum

87,00 Euro bei 7 - 10 Teilnehmenden

158,00 Euro bei 4 - 6 Teilnehmenden

218,00 Euro bei 1- 3 Teilnehmenden

alle Gebühren inkl. Schulungsunterlagen

Anmeldeschluss: 21. März 2025

E414

Excel Vertiefung

Kenntnisse für den Beruf

Arbeiten mit komplexen Funktionen und Formeln, Verknüpfung von Tabellen und Arbeitsblättern, Gestaltung von Diagrammen.

Voraussetzung: Grundkenntnisse in Excel

vhs-Dozententeam

Samstag, 10.05.2025, 09:00 - 15:30 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

PC-Raum

87,00 Euro bei 7 - 10 Teilnehmenden

158,00 Euro bei 4 - 6 Teilnehmenden

218,00 Euro bei 1- 3 Teilnehmenden

alle Gebühren inkl. Schulungsunterlagen

Anmeldeschluss: 25. April 2025

Wir suchen
Dozentinnen und Dozenten
als Honorarkräfte.

Schreiben Sie uns per E-Mail oder
per Post oder sprechen Sie uns an!

E415

PowerPoint Präsentationen

Kenntnisse für den Beruf

Vom Entwurf bis zur Durchführung der Präsentation, Basisfunktionen des Programms, Möglichkeiten der Gestaltung, Diagramme und Tabellen einbinden, besondere Übergänge und Animationen einfügen.

vhs-Dozententeam

Samstag, 17.05.2025, 09:00 - 12:15 Uhr

Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,

PC-Raum

53,00 Euro bei 7 - 10 Teilnehmenden

88,00 Euro bei 4 - 6 Teilnehmenden

118,00 Euro bei 1 - 3 Teilnehmenden

alle Gebühren inkl. Schulungsunterlagen

Anmeldeschluss: 02. Mai 2025

» SWR1
EINS GEHÖRT GEHÖRT.

BACK TO THE 80s

MEIN RADIO – MEIN SWR1

SWR1.DE

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

Vom Suchen
zum Buchen –
entdecke unser
Kursangebot online.

E416
**Outlook, E-Mail und
Zeitmanagement**
Kenntnisse für den Beruf

Tipps und Tricks zum E-Mail-Verkehr, die Nutzung des Outlook-Kalenders als Zeitplanungsinstrument, Selbstorganisation mit der Outlook-Aufgabenliste. Übersicht behalten mit der Jahres-, Monats-, Wochen- und Tagesplanung, Pflege der Kontakte, der Notizen und des Journals.

vhs-Dozententeam

Samstag, 24.05.2025, 09:00 - 15:30 Uhr

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum**

218,00 Euro bei 7 - 10 Teilnehmenden

158,00 Euro bei 4 - 6 Teilnehmenden

218,00 Euro bei 1- 3 Teilnehmenden

alle Gebühren inkl. Schulungsunterlagen

Anmeldeschluss: 09. Mai 2025

E420

**ChatGPT, Sprachmodelle und Co.
- verstehen und anwenden**

Wunderwerk oder Teufelszeug? Sie haben bestimmt schon von ChatGPT, DALL-E und anderen seltsamen Kürzeln gehört. Dahinter verbirgt sich eine bahnbrechende Technologie: Generative Künstliche Intelligenz, kurz Gen-KI. Diese neuartigen KI-Systeme können auf Knopfdruck Texte verfassen, Bilder erschaffen, Programmcodes schreiben und vieles mehr - und das auf einem erstaunlich hohen Niveau. Auf leicht verständliche Art und Weise erklären wir die Grundlagen dieser aufregenden Innovation. Vor allem aber zeigen wir ganz praktisch im Kurs, wo generative KI uns im Alltag unterstützen kann - ob beim Schreiben von Texten (z. B. neue Rezepten), Gestalten von Grafiken (z. B. die individuelle Geburtstagskarte) oder sogar bei der Programmierung (z. B. neue SmartHome Logik). Natürlich beleuchten wir auch kritisch die Grenzen, Risiken und ethischen Bedenken rund um generative KI.

*Daniel Burkhardt, Wirtschaftsinformatiker
Donnerstag, 20.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr*

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum**
9,00 Euro

E421

**Generative Künstliche Intelligenz
für Kommunen und Vereine**

Lernen Sie, wie Künstliche Intelligenz Ihren Büroalltag erleichtert und bereichert! Neben ChatGPT werden weitere nützliche KI-Anwendungen erklärt. Ob für E-Mails, zur Dokumentenerstellung oder Datenanalyse - hier lernen Sie wie Sie KI sinnvoll am Arbeitsplatz nutzen können. Es sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

*Martin Krug, Dipl.-Betriebswirt (BA)
Dienstag, 06.05.2025 & 13.05.2025,
18:00 - 20:30 Uhr, 2 Termine*

**Buchen, vhs-Haus 2, Kellereistr. 31,
PC-Raum**
54,00 Euro



© Foto: KI-generiert



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



vhs business - Bildung auf Bestellung

Transformation braucht Bildung. Sie sind auf der Suche nach einer individuell zugeschnittenen Fortbildung oder beruflichen Weiterbildung für Ihre Mitarbeiter*innen? Wir entwickeln mit Ihnen gemeinsam ein passgenaues Angebot. Durchführen können wir die Schulung bei Ihnen vor Ort, in den gut ausgestatteten Schulungsräumen der vhs in Buchen oder online als Web-Seminar. Bitte sprechen Sie uns an.

Wir bieten maßgeschneiderte Firmenkurse zu folgenden Themen an:

- Prüfungen in Xpert Business und Deutsch als Fremdsprache
- Betriebswirtschaft
- Personal Business Skills
- IT
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Fremdsprachen

- Programmieren mit Python, JAVA und Excel für VBA
- Excel für Fortgeschrittene
- Microsoft Teams
- Zeitmanagement mit Outlook
- Power Pivot mit Excel

Alle Inhalte auch mit
KI-Unterstützung möglich.



E500
Programmieren mit Python
Digitalisierung jetzt!

Sie lernen die faszinierende Welt der Programmierung praxisnah kennen:

- Grundlagen
- Kontrollstrukturen
- Datenstrukturen
- Einblick in die Objektorientierung

E501
Programmieren mit JAVA
Digitalisierung jetzt!

E502
Programmieren mit Excel für VBA
Digitalisierung jetzt!

Programmieranfänger lernen hier die umfangreichen Möglichkeiten der VBA-Programmierung mit praxisnahen Beispielen in Excel kennen:

- Programmieren mit dem Visual Basic-Editor
- Makros bearbeiten
- Grundlegende Programmelemente
- Kontrollstrukturen u. v. m.

E503
Excel für Fortgeschrittene
Digitalisierung jetzt!

Sie kennen Excel - prima! Hier lernen Sie noch viel mehr der umfangreichen Möglichkeiten dieser hervorragenden Software kennen:

- Bedingte Formatierung
- Tabellen gliedern
- Professionelle Diagramme
- Pivot-Tabellen u. v. m.

E504
Microsoft Teams
Digitalisierung jetzt!

Allein kommt man schnell voran - im Team kommt man weit voran (afrikanisches Sprichwort). Lernen Sie die beeindruckenden Möglichkeiten der kostenfreien Software kennen:

- Basiswissen
- Unterhaltungen
- Online-Besprechungen
- Dokumente teilen u. v. m.

E505
Zeitmanagement mit Outlook
Digitalisierung jetzt!

Outlook ist mehr als die Verwaltung Ihrer E-Mails. Lernen Sie die vielseitigen Möglichkeiten der Software im Zusammenhang mit Zeitmanagement kennen - und gewinnen Sie eines: Zeit.

- Zeitmanagement Basiswissen
- Ziele festlegen
- Prioritäten
- Arbeitsorganisation u. v. m.

E506
Power Pivot mit Excel
Digitalisierung jetzt!

Sie sind schon Profi in Excel, wollen nun große Datenmengen auswerten und die Pivot-Tabellen sind Ihnen nicht genug? Dann nutzen Sie Power Pivot - Ihr Einstieg in Business Intelligence:

- Basiswissen Power Pivot
- Daten in Power Pivot importieren
- Beziehungen erstellen und anwenden
- Weitere Funktionalitäten
- Wichtige DAX-Funktionen

E507
Excel mit KI
Digitalisierung jetzt!

Vertiefen Sie Ihre Excel-Kenntnisse und nutzen Sie die Unterstützung von Microsoft CoPilot und ChatGPT, um Ihre Arbeitsweise effizienter zu gestalten. Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Sie verschiedene Techniken mit KI-gestützten Tools kombinieren, um Zeit zu sparen und Ihre Produktivität zu steigern. Voraussetzung: Grundlagenkenntnisse in Excel.

E508
Microsoft Outlook & Teams mit KI
Digitalisierung jetzt!

Maximieren Sie Ihre Produktivität mit Microsoft Outlook und Teams durch die Nutzung modernster künstlicher Intelligenz. Dieser Kurs richtet sich an erfahrene Anwender und bietet praxisorientierte Einblicke. Voraussetzung: Grundkenntnisse in Outlook und Teams.

**vhs business -
Bildung auf Bestellung
für Firmen, Unternehmen
und öffentliche Verwaltungen**

online oder in Präsenz

**Sprechen Sie uns an,
wir unterbreiten Ihnen gern ein
maßgeschneidertes Angebot.**



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



Gewerblich-technische Kurse an der Zentralgewerbeschule

Wichtige Hinweise für alle gewerblich-technischen Kurse

Die Kurse finden nur bei genügender Beteiligung (Mindestteilnehmerzahl) statt. Telefonische oder schriftliche Voranmeldungen für die jeweiligen Kurse werden ganzjährig entgegengenommen und sind zunächst für beide Vertragspartner unverbindlich (Aufnahme in die Vormerkliste). Bei ausreichender Interessentenzahl werden die genannten Kurse ganzjährig durchgeführt. Ausgenommen sind die Vorbereitungskurse zur Meisterprüfung. Sie beginnen bei ausreichender Teilnehmerzahl jeweils an festgelegten Terminen.

Die in die Vormerkliste aufgenommenen Kursbewerber werden nach Abschluss der Meldelisten zu einem Informationsabend eingeladen. An diesem Abend werden auch die verbindlichen schriftlichen Anmeldungen entgegengenommen. Während der Schulferien findet in der Regel kein Unterricht statt. Ausnahmen und Änderungen im Terminplan werden im Einvernehmen zwischen Kursleitung und Kursteilnehmer festgelegt.

Nähere Auskünfte zu den Inhalten und Anmeldung:

Sekretariat der Zentralgewerbeschule (ZGB), www.zgb-buchen.de, zgb@zgb-buchen.de, Tel. 06281 5300, oder E-Mail an Geschäftsführung: Konrad.Trabold@zgb-buchen.de

F800 Buchen

Schweißen für Anfänger

Dozententeam Zentralgewerbeschule

Zentralgewerbeschule, 20 UE

Der Schweißkurs ist für Heimwerker im Allgemeinen oder mit künstlerischem Interesse gedacht, die sich Kenntnisse in verschiedenen Schweißverfahren aneignen wollen.

F801 Buchen

Individuelle Schweißerausbildung

„MAG-Sonderschulung“

mit DVS-Zertifikatsprüfung – für Bildungsgutschein zertifiziert

Dozententeam Zentralgewerbeschule

Zentralgewerbeschule, 40 UE

Im Rahmen der praktischen Ausbildung werden individuelle Sonderschulungen unter Berücksichtigung der Vorkenntnisse der Teilnehmenden angeboten. Es werden Grundkenntnisse im MAG-Schweißen (Prozessnummer 135) vermittelt und die Fähigkeit, Schweißnähte in verschiedenen Positionen und Stoßarten mit dem Ziel einer Prüfung nach DIN EN 9606-1 hergestellt. Die Annahme von Bildungsgutscheinen der AfA ist möglich.

F802

Internationaler Kehlnahtschweißer

Dozententeam Zentralgewerbeschule

Zentralgewerbeschule, 96 UE

Vermittlung von Grundkenntnissen und Fertigkeiten beim MAG-Schweißen, Kehlnähte, Schweißprüfbescheinigung nach DVS (kostenpflichtig). Die Annahme von Bildungsgutscheinen der AfA ist möglich.

F803 Buchen

CNC-Grundlehrgang, Metall Drehen – Fräsen

Dozententeam Zentralgewerbeschule

Zentralgewerbeschule, 40 UE

Für Fachkräfte mit einer abgeschlossenen Berufsausbildung in einem einschlägigen Metallberuf bzw. entsprechender vergleichbarer Berufstätigkeit. CNC-Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

F804 Buchen

CNC-Aufbaulehrgang, Metall Drehen – Fräsen

Dozententeam Zentralgewerbeschule

Zentralgewerbeschule, 40 UE

Für Fachkräfte aus Industrie und Handwerk mit Grundkenntnissen in der CNC-Technik.

F805 Buchen

CNC-Grundlehrgang, Holz Holzbearbeitungszentrum „Weeke“

Dozententeam Zentralgewerbeschule

Zentralgewerbeschule, 32 UE

Für Fachkräfte aus dem Holzbearbeitungsbereich. CNC-Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

F806 Buchen

Lernfabrik 4.0 Speicherprogrammierbare Steuerungen mit Siemens TIA-Portal Grundlehrgang

Dozententeam Zentralgewerbeschule

Zentralgewerbeschule, 16 UE

Für technische Fachkräfte, Ausbilder und Umsteiger auf Siemens TIA-Portal (ohne Voraussetzungen). Mit der Lernfabrik 4.0 betreibt die ZGB in Laborgröße eine Fabrik der Zukunft, mit allem, was dazugehört. Didaktisch-methodische Hilfsmittel und Visualisierungen machen die komplexen Abläufe verständlich.



Förderverein
der Zentralgewerbeschule 74722 Buchen

Karl-Tschamber-Straße 1
Telefon (062 81) 53 00
Fax (062 81) 53 01 00
<http://www.zgb-buchen.de>
e-mail: zgb@zgb-buchen.de

F807 Buchen
Lernfabrik 4.0
Speicherprogrammierbare Steuerungen mit Siemens TIA-Portal
Aufbaulehrgang 1

*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule, 8 UE*

Für technische Fachkräfte, Ausbilder und Umsteiger auf Siemens TIA-Portal (gute Grundkenntnisse der Steuerungs- und Automatisierungstechnik oder Teilnahme am Grundlehrgang).

F808 Buchen
Lernfabrik 4.0
Speicherprogrammierbare Steuerungen mit Siemens TIA-Portal
Aufbaulehrgang 2 Teil A und Aufbaulehrgang 3 Teil B

*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule, 2 x 8 UE*

Für technische Fachkräfte, Ausbilder und Umsteiger auf Siemens TIA-Portal (sehr gute Grundkenntnisse der Steuerungs- und Automatisierungstechnik oder Teilnahme am Aufbaulehrgang).

F809 Buchen
3D-Messtechnik und
3D-Drucktechnik
3D-Scanner GOM ATOS und
3D-Drucker Ultimaker S5
Grundlehrgänge

*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule, 2 x 12 UE*

Für technische Fachkräfte, Ausbilder, Messtechniker, 3D-Druck-Interessierte. Mit modernster 3D-Messtechnik können Maß-, Form- und Lagetoleranzen in kürzester Zeit hochpräzise erfasst werden. Mit 3D-Drucktechnik können komplexe Bauteile v. a. in der Einführungsphase kostengünstig moduliert werden. Didaktisch-methodische Hilfsmittel und Visualisierungen machen die komplexen Abläufe verständlich.

F811
Klimaanlagen in Kraftfahrzeugen

*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule, 8 UE*

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine abgeschlossene Berufsausbildung in einem Kfz-technischen Beruf.

F812
Abgasuntersuchung (AU)

*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule, 1 bis 2 Tage*

Der Lehrgang ist gesetzlich vorgeschrieben für alle AU-Fachkräfte in Kfz-Werkstätten und eignet sich als Erst- und Wiederholungsschulung. Er ist ein offizieller Prüfungslehrgang für Otto-Motoren, Diesel-Pkw und Diesel-Lkw.

F813 Buchen
Hybrid- und andere Hochvolt-Systeme

*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule, 2 Tage*

Die Schulung berechtigt für Arbeiten an Hybrid- und anderen Hochvolt-Systemen (Elektrofahrzeuge, Brennstoffzellenfahrzeuge) in Kraftfahrzeugen. Voraussetzung für die Teilnahme ist eine abgeschlossene Berufsausbildung in einem Kfz-technischen Beruf.

F814 Buchen
Hygieneschulungen I und II

*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule, 2 Abende je 4 UE*

Für Inhaber/innen und Mitarbeiter/innen von Betrieben, die Lebensmittel produzieren, transportieren oder verkaufen, z. B. Gasthäuser, Imbiss-Betriebe, Bäckereien, Lebensmittelgeschäfte usw.

F815 Buchen
Vorbereitung zur Meisterprüfung im Handwerk

Teile I und II – Kfz-Handwerk
*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule*

F816 Buchen
Vorbereitung zur Meisterprüfung im Handwerk

**Teile I und II –
Feinwerkmechaniker-Handwerk**
*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule*

F817 Buchen
Vorbereitung zur Meisterprüfung im Handwerk

Teile I und II – Tischler-Handwerk
*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule*

Für die Berufsgruppen Kfz-, Feinwerkmechaniker- und Tischler-Handwerk mit Gesellen- oder Facharbeiterprüfung in dem entsprechenden Beruf.

Teil I: Wiederholen und Vertiefen von fachpraktischen Fertigkeiten.
Teil II: Vermittlung berufsbezogener fachtheoretischer Kenntnisse.

F819 Buchen
Vorbereitung zur Meisterprüfung im Handwerk

Teile III und IV
*Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule*

Vermittlung von geschäfts-, rechtskundlichen und berufserzieherischen Grundlagen für alle Handwerksberufe. Der Besuch des Teiles IV vermittelt den „ADA-Schein“ (Ausbildereignung) nach der Ausbildereignungsverordnung AEVO.

F820 Buchen Berufsbezogenes und technisches Englisch

Dozententeam Zentralgewerbeschule
Zentralgewerbeschule, je 9 UE pro Modul

Modul 1: Berufsbezogenes Englisch

Angesprochen sind Mitarbeiter/innen, die bei ersten Auslandskontakten oder Kontakten mit englischsprachigen Gesprächspartnern Defizite und Unsicherheiten im Gebrauch des Englischen festgestellt haben. Lehrstoff: Einfache Gesprächssituationen; Small Talk; Telefonieren; Weitervermittlung; Anrufbeantworter; Begrüßung; Einladungen; Verfassen einfacher Schreiben wie Brief, Memo, E-Mail.

Modul 2: Technisches Englisch, Grundlagen

Angesprochen sind Mitarbeiter/innen, die ihre Englischkenntnisse im Bereich Technik und Metalltechnik auffrischen wollen. Lehrstoff: Arbeitsanweisungen; Sicherheitshinweise; Werkzeuge; Maschinen; Eigenschaften von Materialien.

Modul 3: Vorbereitung auf die Prüfung

zum „Europazertifikat in der beruflichen Bildung“ (Zertifikat der Ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland).

Die Überbetriebliche Ausbildungs- werkstätte Buchen e.V. im Neckar- Odenwald-Kreis (ÜAB)

Um die Qualität der beruflichen Ausbildung weiter voranzutreiben, wurde 1975 der gemeinnützige Verein „Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte Buchen e.V. (ÜAB)“ gegründet. Die Gründungsmitglieder des Vereins waren die IHK Rhein-Neckar sowie neun Unternehmen der Metall- und Elektroindustrie aus dem Neckar-Odenwald-Kreis. Inzwischen ist die Mitgliederzahl auf mehr als 40 gestiegen. Über 50 Unternehmen senden ihre Auszubildenden für die Grund- und Fachbildung regelmäßig in die ÜAB. Die ständig gestiegene Nachfrage für Aus- und Weiterbildung veranlasste den Verein 1989 in der Karl-Tschamber-Straße 3 in Buchen ein eigenes Gebäude zu errichten. Inzwischen kümmern sich 6 Ausbildungsmeister und eine Administrationskraft sowie weitere freiberufliche Dozenten um die Belange der Auszubildenden und der Unternehmen. Die ÜAB steht allen Industrie- und Handwerksbetrieben sowie Privatpersonen für die Qualifizierung zur Verfügung. Sie garantiert eine qualifizierte und kostengünstige Ausbildung. Ein Fachbeirat begleitet die Arbeit der berufserfahrenen Ausbilder und Referenten. Die Weiterbildungsangebote der ÜAB finden auf Anfrage bei ausreichender Teilnehmerzahl statt. Die Zeitangaben lauten auf Unterrichtseinheiten (UE · 45 Minuten). Die Teilnehmer erhalten ein Zertifikat. Die Lehrgangskosten sowie Allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie auf www.ueab.de. Weitere Informationen und nähere Auskünfte erhalten Sie per Mail: info@ueab.de oder telefonisch 06281 8237.



F850

Ausbildung der Ausbilder AEVO in Vollzeit, Teilzeit oder Online-Lehrgang

Das Seminar richtet sich an aktuelle sowie zukünftige Ausbilderinnen und Ausbilder. Ziel ist es, die pädagogischen, rechtlichen und methodischen Kenntnisse und Fertigkeiten (nach Berufsbildungsgesetz, BBiG) auszubauen und zu vertiefen. Für den Besuch des Lehrgangs und zu den Ausbildereignungsprüfungen gibt es keine Zulassungsvoraussetzungen. Die persönliche und fachliche Eignung als Ausbilder wird nach § 30 Abs. 2 BBiG von der zuständigen Stelle (Ausbildungsberater) vor Ort geprüft. Das Bestehen der Ausbilder-Eignungsverordnung (AEVO) berechtigt also nicht automatisch zum Ausbilden.

72 bis 80 UE

Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.

F851

Ausbilder Aufbaulehrgänge 1 bis 3 Rhetorik für Ausbilder und Führungskräfte

**Neue Konzepte in der Ausbildung
Umgang mit schwierigen Auszubildenden**
Das Seminar richtet sich an neu bestellte, aber auch erfahrene Ausbilder, die für ihre Tätigkeit mehr Sicherheit gewinnen und/oder neue Impulse entdecken wollen.

Beginn auf Anfrage

Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.

F852
CNC-Grundlehrgang
nach DIN 66025

Das Seminar richtet sich an ausgebildete oder berufserfahrene Metallfachkräfte mit Kenntnissen im manuellen Drehen und Fräsen. Den Teilnehmern werden alle wichtigen Gebiete der CNC-Technik vermittelt, z.B. CNC-gesteuerte Werkzeugmaschinen selbstständig einrichten und bedienen, eingegebene Programme ändern und optimieren: Allgemeine Grundlagen der CNC-Technik, Schnittdatenermittlung, Koordinatensysteme, Aufbau von CNC-Programmen, Programmierübungen am Simulator im Drehen und Fräsen, Fertigungsablauf an CNC-Dreh- und Fräsmaschinen, Programmeingabe an den Maschinen, Programmverwaltung, Bedienung und Handhabung der Maschinen inklusive Teilefertigung.

40 UE
Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.

F853
CNC-Aufbaulehrgang 1
nach DIN 66025

Das Seminar richtet sich an Teilnehmer des CNC-Grundlehrganges nach DIN 66025. Inhalte: Zyklenprogrammierung, Programmteilerholungen, Unterprogrammtechnik, Koordinatendrehungen, Spiegelungen, Polarkoordinaten, Bedienen von CNC-Maschinen (Fräsen und Drehen auf Siemens 840D Steuerungen und Heidenhain iTNC 530), Geometrische Grundlagen, Werkstückbearbeitung.

40 UE
Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.

F854
CNC-Aufbaulehrgang 2
Fräsen Heidenhain iTNC530

Das Seminar richtet sich an Teilnehmer des CNC-Aufbaulehrganges nach DIN 66025. Inhalte: Basiswissen: Dateiverwaltung (Programme anlegen, kopieren und löschen), Werkzeugtabelle (wichtige Werkzeugdaten kennenlernen); Bahnfunktionen: (Konturprogrammierung mit kartesischen und polaren Koordinaten); Zyklen (Bohrzyklen, Zyklen zum Fräsen von Taschen, Zapfen und Nuten, Zyklen zur Koordinaten-Umrechnung (Drehungen, Spiegelungen, Nullpunktverschiebungen); Programmiertechniken: (Programmteil-Wiederholung, Unterprogrammtechnik)

20 UE
Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.

F855
CNC-Aufbaulehrgang 3
Drehen Siemens 840D

Das Seminar richtet sich an Teilnehmer des CNC-Aufbaulehrganges nach DIN 66025. Inhalte: Dateiverwaltung (Programme anlegen, kopieren und löschen), Werkzeugtabelle (wichtige Werkzeugdaten kennenlernen); Bahnfunktionen: (Konturprogrammierung von Innen- und Außenkonturen); Zyklen (Bohrzyklen, Zyklen zum Gewindedrehen und Gewindebohren); Erstellen von Programmen mit angetriebenen Werkzeugen (Fräsen von Konturen, Zyklen für Taschen, Mehrkant, Nuten und Gewindebohren); Programmiertechniken: (Programmteil-Wiederholung, Unterprogrammtechnik)

20 UE
Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.

F856
CNC – iTNC 530 / TNC 430
Klartext-Programmierung Basiskurs

Zielgruppe: Programmierer, Bediener und Ausbilder von/an CNC-Fräsmaschinen. Inhalte: Basiswissen (Dateiverwaltung (Programme anlegen, kopieren und löschen), Werkzeugtabelle (wichtige Werkzeugdaten kennenlernen); Bahnfunktionen (Konturprogrammierung mit kartesischen und polaren Koordinaten), Freie Konturprogrammierung; Zyklen: Bohrzyklen, Zyklen zum Fräsen von Taschen, Zapfen und Nuten, Planfräszyklen, SL-Zyklen (frei definierte Konturtaschen), Zyklen zur Koordinaten-Umrechnung (Drehungen, Spiegelungen, Nullpunktverschiebungen); Programmiertechniken: Programmteil-Wiederholung, Unterprogrammtechnik.

40 UE
Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.

F857
Lehrgang zur elektrotechnisch
unterwiesenen Person

Für Fachkräfte, die eine Anerkennung als elektrisch unterwiesene Person benötigen.

60 UE
Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.



F858
Elektrofachkraft für festgelegte Tätigkeiten

mit Zertifikat der IHK Rhein-Neckar

Diese Weiterbildung gibt Fachkräften mit einer abgeschlossenen Berufsausbildung aller Fachrichtungen die Möglichkeit an definierten Anlagen oder Maschinen im Voraus festgelegte Tätigkeiten an deren elektrischen Systemen zu verrichten.

120 UE Theorie, 80 UE Praxis

*Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.*

F859
Pneumatik Grundlehrgang

Zielgruppe: Fachkräfte, die ihre beruflichen Kenntnisse erweitern wollen. Inhalte: Physikalische Grundlagen, Druckluftherzeugung und Aufbereitung, Arbeitselemente, Ventile, Erstellen von Grundschaltungen, Erstellen und Lesen von Schaltplänen.

20 UE

*Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.*

F860
(SPS) S7 – Grundlehrgang

Die Teilnehmer sollten über eine abgeschlossene gewerblich-technische Berufsausbildung sowie eine mindestens einjährige Berufspraxis verfügen. Grundkenntnisse der elektrischen Steuerungstechnik sind hilfreich. Ziel des Lehrgangs ist es, dass der Teilnehmer Bedeutung, Zusammenhänge, Wirtschaftlichkeit und Abgrenzung der speicherprogrammierbaren Steuerung erkennt und bei der Lösung seiner Aufgaben anzuwenden weiß.

68 UE

*Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.*

F861
(SPS) S7 – Aufbaulehrgang 1

Für Fachkräfte, die den Grundlehrgang absolviert haben oder entsprechende Vorkenntnisse besitzen. Inhalte: Vertiefen der SPS-Grundlagen, SPS-Programme analysieren und optimieren, Möglichkeiten über Tests, Diagnosen und Dokumentationen am Programmiergeräte aufzuzeigen, Komplexe Steuerungsprobleme mit SPS-Technik lösen.

32 UE

*Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.*

F862
**(SPS) S7 – Aufbaulehrgang 2
Service und Inbetriebnahme**

Für Fachkräfte, die den Grundlehrgang und den Aufbaulehrgang 1 absolviert haben oder entsprechende Vorkenntnisse besitzen. Inhalte: Direkte und indirekte Adressierung, Globaldaten und deren Bedeutung, Analogverarbeitung, Alarmbearbeitung (zeitgesteuert, prozessgesteuert), Hardwarekonfiguration von dezentralen Systemen.

32 UE

*Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.*

F863
SPS Techniker

Die Weiterbildung SPS-Techniker wird vor allem für leistungsorientierte Facharbeiter empfohlen. Teilnehmer ohne Berufsausbildung sollten eine mindestens 4-jährige Berufsausbildung in einem technischen Berufszweig haben. Es müssen die Kurse Grundlehrgang, Aufbaulehrgang 1 und 2 absolviert sein.

60 UE

*Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.*

F864
Technische Kommunikation

Für Interessenten, die das Zeichnen und Zeichnungslesen erlernen wollen.

20 UE

*Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.*

F865
Technik für Nichttechniker I und II

Ziel des Lehrgangs ist es, technisch Interessierte, wie Einkäufer, Verkäufer und Mitarbeiter aus dem betrieblichen Rechnungswesen in die Lage zu versetzen, durch aktuelles Wissen über technische Zusammenhänge ihre beruflichen Aufgaben erfolgreich wahrnehmen zu können. Außerdem sollen Hilfen gegeben werden, um als Gesprächspartner im Produktionsbereich der eigenen Firma anerkannt zu werden. Der Lehrgang ist schwerpunktmäßig auf metallorientierte Betriebe ausgerichtet.

28 UE

*Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.*

F866
Technische Mathematik

Zielgruppe: Fachkräfte, die die Absicht haben, Industriemeister- oder Techniker-Lehrgänge zu besuchen, und ihr Wissen auffrischen, festigen und vertiefen wollen, oder für Azubis, die sich auf die Prüfung vorbereiten.

28 UE

*Überbetriebliche Ausbildungswerkstätte
Buchen e.V.*

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) und Widerrufsrecht

1. Allgemeines

(1) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule (vhs), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.

(2) Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs. Insoweit tritt die vhs nur als Vermittler auf.

(3) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z.B. Anmeldungen und Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB oder aus dem dem Verbraucher zustehenden Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts Anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail, Login-Homepage der vhs). Erklärungen der vhs genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

2. Vertragsschluss und Informationen zum Vertrag

(1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.

(2) Die Anmeldenden sind an ihre Anmeldung 2 Wochen lang gebunden (Vertragsangebot). Der Veranstaltungsvertrag kommt vorbehaltlich der Regelung des Abs. (3) entweder durch Annahmeerklärung der vhs zustande oder aber dadurch, dass die 2-Wochen-Frist verstreicht, ohne dass die vhs das Vertragsangebot abgelehnt hat.

(3) Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben, so bedarf eine Anmeldung, die erst nach Anmeldeschluss bei der vhs eingeht, abweichend von Abs. 2

(2) einer ausdrücklichen Annahmeerklärung. Erfolgt diese nicht innerhalb von 3 Wochen, gilt die Anmeldung als abgelehnt.

(4) Mündliche oder fernmündliche Anmeldungen sind abweichend von Ziffer 1 (4) verbindlich, wenn sie sofort oder jedenfalls innerhalb von 10 Tagen mündlich oder schriftlich angenommen werden.

(5) Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch die Regelungen der Absätze (2) und (4) nicht berührt.

(6) Die Vertragssprache ist deutsch.

(7) Im Falle einer Online-Anmeldung können Anmeldende Eingabefehler dadurch korrigieren, dass sie den „zahlungspflichtig buchen“-Button nicht betätigen, sondern stattdessen in ihrem Browserfenster auf die vorherigen Seiten klicken und im jeweiligen Eingabefenster die Angaben zur Anmeldung wie den ausgewählten Kurs, die Anmeldeadresse usw. korrigieren.

(8) Die vhs speichert den Vertragstext, den die Anmeldenden gesondert per E-Mail anfordern können. Die Anmeldenden haben darüber hinaus die Möglichkeit, den Vertragstext über die Nutzung der Druckfunktion ihres Browsers auszudrucken.

3. Vertragspartner/in und Teilnehmende

(1) Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrags werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der vhs als Veranstalter und der/dem Anmeldende/m (Vertragspartner/in) begründet. Die Anmeldenden können das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person (Teilnehmenden) begründen. Diese ist der vhs namentlich zu benennen. Eine Änderung in der Person der Teilnehmenden bedarf der Zustimmung der vhs. Diese darf die Zustimmung nicht ohne sachlichen Grund verweigern.

(2) Für die Teilnehmenden gelten sämtliche die Vertragspartner betreffenden Regelungen sinngemäß.

(3) Die vhs darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.

4. Entgelt und Veranstaltungstermin

(1) Das Veranstaltungsentgelt wie auch der Veranstaltungstermin und -dauer ergeben sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der vhs (Programm, Aushang, Preisliste etc.).

(2) Das Entgelt soll mit der Anmeldung bezahlt werden. Eine gesonderte Aufforderung ergeht nicht. Das Entgelt wird bei Ablehnung der Anmeldung in voller Höhe zurückerstattet.

5. Organisatorische Änderungen

(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine/n bestimmte/n Dozenten/in durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen angekündigt wurde, es sei denn, der/die Vertragspartner/in hat erkennbar ein Interesse an einer Durchführung der Veranstaltung gerade durch die angekündigte Kursleitung.

(2) Die vhs kann aus sachlichem Grund und in einem dem/der Vertragspartner/in zumutbaren Umfang Ort und Zeitpunkt der Präsenz-Veranstaltung ändern. Ebenso kann die vhs aus sachlichem Grund die Veranstaltung in ein Online- oder Hybridformat ändern; in diesem Fall steht den Teilnehmenden ein Recht zur Kündigung aus wichtigem Grund zu.

(3) Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung der Kursleitung), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltung nicht nachgeholt, gilt Ziffer 6 Abs. (2) Satz 2 und Satz 3 und Abs. (3) sinngemäß.

(4) An gesetzlichen oder kirchlichen Feiertagen finden Veranstaltungen grundsätzlich nicht statt.



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



6. Rücktritt und Kündigung durch die vhs

(1) Die Mindestzahl der Teilnehmenden wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 10 Personen. Wird diese Mindestzahl nicht erreicht, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten, jedoch nur bis zum 3. Tag vor der Veranstaltung. Kosten entstehen den Angemeldeten hierdurch nicht.

(2) Die vhs kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die vhs nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall einer Kursleitung wegen Krankheit) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für den/die Vertragspartner/in unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für den/die Vertragspartner/in ohne Wert ist.

(3) Die vhs wird den/die Vertragspartner/in über die Umstände, die sie nach Maßgabe der vorgenannten Abs. (1) und (2) zum Rücktritt berechtigen, innerhalb von 5 Werktagen informieren und ggf. das vorab entrichtete Entgelt innerhalb einer Frist von 7 Werktagen erstatten.

(4) Wird das geschuldete Entgelt nicht innerhalb von 10 Tagen nach Vertragsschluss entrichtet, kann die vhs unter Androhung des Rücktritts eine Nachfrist zur Bezahlung setzen und sodann vom Vertrag zurücktreten. Der/die Vertragspartner/in schuldet in diesem Fall vorbehaltlich weitergehender Ansprüche für die Bearbeitung des Anmeldevorgangs eine Vergütung von 5% des Veranstaltungsentgelts, höchstens jedoch € 20,-. Dem/der Vertragspartner/in steht der Nachweis offen, dass die tatsächlichen Kosten niedriger sind als die vereinbarte Pauschale.

(5) Die vhs kann unter den Voraussetzungen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

- Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch die Kursleitung, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten,
- Ehrverletzungen aller Art gegenüber der Kursleitung, gegenüber Teilnehmenden oder Beschäftigten der vhs,
- Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.),
- Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
- Beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung. Statt einer Kündigung kann die vhs den/die Vertragspartner/in auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen. Der Vergütungsanspruch der vhs wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

7. Kündigung und Widerruf durch den/die Vertragspartner/in

(1) Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat der/die Vertragspartner/in die vhs auf den Mangel hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann der/die Vertragspartner/in nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.

(2) Der/die Vertragspartner/in kann den Vertrag ferner kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen (Ziffer 5) unzumutbar

ist. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für den/die Vertragspartner/in unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für den/die Vertragspartner/in wertlos ist.

(3) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z.B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt.

(4) Macht der/die Vertragspartner/in von einem ihm/ihr zustehenden gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch, so hat er/sie bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien auf ihre Kosten zurückzusenden,

(5) soweit diese als Paket versandt werden können.

(6) Der/die Vertragspartner/in kann ohne Angabe von Gründen bis zu 3 Werktagen vor Kursbeginn kostenfrei vom Vertrag zurücktreten. Bei späterer Abmeldung wird eine Abmeldegebühr von 5,00 € einbehalten.

Die Abmeldung muss persönlich (telefonisch oder vor Ort in der Geschäftsstelle) oder schriftlich bei der vhs erfolgen. Über die Kursleitungen ist eine Abmeldung nicht möglich.

Ein Rücktritt nach Kursbeginn ist nicht mehr möglich. Ein Ersatzteilnehmender kann gestellt werden. Auch bei Nichtteilnahme und Verhinderung wegen Krankheit müssen die Gebühren bezahlt werden.

Ausnahmen: Bei Sprachkursen mit mehr als 4 Terminen werden spätestens am zweiten Termin entsprechend der Teilnehmerzahl die Gebühren (siehe Gebührenstaffel Sprachkurse) festgelegt. Ausschließlich hier ist ein Rücktritt unmittelbar nach dem ersten Termin noch möglich.

8. Schadenersatzansprüche

(1) Schadenersatzansprüche des/der Vertragspartners/in gegen die vhs sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.

(2) Der Ausschluss gemäß Abs. (1) gilt ferner dann nicht, wenn die vhs schuldhaft Rechte des/der Vertragspartners/in verletzt, die diese/r nach Inhalt und Zweck des Vertrags gerade zu gewähren sind oder deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrags überhaupt erst ermöglicht und auf deren Einhaltung der/die Vertragspartner/in regelmäßig vertraut (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit.

9. Schlussbestimmungen

(1) Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, der Gegenanspruch ist rechtskräftig festgestellt oder unbestritten.

(2) Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.

(3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Der/die Vertragspartner/in kann dem jederzeit widersprechen.

Widerrufsrecht / Widerrufsbelehrung

Sie haben das Recht, binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (Volkshochschule Buchen e. V., Kellereistr. 48, 74722 Buchen, Tel. 06281 557930, Fax 06281 5579329, info@vhs-buchen.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss,

diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Sie können das Widerrufsformular auch auf unserer Website www.vhs-buchen.de elektronisch ausfüllen und übermitteln. Machen Sie von dieser Möglichkeit Gebrauch, so werden wir Ihnen unverzüglich (z.B. per E-Mail) eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas Anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

Widerrufsformular

(Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück.)

An die vhs Buchen
Kellereistr. 48
74722 Buchen
Fax: 06281 55 79 329
E-Mail: info@vhs-buchen.de

Hiermit widerrufe ich den von mir abgeschlossenen Vertrag über den Besuch des Kurses

Kurs-Nr.: _____ /

gebucht am: _____

Name des/der Teilnehmenden:

Anschrift des/der Teilnehmenden:

Datum _____

Unterschrift des/der Teilnehmenden:
(nur bei Mitteilung auf Papier)

(*) Unzutreffendes streichen



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



Volkshochschulen der Region „Unterer Neckar“

vhs Badische Bergstraße,

Luisenstr.1, 69469 Weinheim,
Tel. 06201-99630, Fax 06201-996363,
www.vhs-bb.de

vhs Buchen e.V.,

Kellereistr. 48, 74722 Buchen,
Tel. 06281-55 793-0, Fax 06281-55 793-29,
www.vhs-buchen.de

vhs Dossenheim,

Gerhart Hauptmann Str. 7,
69221 Dossenheim,
Tel. 06221-864555, Fax 06221-864556,
www.vhs-dossenheim.de

vhs Eberbach-Neckargemünd e.V.,

Bussemerstr. 2a, 69412 Eberbach,
Tel. 06271-946210, Fax 06271-946219,
www.vhs-eb-ng.de

vhs Edingen-Neckarhausen,

Hauptstr. 389, 68535 Edingen-Neckarh.,
Tel. 06203-808250, Fax 06203-808226,
www.edingen-neckarhausen.de

vhs Heddesheim,

Unterdorfstr. 2, 68542 Heddesheim,
Tel. 06203-101267, Fax 06203-101260,
www.vhs.heddesheim.net

vhs Heidelberg e.V.,

Bergheimer Str. 76, 69115 Heidelberg,
Tel. 06221-911911, Fax 06221-165133,
www.vhs-hd.de

vhs Hockenheim e.V.,

Heidelberger Str. 16a, 68766 Hockenheim,
Tel. 06205-922649, Fax 06205-922652,
www.vhs-hockenheim.de

vhs Ladenburg-Ilvesheim e.V.,

Hauptstr. 39, 68526 Ladenburg,
Tel. 06203-923200, Fax 06203-180561,
www.vhs-ladenburg.de

vhs Leimen,

Rathausstr. 8, 69181 Leimen,
Tel. 06224-704291, Fax 06224-704154

Mannheimer Abendakademie und vhs GmbH

U 1, 16 - 19, 68161 Mannheim,
Tel. 0621-1076-150, 0621-1076-172,
www.abendakademie-mannheim.de

vhs Mosbach e.V.,

Hauptstr. 22, 74821 Mosbach,
Tel. 06261-9186600, Fax 06261-91866115,
www.vhs-mosbach.de

vhs Schriesheim-Wilhelmsfeld,

Obere Schulgasse 9, 69198 Schriesheim,
Tel. 06203-692699, Fax 06203-692698,
www.vhs-schriesheim.de

vhs Schwetzingen e.V.,

Mannheimer Str. 29, 68723 Schwetzingen,
Tel. 06202-20950, Fax 06202-209540,
www.vhs-schwetzingen.de

vhs Sinsheim e.V. ,

Muthstr. 16a, 74889 Sinsheim,
Tel. 07261-65770, Fax 07261 657722,
www.vhs-sinsheim.de

vhs Südliche Bergstraße e.V.,

Ringstr. 1, 69168 Wiesloch,
Tel. 06222-92960, Fax 06222-4710,
www.vhs-suedliche-bergstrasse.de

Volkshochschulen in der Nachbarschaft

vhs Aschaffenburg,

Luitpoldstr. 2, 63739 Aschaffenburg,
Tel. 06021-386880, Fax 06021-3868820,
www.vhs-aschaffenburg.de

vhs Bad Mergentheim,

Marktplatz 1, 97980 Bad Mergentheim,
Tel. 07931-574300, Fax 07931-574907,
www.vhsmgh.de

vhs Heilbronn,

Kirchbrunnenstr. 12, 74072 Heilbronn,
Tel. 07131-99650, Fax 07131-996565,
www.vhs-heilbronn.de

vhs Künzelsau,

Kirchplatz 9, 74653 Künzelsau,
Tel. 07940-92190, Fax 07940-921929,
www.vhs-kuen.de

vhs Miltenberg,

Engelplatz 67, 63897 Miltenberg,
Tel. 09371-404146, Fax 09371-404104,
www.vhs-miltenberg.de

vhs Mittleres Taubertal e.V.,

Struwepfad 2, 97941 Tauberbischofsheim,
Tel. 09341-89680-0, Fax 09341-89680-29,
www.vhs-mittleres-taubertal.de

Kreisausschuss des Odenwaldkreises vhs Odenwaldkreis,

Michelstädter Str. 12, 64711 Erbach,
Tel. 06062-701731, www.vhs-odenwald.de

Volkshochschule Unterland im Landkreis Heilbronn

Allee 40, 74072 Heilbronn,
Tel. 07131-59400, Fax 07131-5940199,
www.vhs-unterland.de

vhs Wertheim e.V.,

Bahnhofstr. 1, 97877 Wertheim,
Tel. 09342-8573521, Fax 09342-8573522,
www.vhs-wertheim.de

vhs Würzburg,

Münzstr. 1, 97070 Würzburg,
Tel. 0931-355930, www.vhs-wuerzburg.de

Anmeldeformular



**An die
Volkshochschule Buchen e. V.
Kellereistraße 48**

74722 Buchen



Folgen Sie uns auf
Instagram und Facebook!



Anmeldung

Volkshochschule Buchen e. V., Kellereistr. 48, 74722 Buchen, Tel. 06281 55793-0, Fax 06281 55793-29



Kurs-Nummer

Kurs-Titel

Kurs-Ort

Name, Vorname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Wohnort

Telefon (8 - 16 Uhr)

meine E-Mail-Adresse

Ich melde mich verbindlich an, habe die Allgemeinen Geschäftsbedingungen zur Kenntnis genommen und erkläre mich mit der Verarbeitung und Speicherung meiner Daten zur Abwicklung meiner Anmeldung und zur Zahlung der Kursgebühr einverstanden.

Datum

Unterschrift

Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Volkshochschule Buchen e.V. für alle von ihr durchgeführten Kurse und Veranstaltungen, zu denen ich mich anmelde, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Buchen auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name und Ort des Kreditinstituts

IBAN: DE __ | ____ | ____ | ____ | ____ | ____

BIC: _____

Name, Vorname des Kontoinhabers / der Kontoinhaberin

Straße, Hausnummer

PLZ und Wohnort

Datum

Unterschrift des Kontoinhabers / der Kontoinhaberin

Die Mandatsreferenz wird mitgeteilt. Die Gläubiger-Identifikationsnummer der vhs Buchen lautet DE04ZZZ00000834000.



vhs in der Buchener Innenstadt



Volkshochschule Buchen e.V.
Kellereistr. 48
74722 Buchen

Tel.: 06281 55793-0
Fax: 06281 55793-29

info@vhs-buchen.de
www.vhs-buchen.de