



Verl – Harsewinkel  
Schloß Holte-Stukenbrock



Finde  
deinen Kurs:  
[vhs-vhs.de](https://vhs-vhs.de)

# Semesterprogramm

Januar bis Juli 2023



**Weitere Infos  
und Veranstaltungen finden  
Sie auch auf unserer  
Internetseite unter  
[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)**

# Vorwort

## Liebe Leserinnen und Leser,

„Gesellschaftliche Entwicklung und Fortschritt sind untrennbar verbunden mit Bildungsprozessen. Die längste Zeit lernen wir als Erwachsene“, heißt es in der Duisburger Erklärung der Volkshochschulen NRW vom 29.11.21. Obwohl damals noch niemand an die Möglichkeit eines Krieges in der Ukraine dachte, lautet es darin weiter: „Die Volkshochschulen wollen ihrer Rolle in einer Zeit tiefgreifender gesellschaftlicher, wirtschaftlicher und ökologischer Umbrüche gerecht werden. Sie möchten gerade in einer Zeit der Verunsicherung als offene Orte Begegnung und Dialog ermöglichen, Zukunftskompetenzen vermitteln, Demokratie leben und gesellschaftlichen Zusammenhalt stärken – für alle Menschen, unabhängig von Herkunft und Status.“

In Zeiten von Umbrüchen und Unsicherheit ist es unser Anspruch eine verlässliche Partnerin für unsere Mitgliedskommunen Verl, Harsewinkel, Schloß Holte-Stukenbrock und ihre Bürgerinnen und Bürger zu sein. So haben wir im vergangenen Jahr nach Ausbruch des Krieges viele neue Orientierungs- und Integrationskurse für ukrainischen Flüchtlinge eingerichtet. Während der Corona-Pandemie haben wir unsere Wandlungsfähigkeit unter Beweis gestellt und zahlreiche neue digitale Lernangebote zusammen mit unseren Kursleitungen entwickelt. Im Rahmen von „Aufholen nach Corona“ haben wir 2022 über 200 Schülerinnen und Schüler unterstützt, Corona bedingte Lernrückstände aufzuholen.

In unserem aktuellen Programmheft finden Sie fast 500 Veranstaltungen. Wir hoffen, dass Sie darin viele Anregungen für Ihre ganz persönlichen Bildungsprozesse finden. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Stöbern durch das Programm.

Josef Lieneke und das Team der Volkshochschule



In dieser digitalen Ausgabe des Programmhefts kommen Sie **mit einem Klick** zu Ihrem Wunschkurs auf unserer Internetseite, wo Sie sich direkt anmelden können.

Fortlaufend planen wir weitere neue Veranstaltungen für Sie. Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie immer mal wieder auf unserer Homepage unter **[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)** hereinschauen, um sich über unser aktuelles Angebot zu informieren.

# vhsINHALT

**vhs INFO** Seite 6



**Politik | Gesellschaft | Umwelt**

Seite 10



**Kultur & Gestalten**

Seite 30



**Gesundheit** Seite 38

**Psychologie  
Persönlichkeit** Seite 57

**Essen & Trinken** Seite 60

**Deutsch als Fremdsprache**

Seite 64



**Fremdsprachen**

Seite 76



**IT & Digitales**

Seite 88

**Beruf** Seite 99

**dies & das** Seite 112

## So erreichen Sie uns:

### Schloß Holte-Stukenbrock Volkshochschule

Kirchstraße 2 (Ursulaschule)  
Tel. 05207/9174-0

Montag - Freitag: 09:00-12:00 Uhr  
Montag - Dienstag: 14:00-16:30 Uhr  
Donnerstag: 14:00-18:00 Uhr  
Mittwochnachmittag: geschlossen  
Terminvereinbarung nach Absprache möglich

---



### Verl | Bürgerservice im Rathaus

Paderborner Straße 5  
Tel. 05246/961-196

Montag - Mittwoch: 08:00-12:30 Uhr  
14:00-17:00 Uhr  
Donnerstag: 08:00-12:30 Uhr  
14:00-18:00 Uhr  
Freitag: 08:00-12:30 Uhr  
Samstag: 09:30-12:00 Uhr

---



### Harsewinkel | Bürgerbüro im Rathaus

Münsterstraße 14  
Tel. 05247/935-200

Montag - Mittwoch: 08:30-12:30 Uhr  
14:00-17:00 Uhr  
Donnerstag: 08:30-12:30 Uhr  
14:00-18:00 Uhr  
Freitag: 08:30-12:00 Uhr  
Samstag: 10:00-12:00 Uhr

---



## Beratung

Persönlich beraten werden Sie während der Öffnungszeiten oder nach Vereinbarung. Die Rufnummern der einzelnen Programmbereiche finden Sie auf den entsprechenden Seiten in diesem Programm.

Für allgemeine Auskünfte rufen Sie die vhs-Zentrale an, Tel.: 05207/9174-0.

## Sprachenberatung

Mehr Informationen erhalten Sie auf Seite 76.

## Integrationsberatung

**Verl:** mittwochs, 14:00-17:00 Uhr

vhs, Bahnhofstraße 11 a

Tel.: 05246/50 30 240

Ihre Beraterin: Marion Nacke

## Harsewinkel:

dienstags, 14:00-16:00 Uhr

und freitags, 09:00-12:00 Uhr

Rathaus Harsewinkel, Münsterstraße 14

Raum 159, Tel.: 05247/935-147

Ihre Beraterin: Anna Böhner

## Schloß Holte-Stukenbrock:

mittwochs, 10:00-12:00 Uhr

donnerstags, 14:00-17:00 Uhr

vhs (Ursulaschule), Kirchstraße 2

Tel.: 05207/9174-17

Ihre Beraterinnen: Anna Böhner,

Annette Klos-Steudel

## Perspektiven im Erwerbsleben (PiE) und Bildungsscheck

Bitte vereinbaren Sie einen Termin zur persönlichen Beratung mit

Anke Priepeke, Tel.: 05207/9174-23

Mail: anke.priepeke@gt-net.de

Weitere Infos im Internet:

[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)

[www.mags.nrw/bildungsscheck](http://www.mags.nrw/bildungsscheck)

[www.mags.nrw/perspektiven-im-erwerbsleben](http://www.mags.nrw/perspektiven-im-erwerbsleben)

## Jederzeit online für Sie da

Auf unserer Internetseite [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de) finden Sie das komplette Veranstaltungsprogramm mit tagesaktuellen Informationen und neu ins Programm aufgenommenen Kursen. Hier können Sie nicht nur stöbern und sich inspirieren lassen, sondern sich auch mit wenigen Klicks rund um die Uhr für die Kurse anmelden.

Seit einigen Monaten sind wir übrigens auch auf Facebook und Instagram für Sie erreichbar. Dort informieren wir regelmäßig über aktuelle Veranstaltungen und geben einen Einblick hinter die Kulissen Ihrer Volkshochschule. Schauen Sie doch mal vorbei und liken unsere Social-Media-Seiten [www.facebook.com/vhsvhs.de](http://www.facebook.com/vhsvhs.de) [www.instagram.com/vhsvhs\\_de](http://www.instagram.com/vhsvhs_de)

Selbstverständlich müssen Sie nicht bei Facebook oder Instagram sein, um auf dem Laufenden zu bleiben. Über unseren kostenlosen, elektronischen Newsletter erhalten Sie regelmäßig Neuigkeiten aus der Volkshochschule per E-Mail [www.vhs-vhs.de/newsletter](http://www.vhs-vhs.de/newsletter).

## Veranstaltungstypen

**Standardkurs:** Kurs mit mind. 8 Teilnehmenden (TN), der bei 4-7 Anmeldungen mit Einverständnis der TN in einen Kleingruppenkurs mit erhöhtem Entgelt je Unterrichtsstunde umgewandelt werden kann.

**Kleingruppenkurs:** Aus Gründen der Qualitätssicherung ist ein Kleingruppenkurs auf eine maximale Teilnehmendenzahl von sieben begrenzt. Kleingruppenkurse sind im Programmheft entsprechend ausgewiesen.

**Angebot mit Durchführungsgarantie:** Veranstaltung, die als Einzelveranstaltung (Kompaktveranstaltung, Tages- oder Wochenendseminar, Vortrag, Bildungsurlaub) oder als Kurs durchgeführt werden, wenn sich mind. 5 Teilnehmende dazu angemeldet haben. Eine Umwandlung dieser Veranstaltungen in einen Standardkurs ist nicht möglich.

## Wer kann teilnehmen?

Alle, die 16 Jahre oder älter sind, ausgenommen sind spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche. Bei einzelnen Seminarangeboten gibt es darüber hinaus spezielle Zugangsvoraussetzungen wie Vorkenntnisse und Ähnliches.

## Anmeldung

Um sich einen Platz zu sichern, melden Sie sich bitte so früh wie möglich an.

## Telefonische oder persönliche Anmeldung

In der vhs-Zentrale (05207/9174-0) und in den Bürgerbüros (Verl, 05246/961-196 und Harsewinkel, 05247/935-200) melden Sie sich während der Öffnungszeiten telefonisch oder persönlich an.

## Online-Anmeldung

Sie melden sich an unter [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de). Nach der Sendebestätigung, erhalten Sie eine Anmeldebestätigung mit den wichtigsten Veranstaltungsdaten und den Zahlungsmodalitäten.

## Per E-Mail

Unter [vhs-vhs@gt-net.de](mailto:vhs-vhs@gt-net.de) melden Sie sich per E-Mail an.

## Schriftliche Anmeldung

Sie senden Ihre Anmeldung mit Angabe der Kursnummer per Post an die Volkshochschule, Kirchstraße 2, 33758 Schloß Holte-Stukenbrock.

## Anmeldebestätigung

Sie erhalten von uns eine schriftliche Anmeldebestätigung per eMail oder auf dem Postweg.

Kann Ihre Anmeldung nicht mehr berücksichtigt werden, weil die gewünschte Veranstaltung bereits ausgebucht ist, werden Sie entsprechend informiert. Bei Terminverschiebungen oder Kursausfall werden Sie ebenfalls benachrichtigt.

## Anmeldefristen

Grundsätzlich müssen Sie sich vor Beginn einer Veranstaltung anmelden. Abweichende Regelungen sind bei der jeweiligen Veranstaltung angegeben.

Für Kompaktveranstaltungen nach dem Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz („Bildungsurlaub“) müssen Sie Ihrem Arbeitgeber spätestens 6 Wochen vorher eine Anmeldebestätigung vorlegen.

## Bezahlung

Zahlen Sie bequem per Lastschriftverfahren, per Rechnung nach Veranstaltungsbeginn oder mit EC-Karte während unserer Öffnungszeiten.

## Ermäßigung

Legen Sie uns bitte einen entsprechenden Nachweis per E-Mail oder Kopie mit der Anmeldung oder spätestens 7 Tage nach Kursbeginn vor.

50 % Ermäßigung für Schüler:innen, Studierende, Praktikanten bis 30 Jahre, Auszubildende, Arbeitslose, Schwerbehinderte ab 50 % GdB, Sozialhilfeempfänger nach SGB II, SGBXII oder dem Asylbewerberleistungsgesetz, Dienstleistende nach dem Bundesfreiwilligendienst sowie Inhaber:innen von Familienpässen oder einer Ehrenamtskarte NRW aus den Mitgliedsstädten des Zweckverbandes. Bei Teilnahme mehrerer Kinder aus einer Familie bekommt das 2. und jedes weitere Kind 50 % Ermäßigung. Kurse, bei denen keine Ermäßigung gewährt wird, sind mit dem Vermerk „keine Ermäßigung“ gekennzeichnet.

## Geschenkgutscheine

Gutscheine können Sie während der Öffnungszeiten in der vhs-Zentrale oder [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de) erwerben. Auskunft unter 05207/9174-0.



## Unsere Veranstaltungsorte

Wir führen die Kurse, Lehrgänge und Vorträge in mehr als 60 Veranstaltungsstätten in Verl, Harsewinkel, Schloß Holte-Stukenbrock durch. Ein Großteil der Veranstaltungsstätten sind öffentliche Gebäude, die unsere Mitgliedsstädte uns zur Verfügung stellen. In Einzelfällen nutzen wir auch Unterrichtsräume, die uns von Kooperationspartnern bereit gestellt werden.

Die wichtigsten sieben Veranstaltungsstätten sind:

### VERL

#### vhs

Bahnhofstraße 11a | 33415 Verl

#### Gesamtschule

St.-Anna-Straße 28 | 33415 Verl



### HARSEWINKEL

#### Wilhelm

Dr.-Pieke-Straße 2 | 33428 Harsewinkel

#### Gesamtschule

Tecklenburger Weg 4 | 33428 Harsewinkel

#### Heimathaus

Prozessionsweg 2 | 33428 Harsewinkel



### SCHLOSS HOLTE-STUKENBROCK

#### vhs (Ursulaschule)

Kirchstr. 2 | 33758 Schloß Holte-Stukenbrock

#### Gesamtschule

Am Hallenbad 4 | 33758 Schloß Holte-Stukenbrock



## Coronaschutz

Alle wichtigen Informationen rund um das Thema Corona finden Sie auf unserer Homepage unter [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de). Dazu gehören die Coronaschutzverordnung des Landes NRW sowie unsere jeweils aktuellen Coronaschutzhinweise für Dozent:innen und Teilnehmer:innen.

# **Politik Gesellschaft Umwelt**

**Gesellschaft & Politik  
Natur & Umwelt | Energie  
Recht & Finanzen  
Stadtkultur | Länder  
Kommunikation  
Pädagogik**



**Ihre Fachbereichsleitung:  
Jelena Jaissle  
Tel.: 05207/9174-14  
jelena.jaissle@gt-net.de**

## Gesellschaft & Politik

### vhsFORUM

Fast ein Jahrzehnt gibt es jetzt unsere vhsForum-Veranstaltungsreihe, zu der wir jedes Jahr prominente Referent:innen einladen, die bei uns in der Volkshochschule zu aktuellen gesellschaftsrelevanten Themen Stellung beziehen und gerne mit Ihnen diskutieren.

Die Veranstaltungen führen wir mit freundlicher Unterstützung der Kreissparkasse Wiedenbrück und der Sparkasse Gütersloh-Rietberg-Versmold durch.

### vhsFORUM

#### Russlandkenner Udo Lielischkies

##### Was denkt Putin wirklich?

Was denkt Putin wirklich? Wer hat noch Einfluss auf den Herrscher im Kreml? Udo Lielischkies kennt Russland wie nur wenige - seit Wladimir Putin 1999 an die Macht kam, berichtete er für die ARD aus dem riesigen Land.

Zwölf Jahre war er ARD-Moskau-Korrespondent. Der Bestseller-Autor wird bei uns über die aktuelle Situation in der Ukraine diskutieren und sein Buch „Im Schatten des Kreml“ vorstellen.

##### 10104F | Vortrag

Verl, Kreissparkasse Wiedenbrück  
Donnerstag, 2.3.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)

12,00 €/erm. 6,00 €

Udo Lielischkies, Fernsehjournalist

Anmeldung: Tel. 05246/961-196



© Fjodor Simmul

### vhfFORUM „Doc Esser“ kommt

#### Wie gesund ist eigentlich gesund?

Wie gesund ist eigentlich gesund? Wo hört Gesundheit auf und fängt Selbstkasteiung an? Warum liebt der Mensch das Extreme – extrem ungesund oder extrem gesund? Nichts gegen ein gesundes Leben – besonders aus ärztlicher Sicht. Um es kurz zu sagen: Es kostet dich punktgenau zehn Lebensjahre, wenn du täglich fettes Essen mit deinem geliebten Bierchen oder ordentlich Alkohol in den unbewegten Körper spülst und dir zum Abschluss ein Kippchen gönnst. Vielleicht lohnt sich so gesehen ein gesunder Lebensstil doch, oder? Aber hast du schon mal darüber nachgedacht, wie viel Lebenszeit du mit dem Auswerten von getrackten Lifestyledaten verschwendest? Und wie traumatisch kann das Nicht-Erreichen der 10.000 Schritte am Tag für den modernen Selbstvermesser werden? Gibt es die eine gesunde Ernährung oder darf es doch ab und zu das Mettbrötchen sein – mit einer Extra Portion Zwiebeln? Und warum leben französische Weinbauern eigentlich länger als ihre englischen Kollegen?

Dr. Heinz-Wilhelm Esser, besser bekannt als Doc Esser aus verschiedensten medizinischen TV-Formaten, beantwortet all diese Fragen mit wissenschaftlichem Hintergrund und unterhaltsam humoristisch. Jetzt wird aufgeräumt mit Gesundheitsmythen, die weniger der Gesundheit, dafür mehr dem Umsatz der Industrie dienen.

#### 31000F | Vortrag

Schloß Holte-Stukenbrock, Gymnasium, Aula  
Donnerstag, 16.3.23, 19:30-21:00 Uhr

14,00 €/erm. 7,00 €

Dr. med. Heinz-Wilhelm Esser

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---



**vhsFORUM Golineh Atai****Iran – die Freiheit ist weiblich**

Golineh Atai, geboren 1974 in Teheran, war von 2006 bis 2008 für die ARD als Korrespondentin in Kairo und von 2013 bis 2018 Korrespondentin in Moskau, danach arbeitete sie für den WDR in Köln. Seit 2022 leitet sie das ZDF-Studio in Kairo. Sie wurde vielfach ausgezeichnet, u.a. als «Journalistin des Jahres 2014», mit dem Peter-Scholl-Latour-Preis sowie dem Hanns-Joachim-Friedrichs-Preis. Ihr Buch «Die Wahrheit ist der Feind. Warum Russland so anders ist» (2019) war ein Bestseller. 2021 erschien ihr Buch «Iran – die Freiheit ist weiblich». In einem moderierten Gespräch wird sie aus ihren beiden Büchern und über ihre Arbeit in Kairo berichten.

**10105F** | Vortrag

10106F | Moderiertes Gespräch

Harsewinkel, Stadtbücherei St. Lucia

Freitag, 17.3.23, 19:00-21:00 Uhr

14,00 €/erm. 7,00 €

Golineh Atai, Journalistin

Anmeldung: Tel. 05247/935-200



© Joanna Vortmann

**vhsFORUM Ralph Sina****Zeitenwende in Europa**

Bundeskanzler Scholz hat nach dem Angriffskrieg Russlands gegen die Ukraine am 24. Februar 2022 von einer Zeitenwende in Europa gesprochen. Nachdem die Europäische Union in den ersten Kriegstagen so geeint und schnell agiert hat wie nie zuvor, zeigen sich aber auch Risse. Wie gelingt z. B. der Umgang mit der nächsten großen Fluchtbewegung? Europas Wirtschaftswachstum basiert seit langem auf billigen Rohstoffen und billiger Energie. Dieses Wirtschaftsmodell wird durch die Folgen des Ukraine-Krieges massiv in Frage gestellt. Welche Konsequenzen hat das? Um diese und andere Fragen geht es in dem Vortrag von Ralph Sina, dem ehemaligen Brüssel-Korrespondenten des WDR.

**10105F** | Vortrag

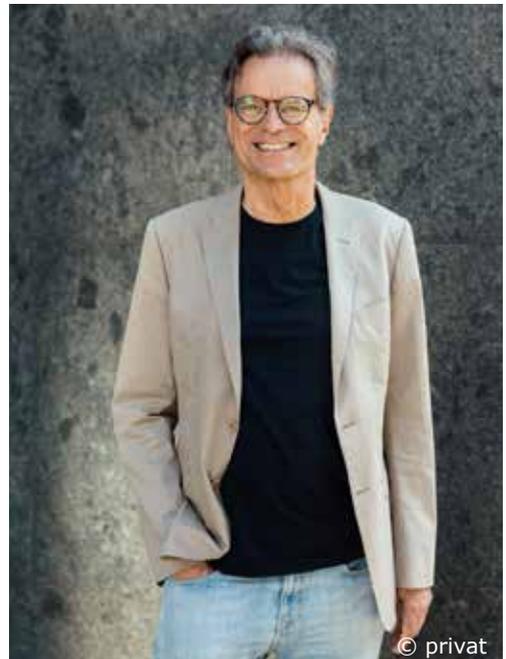
Harsewinkel, Stadtbücherei St. Lucia

Mittwoch, 29.3.23, 19:00-20:30 Uhr

12,00 €/erm. 6,00 €

Ralph Sina, Rundfunk-Journalist

Anmeldung: Tel. 05247/935-200



© privat

**vihsFORUM „Herkunft“ – Autorenlesung  
mit Saša Stanišić**

**Ausgezeichnet mit dem Deutschen Buchpreis  
2019**

HERKUNFT ist ein Buch über den ersten Zufall unserer Biografie: irgendwo geboren werden. Und was danach kommt.

HERKUNFT ist ein Buch über ein Dorf, in dem nur noch dreizehn Menschen leben, ein Land, das es heute nicht mehr gibt, eine zersplitterte Familie, die meine ist. Es ist ein Buch über die Frage, was zu mir gehört, ein Selbstporträt mit Ahnen. Und ein Scheitern des Selbstporträts.

HERKUNFT ist ein Abschied von meiner demonten Großmutter. Während ich Erinnerungen sammle, verliert sie ihre.

HERKUNFT ist ein Buch über meine Heimat, in der Erinnerung und der Erfindung.

Ein Buch über Sprache und Scham, Ankommen und Zurechtkommen, Glück und Tod.

Saša Stanišić wurde 1978 in Višegrad geboren und lebt seit 1992 in Deutschland. Seine Erzählungen und Romane wurden in über 30 Sprachen übersetzt und vielfach ausgezeichnet. Saša Stanišić erhielt u.a. den Preis der Leipziger Buchmesse für »Vor dem Fest« und zuletzt für »Herkunft« den Deutschen Buchpreis 2019 sowie den Eichendorff-Literaturpreis und den Hans-Fallada-Preis der Stadt Neumünster. Er lebt und arbeitet in Hamburg.

**22001F | Autorenlesung**

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Aula

Mittwoch, 24.5.23, 19:00-20:30 Uhr

12,00 €/erm. 7,00 €

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0





#### VORANKÜNDIGUNG

#### **vhsFORUM Shakuntala Banerjee – ZDF-Hauptstadtstudio Berlin**

Shakuntala Banerjee ist seit März 2019 stellvertretende Leiterin des ZDF-Hauptstadtstudios in Berlin. Sie wechselt sich als Moderatorin der Sendung „Berlin direkt“ mit ihrem Kollegen Theo Koll ab. Bei dieser Sendung handelt es sich um das erfolgreichste deutsche Polit-Magazin im TV. Darüber hinaus ist es für die politischen Beiträge aller ZDF-Sendungen zuständig. Bei unserer vhsForum-Veranstaltung berichtet sie über ihre Arbeit in Berlin und gibt interessante Einblicke in aktuelle innenpolitische Fragen und das politische Geschehen in der deutschen Hauptstadt.

#### **10102F | Vortrag**

Schloß Holte-Stukenbrock,  
Aula am Gymnasium

Shakuntala Banerjee, Fernsehjournalistin  
Bei Redaktionsschluss stand der Veranstaltungstermin noch nicht fest.

Bitte beachten Sie die aktuellen Hinweise auf unserer Website [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de). Gerne informieren wir Sie auch über unseren elektronischen Newsletter, den Sie über unsere Website abonnieren können.

## vhsDISKURS

Unsere neue Veranstaltungsreihe vhsDiskurs bietet hochkarätige Referent:innen zu aktuellen Debatten, die die Gesellschaft bewegen. Wir möchten komplexe Themen zugänglich machen und mit Ihnen diskutieren.

### „Sturmnomaden“

Dr. Kira Vinke

Die Klimakrise wird Millionen die Lebensgrundlage entziehen. Schon heute versuchen Menschen sich durch Migration anzupassen und neue Existenzen aufzubauen. Die meisten Klimamigrant:innen finden in ihren eigenen Ländern Zuflucht, doch auch der Druck auf europäische Grenzen wird steigen, wenn die Klimaschutzbemühungen zu kurz greifen. Dr. Kira Vinke gibt in ihrem bahnbrechenden, von Forschung und weltweiten Recherchen getragenen Buch „Sturmnomaden“ bedrohten Menschen Gesicht und Stimme. Sie macht deutlich, welche Veränderungen schon heute unumkehrbar sind – und welche Möglichkeiten wir noch haben, dem Klimawandel zu begegnen und den Betroffenen ein Bleiben oder eine Abwanderung in Sicherheit und Würde zu ermöglichen.



Dr. Kira Vinke ist Leiterin des Zentrums für Klima und Außenpolitik der Deutschen Gesellschaft für Auswärtige Politik, Wissenschaftlerin am Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung und Co-Vorsitzende des Beirats der Bundesregierung „Zivile Krisenprävention und Friedensförderung“. In ihrer Forschung befasst sie sich mit den menschlichen Dimensionen des Klimawandels, mit den Auswirkungen auf Migrationsbewegungen und menschliche Sicherheit.

**10009F** | Vortrag mit Diskussion  
Verl, Gymnasium Multifunktionsraum  
Dienstag, 21.3.23, 19:00-20:30 Uhr  
10,00 €/erm. 6,00 €

Dr. Kira Vinke, Leiterin des Zentrums für Klima und Außenpolitik der Deutschen Gesellschaft für Auswärtige Politik  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

### Kampagnen- und Lobbyarbeit für Vereine und Parteien

Gerade kleinere Initiativen stehen vor der Herausforderung, sich und ihren Anliegen Gehör zu verschaffen. Aus seiner Erfahrung als Campaigner bei unterschiedlichen Organisationen aus Politik und Zivilgesellschaft stellt Achim Wölfel von „Mehr Demokratie e.V.“ in diesem Workshop Möglichkeiten für eine erfolgreiche Kampagnen- und Lobbyarbeit vor. Denn häufig lässt sich schon mit kleinen, aber gezielten Maßnahmen einiges erreichen. Dieser Workshop wird gefördert von der Partnerschaft für Demokratie Schloß Holte-Stukenbrock im Rahmen des Bundesprogrammes „Demokratie leben!“.

Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**

### 10003F | Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
Donnerstag, 30.3.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Achim Wölfel, Mehr Demokratie e.V.  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Mit direkter Demokratie für ein besseres Klima?

In Sachen Klimaschutz gehen die Maßnahmen in Bund, Ländern und Kommunen vielen Menschen nicht weit und nicht schnell genug. Mithilfe von direkter Demokratie nehmen Bürger:innen deshalb immer öfter Klimapolitik selbst in die Hand. Sie starten Initiativen für fahrradfreundlichere Städte, für den Erhalt von Grünflächen oder gegen Kohlekraftwerke.

Achim Wölfel von „Mehr Demokratie e.V.“ zeigt auf, welche Initiativen es bereits gibt und welche Möglichkeiten jede und jeder Einzelne hat, um sich mit direkter Demokratie selbst für ein besseres Klima einzusetzen.

Dieser Vortrag wird gefördert von der Partnerschaft für Demokratie Schloß Holte-Stukenbrock im Rahmen des Bundesprogrammes „Demokratie leben!“.

### 10004F | Vortrag

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
Dienstag, 13.6.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Achim Wölfel, Mehr Demokratie e.V.  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**

### Ist Geschichte gestaltbar?

10005F  | Onlinevortrag  
Montag, 30.1.23, 19:30-21:00 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
Kurt Bayertz, Philosoph und Journalist  
Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)  
Dieser Online-Vortrag findet im Rahmen der digitalen Veranstaltungsreihe „vhs.wissen live“ statt.

---

### Leben im Kibbuz im Wandel der Zeit Webvortrag live aus Israel

10006F  | Onlinevortrag  
Mittwoch, 19.4.23, 19:00-20:00 Uhr  
1 Termin (1,33 UE)  
gebührenfrei  
Ari Lipinski, Autor und Delegierter von israelischen Institutionen in Deutschland  
Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)  
Dieser Online-Vortrag findet in Kooperation mit der vhs.Böblingen-Sindelfingen e.V. statt.

---

### Quo vadis, Türkei?

Recep Tayyip Erdoğan und die Türkei vor den Parlamentswahlen

10007F  | Onlinevortrag  
Dienstag, 13.6.23, 19:00-20:00 Uhr  
1 Termin (1,33 UE)  
gebührenfrei  
Çiğdem Akyol, Journalistin und Autorin  
Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)  
Dieser Online-Vortrag findet in Kooperation mit der vhs.Böblingen-Sindelfingen e.V. statt.

---

### Wie wir die Welt sehen

Was negative Nachrichten mit unserem Denken machen und wie wir uns davon befreien

10008F  | Onlinevortrag  
Mittwoch, 14.6.23, 19:00-20:00 Uhr  
1 Termin (1,33 UE)  
gebührenfrei  
Ronja von Wurmb-Seidel, Autorin, Filmemacherin und Journalistin  
Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)  
Dieser Online-Vortrag findet in Kooperation mit der vhs.Böblingen-Sindelfingen e.V. statt.

---



© Ludwig Teichmann

## Natur & Umwelt

### Der richtige Obstbaumschnitt

**12003F** | Praxisworkshop  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
Samstag, 4.2.23, 10:00-14:00 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
17,00 €/erm. 10,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Stefan Rüther, Gärtnermeister  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**12004F** | Praxisworkshop  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
Samstag, 25.2.23, 10:00-14:00 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
17,00 €/erm. 10,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Stefan Rüther, Gärtnermeister  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Der Naturgarten: Ein idealer Lebensraum für Mensch und Tier

**12009F** | Vortrag  
Verl, Gymnasium Multifunktionsraum  
Dienstag, 7.3.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
8,00 €/erm. 5,00 €  
max. 50 Teilnehmer:innen  
Daniela Toman,  
Dipl.-Ing. (FH) Landschaftsarchitektur  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Kleine Gartenräume optimal gestalten

**12007F** | Workshop mit Beamervortrag  
Harsewinkel, Gesamtschule, Klassenraum  
Mittwoch, 8.3.23, 19:30-21:00 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
10,00 €/erm. 6,00 €  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Dipl. Ing Tanja Minardo, Garten- und  
Landschaftsarchitektin, Fachautorin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### Der Garten im Klimawandel

**12008F** | Workshop mit Beamervortrag  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
Donnerstag, 30.3.23, 19:30-21:00 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
10,00 €/erm. 6,00 €  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Dipl. Ing Tanja Minardo, Garten- und  
Landschaftsarchitektin, Fachautorin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Macht's bunt! Macht's wild! Macht's tierisch gut!

Mehr Natur im Garten? Ja bitte!

**12002F** | Workshop  
Schloß Holte-Stukenbrock, Verdiweg 5  
Samstag, 13.5.23, 14:00-16:15 Uhr  
1 Termin (3 UE)  
8,00 €/erm. 5,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Heike Boeckhaus, Naturgartenbesitzerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**visUnterwegs****200 Gärten an einem Tag**

**Besuch der Gartenanlage „De Tuinen van Appeltern“ in den Niederlanden**

200 Gärten besichtigen an nur einem Tag? Wenn das irgendwo möglich ist, dann wohl in unserem westlichen Nachbarland. In eine Parkanlage eingebettet, mit schönen Ausblicken auf das Land von Maas und Waal liegt „De Tuinen van Appeltern“. Über einen schönen Rundweg wandern wir durch romantisch-verspielte Rosengärten, durch inspirierende Wassergärten oder nüchtern-moderne Gärten hin zu prachtvollen Lounge- und Wellnessgärten, die uns zum Relaxen einladen. Wir lernen die Vielfalt der Gartengestaltung kennen. Von traditionellen Gartenideen bis hin zu den neuesten Trendgärten wird uns in Appeltern nicht nur eine Mannigfaltigkeit an Gartenideen, sondern auch ein Einblick in die jüngste Gartengeschichte geboten. Gleichzeitig bietet eine große Seenlandschaft und riesige Staudenflächen zusätzliche Sinneseindrücke und laden zum Staunen und Genießen ein. Im Reisepreis enthalten sind die Fahrt im \*\*\*Reisebus, Reiseleitung, Eintrittsgelder und Führungsgebühren.

**71200F | Gartenfahrt**

Zustieg: Verl

Samstag, 3.6.23, 6:00-20:00 Uhr

1 Termin (6 UE)

79,00 €/keine Ermäßigung

max. 44 Teilnehmer:innen

Dipl. Ing Tanja Minardo, Garten- und Landschaftsarchitektin, Fachautorin  
Ute Seidemann, Dipl.-Ing. Landschaftsarchitektur und Umweltplanung  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**Energie**

Die folgenden Veranstaltungen führen wir in Zusammenarbeit mit der Energieberatung der Stadt Verl und der Verbraucherzentrale NRW durch.

**Besser heizen – Wärme pumpen****13103F | Vortrag**

Verl, Gesamtschule, Klassenraum

Dienstag, 28.2.23, 19:00-20:30 Uhr

1 Termin (2 UE)

gebührenfrei

max. 20 Teilnehmer:innen

Ines Perschke, Energieberaterin

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

**Sonne im Tank****13104F | Vortrag**

Verl, Gesamtschule, Klassenraum

Dienstag, 18.4.23, 19:00-20:30 Uhr

1 Termin (2 UE)

gebührenfrei

max. 20 Teilnehmer:innen

Ines Perschke, Energieberaterin

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

**Stecker-PV – Steck die Sonne ein!****13105F | Vortrag**

Verl, Gesamtschule, Klassenraum

Dienstag, 13.6.23, 19:00-20:30 Uhr

1 Termin (2 UE)

gebührenfrei

max. 20 Teilnehmer:innen

Ines Perschke, Energieberaterin

Anmeldung: Tel. 05246/961-196



Die folgenden Veranstaltungen führen wir zusammen mit der Klimaschutzmanagerin der Stadt Schloß Holte-Stukenbrock durch.

### Heizen mit erneuerbaren Energien

**13303F** | Vortrag  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
Mittwoch, 1.3.23, 19:00-21:15 Uhr  
1 Termin (3 UE)  
gebührenfrei  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Bettina Berenbrinker,  
Gebäude-Energieberaterin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Altbausanierung in der Praxis

**13304F** | Vortrag  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
Mittwoch, 26.4.23, 19:00-21:15 Uhr  
1 Termin (3 UE)  
gebührenfrei  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Bettina Berenbrinker,  
Gebäude-Energieberaterin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Recht & Finanzen

### NEU! Falsche Polizeibeamte, Enkeltrick und andere Telefonbetrugsmaschen

**13015F** | Vortrag  
Verl, Rathaus kleiner Sitzungssaal  
Mittwoch, 22.2.23, 15:00-16:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
max. 25 Teilnehmer:innen  
Marco Hein, Kriminalhauptkommissar /  
Kriminologe und Polizeiwissenschaftler (M.A.)  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Selbstbestimmungsrecht auch am Lebensende?

**13004F** | Vortrag  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
Montag, 30.1.23, 18:00-21:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
12,00 €/erm. 7,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Dietmar Moritz, Experte für Betreuungsrecht  
und rechtliche Vorsorgemöglichkeiten  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**13005F** | Vortrag  
Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum I  
Montag, 27.2.23, 18:00-21:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
12,00 €/erm. 7,00 €  
max. 9 Teilnehmer:innen  
Dietmar Moritz, Experte für Betreuungsrecht  
und rechtliche Vorsorgemöglichkeiten  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**13006F** | Vortrag  
Schloß Holte-Stukenbrock,  
vhs (Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Montag, 27.3.23, 18:00-21:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
12,00 €/erm. 7,00 €  
max. 11 Teilnehmer:innen  
Dietmar Moritz, Experte für Betreuungsrecht  
und rechtliche Vorsorgemöglichkeiten  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Vorsorgend gestalten – das deutsche Erbrecht in der Praxis

**13012F** | Vortrag  
Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
Dienstag, 7.2.23, 18:30-21:30 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
12,00 €/erm. 7,00 €  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Gode-Marie Quast-Hohenhorst,  
Rechtsanwältin, Notarin  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**13013F** | Vortrag  
Harsewinkel, Gesamtschule, Klassenraum  
Dienstag, 7.3.23, 18:30-21:30 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
12,00 €/erm. 7,00 €  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Gode-Marie Quast-Hohenhorst,  
Rechtsanwältin, Notarin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**13014F** | Vortrag  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
Dienstag, 25.4.23, 18:30-21:30 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
12,00 €/erm. 7,00 €  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Gode-Marie Quast-Hohenhorst,  
Rechtsanwältin, Notarin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Das 1x1 der Geldanlage in Zeiten niedriger Zinsen

**13008F** | Vortrag  
Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
Dienstag, 31.1.23, 18:00-20:15 Uhr  
1 Termin (3 UE)  
18,00 €/erm. 10,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Karsten Witt, Niedersächsischer Anlegerclub  
(NDAC)  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Frauen

### „Wir Frauen“ – Offener Frauentreff

Dies ist ein Angebot der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Schloß Holte-Stukenbrock.

**17000F** | Vormittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Rathaus, Ratssaal  
Mittwoch, 1.2.23, 10:00-11:30 Uhr  
Mittwoch, 1.3.23, 10:00-11:30 Uhr  
Mittwoch, 3.5.23, 10:00-11:30 Uhr  
Mittwoch, 7.6.23, 10:00-11:30 Uhr  
4 Termine (8 UE)  
gebührenfrei  
max. 22 Teilnehmer:innen  
Barbara Fleiter, Gleichstellungsbeauftragte  
der Stadt Schloß Holte-Stukenbrock  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

---





## Stadtkultur

Die Stadtführer:innen bzw. Natur- und Kulturführer:innen unserer Mitgliedkommunen treffen sich in regelmäßigen Abständen zum inhaltlichen und organisatorischen Austausch. Nähere Informationen erhalten Sie von den entsprechenden Ansprechpartner:innen.

### Stadtführer:innentreff Harsewinkel

**19200F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Rathaus, Kleiner Sitzungssaal  
Dienstag, 31.1.23, 18:00-19:30 Uhr  
Dienstag, 28.2.23, 18:00-19:30 Uhr  
Dienstag, 28.3.23, 18:00-19:30 Uhr  
Dienstag, 25.4.23, 18:00-19:30 Uhr  
Dienstag, 20.6.23, 18:00-19:30 Uhr  
5 Termine (10 UE)  
gebührenfrei  
max. 15 Teilnehmer:innen  
Nicole Kockentiedt,  
Stadtarchivarin Harsewinkel  
Anmeldung: Tel. 05247/935-166

### Stadtführungen in Harsewinkel

Die Themenführungen der Harsewinkeler Stadtführer:innen finden mit freundlicher Unterstützung durch die Volkshochschule statt. Anmeldung unter Tel. 05247/935-166 oder [nicole.kockentiedt@harsewinkel.de](mailto:nicole.kockentiedt@harsewinkel.de)

### Das Leben unter Kreuz und Schwert

**19201F** | Stadtführung  
Harsewinkel, Treffpunkt: Marienfeld, Brunnenhaus gegenüber der Klosterpforte  
Samstag, 4.3.23, 15:00-17:00 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
5,00 € /erm. 2,50 €  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Bärbel Tophinke

**19202F** | Stadtführung  
Harsewinkel, Treffpunkt: Marienfeld, Brunnenhaus gegenüber der Klosterpforte  
Samstag, 3.6.23, 15:00-17:00 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
5,00 € /erm. 2,50 €  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Bärbel Tophinke

### Erleuchtete Klosterzeit

#### Laternenführung

**19203F** | Stadtführung  
Harsewinkel, Treffpunkt: Marienfeld, Brunnenhaus gegenüber der Klosterpforte  
Samstag, 4.2.23, 18:00-19:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
10,00 € / keine Ermäßigung  
max. 25 Teilnehmer:innen  
Bärbel Tophinke

**19204F** | Stadtführung  
 Harsewinkel, Treffpunkt: Marienfeld,  
 Brunnenhaus gegenüber der Klosterpforte  
 Sonntag, 19.2.23, 18:00-19:30 Uhr  
 1 Termin (2 UE)  
 10,00 € / keine Ermäßigung  
 max. 25 Teilnehmer:innen  
 Bärbel Tophinke

---

### Abt für Abt – Die Äbte Marienfeld

**19205F** | Stadtführung  
 Harsewinkel,  
 Treffpunkt: Klosterhof Marienfeld, Torbogen  
 Samstag, 4.2.23, 16:00-17:30 Uhr  
 1 Termin (2 UE)  
 5,00 €/erm. 2,50 €  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Ursula Mußmann, Stadtführerin

---

### Stadtführungen in

#### Schloß Holte-Stukenbrock

Anmeldungen unter  
 Tel. 05207/929-9980 oder 05207/955-3704  
 oder stadtfuehrer-shs@t-online.de

#### Kirchturmführung St. Johannes Baptist zu Stukenbrock

**19300F** | Stadtführung  
 Schloß Holte-Stukenbrock,  
 Treffpunkt: Hauptportal der Kirche; Hauptstr.  
 Donnerstag, 9.2.23, 16:00-17:30 Uhr  
 1 Termin (2 UE)  
 gebührenfrei  
 Stadtführer der vhs

---

**19301F** | Stadtführung  
 Schloß Holte-Stukenbrock,  
 Treffpunkt: Hauptportal der Kirche; Hauptstr.  
 Freitag, 10.2.23, 16:00-17:30 Uhr  
 1 Termin (2 UE)  
 gebührenfrei  
 Stadtführer der vhs

---

**19302F** | Stadtführung  
 Schloß Holte-Stukenbrock,  
 Treffpunkt: Hauptportal der Kirche; Hauptstr.  
 Donnerstag, 23.2.23, 16:00-17:30 Uhr  
 1 Termin (2 UE)  
 gebührenfrei  
 Stadtführer der vhs

---

**19303F** | Stadtführung  
 Schloß Holte-Stukenbrock,  
 Treffpunkt: Hauptportal der Kirche; Hauptstr.  
 Freitag, 24.2.23, 16:00-17:30 Uhr  
 1 Termin (2 UE)  
 gebührenfrei  
 Stadtführer der vhs

---

**19304F** | Stadtführung  
 Schloß Holte-Stukenbrock,  
 Treffpunkt: Hauptportal der Kirche; Hauptstr.  
 Dienstag, 28.2.23, 16:00-17:30 Uhr  
 1 Termin (2 UE)  
 gebührenfrei  
 Stadtführer der vhs

---

**19309F** | Stadtführung  
 Schloß Holte-Stukenbrock,  
 Treffpunkt: Hauptportal der Kirche; Hauptstr.  
 Dienstag, 9.5.23, 16:00-17:30 Uhr  
 1 Termin (2 UE)  
 2,00 €  
 Stadtführer der vhs

---

#### Kirchenführung St. Johannes Baptist zu Stukenbrock

**19305F** | Stadtführung  
 Schloß Holte-Stukenbrock,  
 Treffpunkt: Hauptportal der Kirche, Hauptstr.  
 Donnerstag, 16.3.23, 15:00-17:00 Uhr  
 1 Termin (2,67 UE)  
 Erwachsene und Kinder 3,- €  
 max. 25 Teilnehmer:innen  
 Stadtführer der vhs

---

### Große Stadtrundfahrt

**19307F** | Stadtführung  
Schloß Holte-Stukenbrock, Treffpunkt:  
Busbahnhof Schloß Holte, Bahnhofstraße  
Samstag, 15.4.23, 14:00-16:30 Uhr  
1 Termin (3,33 UE)  
12,50 €/ erm. 6,50 €  
max. 30 Teilnehmer:innen  
Stadtführer der vhs

---

**19313F** | Stadtführung  
Schloß Holte-Stukenbrock, Treffpunkt:  
Busbahnhof Schloß Holte, Bahnhofstraße  
Samstag, 15.4.23, 14:00-16:30 Uhr  
1 Termin (3,33 UE)  
12,50 €/ erm. 6,50 €  
Stadtführer der vhs

---

**19314F** | Stadtführung  
Schloß Holte-Stukenbrock, Treffpunkt:  
Busbahnhof Schloß Holte, Bahnhofstraße  
Samstag, 21.10.23, 14:00-16:30 Uhr  
1 Termin (3,33 UE)  
12,50 €/ erm. 6,50 €  
Stadtführer der vhs

---

### Auf den Spuren der Schulen

**19308F** | Stadtführung  
Schloß Holte-Stukenbrock, Treffpunkt:  
St. Johannes Baptist, Hauptstraße 3  
Samstag, 22.4.23, 14:00-17:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
12,50 €/ erm. 6,50 €  
Stadtführer der vhs

---

### Fahrradtour zum Hof Bröker

**19310F** | Stadtführung  
Schloß Holte-Stukenbrock, Treffpunkt:  
Bahnhofsvorplatz Schloß Holte  
Samstag, 13.5.23, 14:00-17:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
10,00 €  
Stadtführer der vhs

---

Die folgenden Veranstaltungen werden in Kooperation mit Natur-OWL angeboten.  
Anmeldung über Natur-OWL unter  
Tel. 05207/2634 oder natur-owl@freenet.de

### Frühblüher am „Schwarzen Teich“ und anderes

**19306F** | Naturkundliche Wanderung  
Schloß Holte-Stukenbrock, Treffpunkt: öffentlicher Parkplatz, Oerlinghauser Str. 110, SHS  
Samstag, 4.3.23, 14:00-17:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
5,00 € - vor Ort zu entrichten  
Natur OWL

---

### Grenzsteinwanderung – Schnatgang – rund um Schloß Holte-Stukenbrock

19315F | Naturkundliche Wanderung  
Schloß Holte-Stukenbrock,  
Treffpunkt: Stukenbrocker Pfarrkirche, SHS  
Samstag, 11.2.23, 13:00-16:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
5,00 € - vor Ort zu entrichten  
Natur OWL

---

### Wanderung im Holter Wald zum Thema: Rückkehr der großen Beutegreifer

**19316F** | Naturkundliche Wanderung  
Schloß Holte-Stukenbrock, Treffpunkt:  
Parkplatz an der „1000jährigen Eiche“, SHS  
Samstag, 11.3.23, 14:00-17:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
5,00€ - vor Ort zu entrichten  
Natur OWL

---

Anmeldung unter:  
[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)



## Länder

### vhsWeltreisen Naturwunder Erde – Unsere Welt im Wandel

Die Live-Fotoshow „Naturwunder Erde – Unsere Welt im Wandel“ lädt das Publikum ein, in die Schönheit der Welt einzutauchen. Die Bilderreise führt durch alle relevanten Ökosysteme und auf fast alle Kontinente. Bestechend schöne Motive und einzigartige, auch sehr persönliche Geschichten machen die Reportage zu einem audiovisuellen Erlebnis. Doch neben den ergreifenden Bildern von Naturschönheiten und Artenvielfalt ist „Naturwunder Erde – Unsere Welt im Wandel“ auch ein eindringlicher Appell an uns alle, endlich zu handeln und die Zerstörung der ökologischen Vielfalt zu stoppen.

Der Fotograf Markus Mauthe und die Journalistin Nasim Reza-Tehrani konzipierten die virtuelle Weltreise, welche die Journalistin Nasim Reza-Tehrani auf der großen Leinwand präsentiert.

Die Veranstaltung führen wir mit freundlicher Unterstützung von Greenpeace Deutschland durch.

#### **19905F** | Multivisionsschau

Schloß Holte-Stukenbrock, Gymnasium, Aula  
Donnerstag, 2.3.23, 19:30-21:45 Uhr

1 Termin (3 UE)

gebührenfrei

Nasrim Reza-Tehrani,

Journalistin, Klimaaktivistin

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### **111 Gründe Costa Rica zu lieben**

Costa Rica ist eines der letzten Naturparadiese dieser Erde. Es ist an Artenvielfalt und Schönheit kaum zu überbieten und begeistert deshalb seit Jahrzehnten in zunehmenden Maße Besucher:innen aus aller Welt. Diese 111 Geschichten bringen Land, Leute, Alltagsleben, Religion, Tradition, Geschichte, aber auch die interessantesten Nationalparks, unzählige Traumstrände, spektakuläre Naturschauspiele, eine faszinierende Tierwelt und außergewöhnliche sportliche Aktivitäten näher. Die wichtigsten touristischen Ziele, aber auch einige „Geheimtipps“, die bisher kaum oder gar keine Berücksichtigung fanden, werden auf unterhaltsame und informative Weise vorgestellt. Zudem geben interessante Anekdoten einen ungewöhnlichen Einblick in das tropische Land.

#### **19902F** | Vortrag

Verl, Gymnasium Multifunktionsraum

Mittwoch, 10.5.23, 19:00-20:30 Uhr

1 Termin (2 UE)

10,00 €/erm. 6,00 €

Dr. Roland Berens, Literaturwissenschaftler

Anmeldung: Tel. 05246/961-196



## Kommunikation

### Rhetorik- und Präsentationstraining Vertiefung

**58908F** | Tagesseminar  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
Samstag, 4.3.23, 9:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
62,00 €/erm. 32,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Diemut Döninghaus, Tanz- und  
Theaterpädagogin (BuT), Coach (DGfC)  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Rhetorik- und Präsentationstraining Basis

**58900F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock,  
vhs (Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Samstag, 22.4.23, 9:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
62,00 €/erm. 32,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Diemut Döninghaus, Tanz- und Theater-  
pädagogin (BuT), Coach (DGfC)  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Rhetorik- und Präsentationstraining Vertiefung

**58901F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock,  
vhs (Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Samstag, 6.5.23, 9:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
62,00 €/erm. 32,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Diemut Döninghaus, Tanz- und Theater-  
pädagogin (BuT), Coach (DGfC)  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0Der

---

### Weg zu einer gesunden, tragfähigen Stimme

Verstimmt – Heiser – Atemlos?

**58501F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock,  
vhs (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
Samstag, 18.3.23, 9:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
74,00 €/erm. 35,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Walburga Brügge, Logopädin, Fachautorin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### **NEU! Konstruktive Kommunikation**

Ein Kommunikationstraining zum Umgang mit Diskriminierung und Abwertung im Alltag

**10001F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock,  
vhs (Ursulaschule), Raum V (104)  
Samstag, 25.3.23, 10:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
gebührenfrei  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V.  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**10002F** | Tagesseminar  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Seminarraum  
Samstag, 13.5.23, 10:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
gebührenfrei  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V.  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

Die Tagesseminare werden durchgeführt von „Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V.“ im Rahmen der Mitarbeit im Kompetenznetzwerk für das Zusammenleben in der Migrationsgesellschaft und gefördert durch „Demokratie leben!“.



**KONSTRUKTIVE  
KOMMUNIKATION**

**#WIEDER\_SPRECHEN FÜR DEMOKRATIE**

Gefördert vom



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**

## Pädagogik

### Achtsame Eltern

Einführung und Inspiration für mehr Achtsamkeit und Ausgeglichenheit im Erziehungsalltag

**36027F** | Workshop

Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG  
Samstag, 18.3.23, 10:00-13:15 Uhr

1 Termin (4 UE)

23,00 €/erm. 13,00 €

max. 8 Teilnehmer:innen

Julia Goldbecker, Achtsamkeitscoach,  
Achtsamkeitstrainerin, Trainerin Stress-  
management, Meditationslehrerin

Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### Vortragsreihe

#### „elternsein kinderleicht?“

Die Veranstaltungen der Familienzentren „Der Laubfrosch“, „Habichtweg“, „Der Spatz“, „Laubhütte“, „Abt Kruse“, „St. Achatius“ und dem Kreisfamilienzentrum in Schloß Holte-Stukenbrock werden mit freundlicher Unterstützung der Volkshochschule angeboten.

### Kindliche Sexualität

**18607F** | Vortrag

Schloß Holte-Stukenbrock,  
Kreisfamilienzentrum

Mittwoch, 1.2.23, 19:00-20:30 Uhr

1 Termin (2 UE)

gebührenfrei

Ulla Vollmann, Familienberatung des Caritasverbandes für den Kreis Gütersloh e.V.

Das Kreisfamilienzentrum bittet um Anmeldung bis zum 30.01.2023 per E-Mail an: [fromm@caritas-guetersloh.de](mailto:fromm@caritas-guetersloh.de).

---

### Endlich windelfrei...

Immer wieder Windeln wechseln – wie schön wäre es, wenn das mal ein Ende hätte!

**18609F** | Vortrag

Schloß Holte-Stukenbrock,  
Kreisfamilienzentrum

Mittwoch, 3.5.23, 19:30-21:00 Uhr

1 Termin (2 UE)

gebührenfrei

Angela Simon, Familienberatung des Caritasverbandes für den Kreis Gütersloh e.V.

Das Kreisfamilienzentrum bittet um Anmeldung bis zum 28.04.2023 per E-Mail an: [fromm@caritas-guetersloh.de](mailto:fromm@caritas-guetersloh.de).

---

### Vortragsreihe

#### „Wir informieren Eltern“ (WIE)

Die Vortrags-Veranstaltungsreihe der Familienzentren in Harsewinkel wird mit freundlicher Unterstützung der Volkshochschule angeboten.

### Schlaf Kindlein Schlaf

**18611F** | Vortrag

Harsewinkel, Familienzentrum miniMaxi

Montag, 6.2.23, 19:30-21:00 Uhr

1 Termin (2 UE)

3,00 € an der Abendkasse/ keine Ermäßigung  
Martina Detert, Erzieherin, Erziehungswissenschaftlerin (B.A.)

Das Familienzentrum bittet um Voranmeldung unter der Tel.: 05247/406341

---

Ausführliche  
Informationen zu Ihrer  
Veranstaltung und vieles mehr  
finden Sie auf  
[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)





### Was glaubst du, was kann helfen?

Vom Umgang mit Ängsten bei Kindern

**18613F** | Vortrag

Harsewinkel, Familienzentrum Marienfeld Kita St. Martin

Dienstag, 21.3.23, 19:30-21:00 Uhr

1 Termin (2 UE)

3,00 € an der Abendkasse/ keine Ermäßigung  
Kirsten Rolf, Spielpädagogin, Systemische Beraterin (SG), Therapeutin

Das Familienzentrum bittet um Voranmeldung unter Tel.: 05247/8499.

---

### Happy Birthday – Mottopartys planen

**18617H** | Workshop

Harsewinkel, Familienzentrum AWO-Kita Findikus

Freitag, 20.1.23, 10:00-12:00 Uhr

1 Termin (2,67 UE)

3,00 € Teilnahmegebühr/ keine Ermäßigung  
Frau Niemerg, Erzieherin, Frau Himmerich, Hauswirtschaftskraft

Das Familienzentrum bittet um Voranmeldung unter Tel.: 05247/407400.

---

### Konzentriert geht`s wie geschmiert... fit im Schulalltag!

**18619F** | Vortrag

Harsewinkel, Familienzentrum Kita Arche Noah

Mittwoch, 10.5.23, 19:30-21:30 Uhr

1 Termin (2,67 UE)

3,00 € an der Abendkasse/ keine Ermäßigung  
Michaela Engels

Das Familienzentrum bittet um Voranmeldung unter Tel.: 05247/2683.

---

### Geh mit keinem Fremden mit

**18623F** | Vortrag

Harsewinkel, Familienzentrum AWO-Kita Regenbogen

Donnerstag, 20.4.23, 19:30-21:00 Uhr

1 Termin (2 UE)

3,00 € Teilnahmegebühr/ keine Ermäßigung  
Kirstin Bernstein-Rivers, Kreispolizeibehörde Gütersloh, Prävention Missbrauch

Das Familienzentrum bittet um Voranmeldung per Email an: fz-kita-regenbogen@awo-owl.de

---

# Kultur & Gestalten

Literatur

Kunst & Kunstgeschichte

Malen & Zeichnen

Textiles Gestalten | Musik

Kunsth Handwerk & Handwerk

Fotografie



**Ihre Fachbereichsleitung:**

**Jelena Jaissle**

**Tel.: 05207/9174-14**

**[jelena.jaissle@gt-net.de](mailto:jelena.jaissle@gt-net.de)**

## Kultur & Gestalten

Kultur und Kreativität sind das Fundament des gesellschaftlichen Zusammenlebens: sie prägen wie wir leben, wie wir miteinander und mit unserer Umwelt umgehen. Kulturelle Bildung ist ein zentraler Bestandteil der allgemeinen Bildung und des lebenslangen Lernens. Mit unseren Angeboten im Fachbereich Kultur & Gestalten möchten wir einen Zugang zu Kunst und Kultur vermitteln und die Kreativität in uns allen fördern.

### Literatur

**NEU! „Herkunft“ – Autorenlesung mit Saša Stanišić**  
**Ausgezeichnet mit dem Deutschen Buchpreis 2019**

HERKUNFT ist ein Buch über den ersten Zufall unserer Biografie: irgendwo geboren werden. Und was danach kommt.

HERKUNFT ist ein Buch über ein Dorf, in dem nur noch dreizehn Menschen leben, ein Land, das es heute nicht mehr gibt, eine zersplitterte Familie, die meine ist. Es ist ein Buch über die Frage, was zu mir gehört, ein Selbstporträt mit Ahnen. Und ein Scheitern des Selbstporträts.

HERKUNFT ist ein Abschied von meiner demonten Großmutter. Während ich Erinnerungen sammle, verliert sie ihre.

HERKUNFT ist ein Buch über meine Heimat, in der Erinnerung und der Erfindung.

Ein Buch über Sprache und Scham, Ankommen und Zurechtkommen, Glück und Tod.

Saša Stanišić wurde 1978 in Višegrad geboren und lebt seit 1992 in Deutschland. Seine Erzählungen und Romane wurden in über 30 Sprachen übersetzt und vielfach ausgezeichnet. Saša Stanišić erhielt u.a. den Preis der Leipziger Buchmesse für »Vor dem Fest« und zuletzt für »Herkunft« den Deutschen Buchpreis 2019 sowie den Eichendorff-Literaturpreis und den Hans-Fallada-Preis der Stadt Neumünster. Er lebt und arbeitet in Hamburg.

**22001F** | Autorenlesung  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
 Am Hallenbad, Aula  
 Mittwoch, 24.5.23, 19:00-20:30 Uhr  
 12,00 €/erm. 7,00 €  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0



© Katja Sämann

## Kunst & Kunstgeschichte

### Zu Besuch im Louvre Paris

**26002F** | Virtueller Museumsbesuch  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Montag, 24.4.23, 18:00-20:15 Uhr  
1 Termin (3 UE)  
13,00 €/erm. 8,00 €  
max. 11 Teilnehmer:innen  
Franziska Jäger,  
Kunsthistorikerin und Künstlerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Zu Besuch im Van Gogh Museum Amsterdam

**26003F** | Virtueller Museumsbesuch  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Montag, 19.6.23, 18:00-20:15 Uhr  
1 Termin (3 UE)  
13,00 €/erm. 8,00 €  
max. 11 Teilnehmer:innen  
Franziska Jäger,  
Kunsthistorikerin und Künstlerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Malen & Zeichnen

### Offenes Atelier

**27008F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Atelier, Niggeländer Weg 21,  
33428 Greffen (Harsewinkel)  
ab 30.1.23, montags  
18:00-20:15 Uhr  
8 (24 UE)  
92,00 €/erm. 55,00 €  
Franziska Jäger,  
Kunsthistorikerin und Künstlerin

---

### Portraitzeichnung

**27006F** | Wochenendkurs  
Harsewinkel, Gesamtschule, Klassenraum  
Samstag, 11.2.23, 11:00-15:15 Uhr  
Sonntag, 12.2.23, 11:00-14:30 Uhr  
2 Termine (9 UE)  
37,00 €/erm. 20,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Franziska Jäger,  
Kunsthistorikerin und Künstlerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---



© Frank Peterschröder



## Textiles Gestalten

### Pullover und Jacken von oben stricken (RVO)

**24007F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum II  
 ab 30.1.23, montags  
 18:00-20:15 Uhr  
 48,00 €/erm. 26,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Ingrid Mörke  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### **NEU!** Nähen für Einsteiger:innen

**24009F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Kreativraum (212)  
 ab 31.1.23, dienstags  
 18:00-20:15 Uhr  
 9 Termine (27 UE)  
 86,00 €/erm. 46,00 €  
 Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
 Petra Große-Loheide  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Nähtreff

**24002F** | Abendkurs  
 Verl, Gesamtschule, Textilraum  
 ab 6.2.23, montags  
 19:00-21:15 Uhr  
 8 Termine (24 UE)  
 79,00 €/erm. 41,00 €  
 max. 7 Teilnehmer:innen  
 Magdalene Wellerdick, Damenschneiderin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Stricktreff

**24004F** | Abendkurs  
 Verl, Gesamtschule, Textilraum  
 ab 14.2.23, dienstags  
 19:00-21:15 Uhr  
 8 Termine (24 UE)  
 67,00 €/erm. 36,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Magdalene Wellerdick, Damenschneiderin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Dreieckstuch häkeln

**24006F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
ab 22.2.23, mittwochs  
19:00-20:30 Uhr  
4 Termine (8 UE)  
33,00 €/erm. 18,00 €  
Susanne Pieper

---

## Kuscheltiere Stricken

**24008F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum I  
ab 6.3.23, montags  
18:00-20:15 Uhr  
4 Termine (12 UE)  
49,00 €/erm. 25,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Ingrid Mörke  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Nähtreff

**24010F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
ab 18.4.23, dienstags  
18:00-20:15 Uhr  
9 Termine (27 UE)  
86,00 €  
Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loheide  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Musik

### vhsOrchester

**29001F** | Abendkurs  
Verl, Gesamtschule, Aula  
ab 7.2.23, dienstags  
19:30-21:00 Uhr  
13 Termine (26 UE)  
20,00 €/erm. 10,00 €  
max. 30 Teilnehmer:innen  
Kirsten Lücke, Lehrerin für Violine und Viola  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Blues-Harp – Vom einfachen Melodiespiel zum erdigen Blues

**29003F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
ab 14.3.23, dienstags  
18:30-21:45 Uhr  
2 Termine (8 UE)  
47,00 €/erm. 25,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Dieter Kropp, Musiker  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**29004F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
ab 9.5.23, dienstags  
18:30-21:45 Uhr  
2 Termine (8 UE)  
47,00 €/erm. 25,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Dieter Kropp, Musiker  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

Ausführliche  
Informationen zu  
Ihrer Veranstaltung  
und vieles mehr  
finden Sie auf  
[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)



## Kunsthandwerk & Handwerk

### vhsTöpfertreff

**23005F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Ev. Jugendhaus,  
Gartenstr. 9

Freitag, 31.3.23, 18:00-21:00 Uhr  
Samstag, 1.4.23, 14:00-17:00 Uhr  
Freitag, 5.5.23, 18:00-21:00 Uhr  
3 Termine (12 UE)  
62,00 €/erm. 32,00 €

Es entstehen zusätzliche Materialkosten von 10,00 bis 18,00 € (je nach Verbrauch), die bei der Kursleiterin bezahlt werden.

max. 7 Teilnehmer:innen  
Caroline Gaertner, Lehrerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### **NEU!** Naturseife herstellen – Do it yourself Workshop

**23001F** | Workshop  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Chemieraum

Samstag, 29.4.23, 10:00-13:00 Uhr  
Samstag, 3.6.23, 11:00-11:45 Uhr  
2 Termine (5 UE)

19,00 €/erm. 9,00 € Es entstehen zusätzliche Materialkosten von 12,00 bis 15,00 Euro (je nach Verbrauch), die bei der Kursleiterin bezahlt werden.

max. 8 Teilnehmer:innen  
Angela Weber, Chemielehrerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0  
Anmeldung bis zum 16.04.2023.

### Der sichere Umgang mit der Motorkettensäge

**23007F** | Wochenendseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
Freitag, 3.2.23, 17:15-21:30 Uhr  
Samstag, 4.2.23, 8:00-14:30 Uhr  
2 Termine (13 UE)  
115,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Detlef Sundermeier  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

**23008F** | Wochenendseminar  
Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
Freitag, 10.3.23, 17:15-21:30 Uhr  
Samstag, 11.3.23, 8:00-14:30 Uhr  
2 Termine (13 UE)  
115,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Detlef Sundermeier  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

### Lehrgang zur Vorbereitung auf die Sportfischerprüfung

**23006F** | Abendkurs  
Verl, Dietrich Bonhoeffer Haus,  
Seminarraum I  
ab 31.1.23, dienstags - donnerstags  
19:00-21:15 Uhr  
10 Termine (30 UE)  
95,00 € Erw./ 75,00 € Jugendl.  
zzgl. 50,00€ Prüfungsgebühr  
max. 35 Teilnehmer:innen  
Christian Bombeck  
Anmeldung: Tel. 05207/9298969



© Besim Mazhiqi

## **Fotografie**

### **Meine digitale Spiegelreflexkamera und ich**

**25004F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum V (104)  
Samstag, 25.2.23, 10:00-17:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
49,00 €/erm. 26,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Besim Mazhiqi, Fotograf  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### **Menschen sehen, Menschen zeigen – Portraitfotografie**

**25006F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
Samstag, 22.4.23, 10:00-17:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
49,00 €/erm. 26,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Besim Mazhiqi, Fotograf  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### **Der Blick für das Fotomotiv**

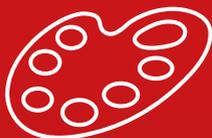
**25005F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
Samstag, 11.3.23, 10:00-17:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
49,00 €/erm. 26,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Besim Mazhiqi, Fotograf  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**Gestalte das  
bunte Angebot.**

**vhs** 

Verl – Harsewinkel  
Schloß Holte-Stukenbrock



Werde  
Kursleiter:in  
[vhs-vhs.de](https://www.vhs-vhs.de)

# Gesundheit

vhsHealth | Verler Gesundheitsforum | Autogenes Training  
Qi Gong | Tai Chi | Yoga | Klang  
Gymnastik – Fitness  
Tanz | Bewegung – Sport  
Psychomotorik  
Psychologie | Persönlichkeit  
Essen & Trinken



Fachbereichsleitung  
Dr. Anke Reinisch  
Tel. 05207/9174-18  
[anke.reinisch@gt-net.de](mailto:anke.reinisch@gt-net.de)



## vhsHealth

...die Online-Vorträge der Volkshochschulen

### Einführung in die Telemedizin

Zertifizierter Pflegekurs Telemedizin nach AnFöVo §11 (SGB XI §45)

Den Online-Kurs bieten wir in Kooperation mit dem Telemedizinzentrum Hamm an.

**31027F**  | Online-Kurs

Samstag, 4.2.23, 10:00- max. 20:00 Uhr

1 Termin (10 UE)

gebührenfrei

Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)

### Genesen ist noch nicht gesund

Effizienz der Rehabilitation bei Post- und Long-Covid

Den Online-Vortrag bieten wir in Kooperation mit der vhs.Böblingen-Sindelfingen e.V. an.

**31037F**  | Online-Vortrag

Donnerstag, 2.3.23, 19:00-20:00 Uhr

1 Termin (1,33 UE)

gebührenfrei

Dr. med. Jördis Frommhold, Chefärztin Pulmologie und Atemwegserkrankungen Medianklinik Heiligendamm

Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)

### Gesund arbeiten im Homeoffice

Den Online-Vortrag bieten wir in Kooperation mit der vhs.Böblingen-Sindelfingen e.V. an.

**31039F**  | Online-Vortrag

Montag, 13.3.23, 19:00-20:00 Uhr

1 Termin (1,33 UE)

gebührenfrei

Prof. Dr. Sabine Rehmer, Professorin und Studiengangsleiterin Arbeits- und Organisationspsychologie (M.Sc.) SRH Hochschule

Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)

### Von Arthrose bis zum Gelenkersatz

Den Online-Vortrag bieten wir in Kooperation mit der vhs.Böblingen-Sindelfingen e.V. an.

**50+ 31041F**  | Online-Vortrag

Donnerstag, 30.3.23, 19:00-20:00 Uhr

1 Termin (1,33 UE)

gebührenfrei

Jörg Neumann, Leitender Arzt, Helios ENDO-Klinik Hamburg GmbH

Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)

### Ernährung bei Krebs

Den Online-Vortrag bieten wir in Kooperation mit der vhs.Böblingen-Sindelfingen e.V. an.

**31043F**  | Online-Vortrag

Donnerstag, 20.4.23, 19:00-20:00 Uhr

1 Termin (1,33 UE)

gebührenfrei

Prof. Dr. med. Jutta Hübner, Integrative Onkologie, Universitätsklinikum Jena

Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)

Ausführliche  
Informationen zu  
Ihrer Veranstaltung  
und vieles mehr  
finden Sie auf  
[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)



## Verler Gesundheitsforum

Die Vorträge des „Verler Gesundheitsforums“ führen wir in Zusammenarbeit mit der Stadt Verler, Fachbereich Soziales, durch.

### Long-Covid und Post-Covid: Was wissen wir heute und welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Den Vortrag bieten wir in Zusammenarbeit mit dem Klinikum Gütersloh an.

#### 31009F | Vortrag

Verl, Gymnasium, Multifunktionsraum  
Mittwoch, 1.2.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)

gebührenfrei

Prof. Dr. med. Axel von Bierbrauer, Chefarzt,  
Facharzt für Innere Medizin - Pneumologie  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196



## Achtsamkeit und Gesundheit?

#### 36002F | Vortrag

Verl, Gymnasium, Multifunktionsraum  
Mittwoch, 15.2.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)

gebührenfrei

Claus-Peter Ulitzner, Diplom Psychologe,  
Unternehmensberater

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

## Ausländische Haushalts- und Betreuungskräfte in Privathaushalten – wie geht das legal?

Der Vortrag findet im Rahmen des Projektes Pflegewegweiser NRW statt, das vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW und der Landesverbände der Pflegekassen und dem Verband der privaten Krankenversicherung gefördert ist.

#### 31013F | Vortrag

Verl, Gymnasium, Multifunktionsraum  
Donnerstag, 23.3.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)

gebührenfrei

Ellen Tenkamp, Volljuristin, Referentin Recht  
beim Pflegewegweiser NRW

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

## vhsFORUM

### Wie gesund ist eigentlich gesund?

#### Doc Esser kommt

Dr. Heinz-Wilhelm Esser, besser bekannt als Doc Esser aus verschiedensten medizinischen TV-Formaten, geht mit wissenschaftlichem Hintergrund und unterhaltsam humoristisch auf Fragen rund um einen gesunden Lebensstil ein. Dieses vhsForum führen wir mit freundlicher Unterstützung der Kreissparkasse Wiedenbrück durch.

#### 31000F | Autorenlesung

Schloß Holte-Stukenbrock, Gymnasium, Aula  
Donnerstag, 16.3.23, 19:30-21:00 Uhr  
1 Termin (2 UE)

14,00 €/erm. 7,00 €

max. 300 Teilnehmer:innen

Dr. med. Heinz-Wilhelm Esser

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

## Die 24-Stunden Betreuung

### Inhalt, Status und Perspektiven

Der Vortrag richtet sich an Angehörige von Menschen, die auf eine Betreuung rund um die Uhr angewiesen sind.

**31022F** | Informationsabend  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Raum V (104)  
 Mittwoch, 22.3.23, 19:00-21:15 Uhr  
 1 Termin (3 UE)  
 gebührenfrei  
 max. 22 Teilnehmer:innen  
 Joanna-Maria Landwehr, Fachwirtin im  
 Gesundheits- und Sozialwesen  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**31023F** | Informationsabend  
 Harsewinkel, Gesamtschule, Klassenraum  
 Donnerstag, 23.3.23, 19:00-21:15 Uhr  
 1 Termin (3 UE)  
 gebührenfrei  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Joanna-Maria Landwehr, Fachwirtin im  
 Gesundheits- und Sozialwesen  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Ressourcen + Kraftquellen – Volltanken!

**31020F** | Tagesseminar  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 Samstag, 18.2.23, 9:00-16:00 Uhr  
 1 Termin (8 UE)  
 58,00 €/erm. 30,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Marco Lehmann, B.A. soziale Arbeit, Staatl.  
 geprüfter Kinderpfleger und Erzieher, Fachwirt  
 für den Erziehungsdienst, Entspannungspäda-  
 goge, Trainer PMR  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Autogenes Training

### Autogenes Training

**32003F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 19.1.23, donnerstags  
 11:30-12:30 Uhr  
 8 Termine (10,67 UE)  
 43,00 €/erm. 23,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Linda Menge, Psychologische Beraterin,  
 Coach, Mentaltrainerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32007F** | Vormittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 16.1.23, montags  
 9:00-10:00 Uhr  
 8 Termine (10,67 UE)  
 43,00 €/erm. 23,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Linda Menge, Psychologische Beraterin,  
 Coach, Mentaltrainerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**32011F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 16.2.23, donnerstags  
 19:30-21:00 Uhr  
 8 Termine (16 UE)  
 63,00 €/erm. 33,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Ulrike Schalk, Heilpraktikerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32015F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 14.2.23, dienstags  
 19:30-21:00 Uhr  
 8 Termine (16 UE)  
 63,00 €/erm. 33,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Ulrike Schalk, Heilpraktikerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Progressive Muskelentspannung

### Progressive Muskelentspannung

**NEU! 32019F** | Vormittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 27.1.23, freitags  
11:15-12:15 Uhr  
10 Termine (13,33 UE)  
54,00 €/erm. 29,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loeide,  
Entspannungspädagogin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**NEU! 32021F** | Vormittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 21.4.23, freitags  
11:15-12:15 Uhr  
8 Termine (10,67 UE)  
44,00 €/erm. 24,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loeide,  
Entspannungspädagogin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**32025F** | Abendkurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
ab 27.4.23, donnerstags  
19:30-21:00 Uhr  
5 Termine (10 UE)  
40,00 €/erm. 21,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Ulrike Schalk, Heilpraktikerin  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32029F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 2.5.23, dienstags  
19:30-21:00 Uhr  
5 Termine (10 UE)  
40,00 €/erm. 21,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Ulrike Schalk, Heilpraktikerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Qi Gong

### Qi Gong Yangsheng

**32033F** | Vormittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
ab 30.1.23, montags  
9:00-10:30 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
98,00 €/erm. 50,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Gabriele Hoburg, Qi Gong Übungsleiterin  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32037F** | Abendkurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
ab 30.1.23, montags  
19:15-20:45 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
98,00 €/erm. 50,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Gabriele Hoburg, Qi Gong Übungsleiterin  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32041F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 2.2.23, donnerstags  
19:30-21:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
98,00 €/erm. 50,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Gabriele Hoburg, Qi Gong Übungsleiterin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Qi Gong

### Die Lebensenergie aktivieren!

**32045F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Wilhalm, Saal  
ab 1.2.23, mittwochs  
18:30-19:30 Uhr  
9 Termine (12 UE)  
41,00 €/erm. 22,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Stefanie Richmond, Qi Gong Lehrerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**32047F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Wilhalm, Saal  
 ab 19.4.23, mittwochs  
 18:30-19:30 Uhr  
 10 Termine (13,33 UE)  
 45,00 €/erm. 24,00 €  
 max. 12 Teilnehmer:innen  
 Stefanie Richmond, Qi Gong Lehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### NEU! Wirbelsäulen-Qi Gong

**32051F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Gesamtschule, Forum (131D)  
 ab 2.2.23, donnerstags  
 18:30-19:30 Uhr  
 8 Termine (10,67 UE)  
 37,00 €/erm. 20,00 €  
 max. 12 Teilnehmer:innen  
 Stefanie Richmond, Qi Gong Lehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**32053F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Gesamtschule, Forum (131D)  
 ab 20.4.23, donnerstags  
 18:30-19:30 Uhr  
 7 Termine (9,33 UE)  
 32,00 €/erm. 17,00 €  
 max. 12 Teilnehmer:innen  
 Stefanie Richmond, Qi Gong Lehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### NEU! Qi Gong

**Detox für Körper, Seele und Geist**

**32057F** | Workshop  
 Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG  
 Samstag, 11.3.23, 10:00-13:00 Uhr  
 1 Termin (4 UE)  
 18,00 €/erm. 10,00 €  
 max. 7 Teilnehmer:innen  
 Stefanie Richmond, Qi Gong Lehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Tai Chi

### Tai Chi für Anfänger

**32061F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 30.1.23, montags  
 11:00-12:30 Uhr  
 8 Termine (16 UE)  
 63,00 €/erm. 33,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Detlef Schmitt, Tai Chi Lehrer  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32063F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 17.4.23, montags  
 11:00-12:30 Uhr  
 8 Termine (16 UE)  
 63,00 €/erm. 33,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Detlef Schmitt, Tai Chi Lehrer  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Yoga

### Power Vinyasa Yoga

**32073F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 6.2.23, montags  
 19:00-20:30 Uhr  
 12 Termine (24 UE)  
 95,00 €/erm. 49,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Fiona Junger, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Yin Yoga

**32083F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 31.1.23, dienstags  
 9:00-10:30 Uhr  
 9 Termine (18 UE)  
 72,00 €/erm. 38,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Brigitte Garnschröder, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---



**32085F** | Vormittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
ab 18.4.23, dienstags  
9:00-10:30 Uhr  
9 Termine (18 UE)  
72,00 €/erm. 38,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Brigitte Garnschroder, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Yoga für den Rücken

**32089F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 1.2.23, mittwochs  
18:15-19:45 Uhr  
17 Termine (34 UE)  
133,00 €/keine Ermäßigung  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Gabriele Kiskemper, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Hatha Yoga

**32093F** | Nachmittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
ab 31.1.23, dienstags  
16:00-17:30 Uhr  
14 Termine (28 UE)  
110,00 €/erm. 57,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Marion Szych-Ortjohann, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32097F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 1.2.23, mittwochs  
 19:00-20:30 Uhr  
 14 Termine (28 UE)  
 110,00 €/erm. 57,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Marion Szych-Ortjohann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32111F** | Nachmittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 30.1.23, montags  
 16:15-17:30 Uhr  
 15 Termine (25 UE)  
 98,00 €/erm. 51,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Irene Biermann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32115F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 30.1.23, montags  
 17:45-19:00 Uhr  
 15 Termine (25 UE)  
 98,00 €/erm. 51,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Irene Biermann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32119F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 31.1.23, dienstags  
 10:45-12:00 Uhr  
 17 Termine (28,33 UE)  
 111,00 €/erm. 57,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Irene Biermann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32123F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 3.2.23, freitags  
 9:00-10:15 Uhr  
 17 Termine (28,33 UE)  
 111,00 €/erm. 57,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Irene Biermann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32127F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 3.2.23, freitags  
 10:30-11:45 Uhr  
 17 Termine (28,33 UE)  
 111,00 €/erm. 57,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Irene Biermann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32131F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 1.2.23, mittwochs  
 20:00-21:30 Uhr  
 17 Termine (34 UE)  
 133,00 €/keine Ermäßigung  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Gabriele Kiskemper, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**32135F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 2.2.23, donnerstags  
 17:45-19:15 Uhr  
 14 Termine (28 UE)  
 110,00 €/erm. 57,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Gabriele Kiskemper, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Hatha Yoga nach Yesudian

**32143F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden,  
 ab 31.1.23, dienstags  
 19:00-20:30 Uhr  
 9 Termine (18 UE)  
 63,00 €/erm. 33,00 €  
 max. 9 Teilnehmer:innen  
 Veronika Bußmann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**32145F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG  
ab 18.4.23, dienstags  
19:00-20:30 Uhr  
9 Termine (18 UE)  
63,00 €/erm. 33,00 €  
max. 9 Teilnehmer:innen  
Veronika Bußmann, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**32155F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG  
ab 2.2.23, donnerstags  
18:00-19:30 Uhr  
8 Termine (16 UE)  
64,00 €/erm. 34,00 €  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Veronika Bußmann, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**32157F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG  
ab 20.4.23, donnerstags  
18:00-19:30 Uhr  
7 Termine (14 UE)  
57,00 €/erm. 30,00 €  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Veronika Bußmann, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**32161F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG  
ab 2.2.23, donnerstags  
19:45-21:00 Uhr  
8 Termine (13,33 UE)  
54,00 €/erm. 29,00 €  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Veronika Bußmann, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**32163F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG  
ab 20.4.23, donnerstags  
19:45-21:00 Uhr  
7 Termine (11,67 UE)  
48,00 €/erm. 26,00 €  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Veronika Bußmann, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## **FRAUEN Vital-Hormon-Yoga**

**32167F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG  
ab 30.1.23, montags  
18:00-19:30 Uhr  
8 Termine (16 UE)  
64,00 €/erm. 34,00 €  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Veronika Bußmann, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**32169F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG  
ab 17.4.23, montags  
18:00-19:30 Uhr  
8 Termine (16 UE)  
64,00 €/erm. 34,00 €  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Veronika Bußmann, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## **Entspannung für die Seele**

**32183F** | Wochenendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
Samstag, 25.3.23, 10:00-14:00 Uhr  
1 Termin (5,33 UE)  
24,00 €/erm. 14,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loheide,  
Entspannungspädagogin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## **Mit Yoga das Immunsystem stärken**

**32187F** | Workshop  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
Samstag, 4.2.23, 10:00-14:00 Uhr  
1 Termin (5,33 UE)  
24,00 €/erm. 14,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Kathy Schomann, Yogalehrerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Yoga für einen gesunden Rücken

**32189F** | Workshop  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 Samstag, 25.2.23, 10:00-14:00 Uhr  
 1 Termin (5,33 UE)  
 24,00 €/erm. 14,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Kathy Schomann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Frühlingsdetox mit Kundalini-Yoga

**32191F** | Workshop  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 Samstag, 11.3.23, 10:00-14:00 Uhr  
 1 Termin (5,33 UE)  
 24,00 €/erm. 14,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Kathy Schomann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Das Nervensystem mit Yoga stärken

**32193F** | Workshop  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 Samstag, 18.3.23, 10:00-14:00 Uhr  
 1 Termin (5,33 UE)  
 24,00 €/erm. 14,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Kathy Schomann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### FRAUEN Mit Hormon-Yoga zur erfüllten Weiblichkeit

**32195F** | Workshop  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 Samstag, 6.5.23, 10:00-14:00 Uhr  
 1 Termin (5,33 UE)  
 24,00 €/erm. 14,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Kathy Schomann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Flow Yoga und Relax Yoga

**32197F** | Workshop  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 Samstag, 13.5.23, 10:00-14:00 Uhr  
 1 Termin (5,33 UE)  
 24,00 €/erm. 14,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Kathy Schomann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Glow with the flow

Fließende Bewegungen für Körper und Geist

**32199F** | Workshop  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 Samstag, 3.6.23, 10:00-14:00 Uhr  
 1 Termin (5,33 UE)  
 24,00 €/erm. 14,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Kathy Schomann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Relax Yoga

**32201F** | Workshop  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 Samstag, 10.6.23, 10:00-14:00 Uhr  
 1 Termin (5,33 UE)  
 24,00 €/erm. 14,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Kathy Schomann, Yogalehrerin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

Abonnieren Sie  
 unseren E-Mail-News-  
 letter unter  
[www.vhs-vhs.de/  
 newsletter](http://www.vhs-vhs.de/newsletter)

## Klang

### **NEU! Klangschalen und ihre Wirkung**

**Schwingungen spüren und entspannen**

**32221F** | Workshop

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum

Samstag, 11.2.23, 10:00-14:00 Uhr

1 Termin (5,33 UE)

23,00 €/erm. 14,00 €

max. 8 Teilnehmer:innen

Jutta Reckord, Klangmassagepraktikerin

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**32223F** | Workshop

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum

Samstag, 22.4.23, 10:00-14:00 Uhr

1 Termin (5,33 UE)

23,00 €/erm. 14,00 €

max. 8 Teilnehmer:innen

Jutta Reckord, Klangmassagepraktikerin

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### **NEU! Klangreisen**

**32225F** | Nachmittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)

ab 27.1.23, freitags

15:30-16:30 Uhr

5 Termine (6,67 UE)

32,00 €/erm. 19,00 €

max. 8 Teilnehmer:innen

Angela Weber, Klangmassagepraktikerin

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---



© Jutta Reckord

## Gymnastik | Fitness

### NEU! Gymnastik für Ältere

**33002F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 2.2.23, donnerstags  
 10:15-11:15 Uhr  
 14 Termine (18,67 UE)  
 63,00 €/erm. 33,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Katharina Günter, Übungsleiterin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Fitness am Vormittag

**33004F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 1.2.23, mittwochs  
 10:00-11:00 Uhr  
 18 Termine (24 UE)  
 80,00 €/erm. 43,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Katharina Günter, Übungsleiterin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Move Mix

**33011F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Michaelschule,  
 Turnhalle  
 ab 30.1.23, montags  
 19:00-20:00 Uhr  
 10 Termine (13,33 UE)  
 39,00 €/erm. 21,00 €  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Ines Busch, Übungsleiterin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Fitness-Mix

**33014F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Kath. Grundschule  
 Stukenbrock, Turnhalle  
 ab 7.3.23, dienstags  
 20:15-21:00 Uhr  
 11 Termine (11 UE)  
 30,00 €/erm. 17,00 €  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Heide Oesterwinter-Suckow, Übungsleiterin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Skigymnastik und mehr

**33017F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 31.1.23, dienstags  
 19:00-20:00 Uhr  
 15 Termine (20 UE)  
 67,00 €/erm. 35,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Jarmila Lomb, Pilates-Trainerin,  
 Übungsleiterin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## 50+ Gymnastik bei Osteoporose, Arthrose und anderen Gelenkerkrankungen

**33027F** | Vormittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 1.2.23, mittwochs  
 9:30-10:45 Uhr  
 10 Termine (16,67 UE)  
 57,00 €/erm. 30,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Manuela Gärtner,  
 Übungsleiterin Sport in der Rehabilitation  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**33031F** | Vormittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 1.2.23, mittwochs  
 10:45-12:00 Uhr  
 10 Termine (16,67 UE)  
 57,00 €/erm. 30,00 €  
 max. 9 Teilnehmer:innen  
 Manuela Gärtner,  
 Übungsleiterin Sport in der Rehabilitation  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## **NEU! Stretching am Vormittag**

**33059F** | Vormittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 30.1.23, montags  
10:30-11:30 Uhr  
14 Termine (18,67 UE)  
63,00 €/erm. 34,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Ute Borchardt, Gymnastiklehrerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## **Gymnastik am Vormittag**

**Dehnen, Stretchen, Faszientraining**

**33055F** | Vormittagskurs  
Harsewinkel, DRK Ortsverein, Gymnastikraum  
ab 12.1.23, donnerstags  
10:30-11:30 Uhr  
11 Termine (14,67 UE)  
46,00 €/erm. 25,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Elke Hagemeyer, Motopädagogin,  
Entspannungspädagogin, Übungsleiterin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**33057F** | Vormittagskurs  
Harsewinkel, DRK Ortsverein, Gymnastikraum  
ab 20.4.23, donnerstags  
10:30-11:30 Uhr  
7 Termine (9,33 UE)  
31,00 €/erm. 17,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Elke Hagemeyer, Motopädagogin,  
Entspannungspädagogin, Übungsleiterin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## **Gesunder Rücken – entspannte Nerven**

**33063F** | Vormittagskurs  
Harsewinkel, DRK Ortsverein, Gymnastikraum  
ab 12.1.23, donnerstags  
9:00-10:30 Uhr  
11 Termine (22 UE)  
67,00 €/erm. 35,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Elke Hagemeyer, Motopädagogin,  
Entspannungspädagogin, Übungsleiterin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**33065F** | Vormittagskurs  
Harsewinkel, DRK Ortsverein, Gymnastikraum  
ab 20.4.23, donnerstags  
9:00-10:30 Uhr  
7 Termine (14 UE)  
44,00 €/erm. 24,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Elke Hagemeyer, Motopädagogin,  
Entspannungspädagogin, Übungsleiterin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## **FRAUEN Der Beckenboden – Kennenlernen meiner inneren Mitte**

**NEU! 33067F** | Wochenendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
Samstag, 11.2.23, 10:00-14:00 Uhr  
1 Termin (5,33 UE)  
24,00 €/erm. 14,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loheide,  
Übungsleiterin Prävention und Rehabilitation  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## **Pilates**

**33085F** | Nachmittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 30.1.23, montags  
16:30-17:30 Uhr  
8 Termine (10,67 UE)  
38,00 €/erm. 21,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Vivien Richter, Pilates Trainerin,  
Barre Trainerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**33086F** | Nachmittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 17.4.23, montags  
16:30-17:30 Uhr  
8 Termine (10,67 UE)  
38,00 €/erm. 21,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Vivien Richter, Pilates Trainerin,  
Barre Trainerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---



© vhs vhs

### Pilates für Fortgeschrittene

**33097F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 31.1.23, dienstags  
 18:00-19:00 Uhr  
 15 Termine (20 UE)  
 67,00 €/erm. 35,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Jarmila Lomb, Pilates-Trainerin,  
 Übungsleiterin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

### FRAUEN Bauch, Beine, Po

**33117F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 9.2.23, donnerstags  
 18:00-19:00 Uhr  
 10 Termine (13,33 UE)  
 46,00 €/erm. 25,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Ines Busch, Übungsleiterin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

**33123F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Kardinal-von-Galen Schule,  
 Turnhalle  
 ab 1.2.23, mittwochs  
 18:00-19:00 Uhr  
 19 Termine (25,33 UE)  
 60,00 €/erm. 32,00 €  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Lucia Kuberek, Übungsleiterin  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

**33007F** | Vormittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 31.1.23, dienstags  
 10:00-11:00 Uhr  
 10 Termine (13,33 UE)  
 46,00 €/erm. 25,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Ines Busch, Übungsleiterin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**33127F** | Vormittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 12.1.23, donnerstags  
9:15-10:15 Uhr  
10 Termine (13,33 UE)  
46,00 €/erm. 25,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loheide,  
Übungsleiterin Prävention und Rehabilitation  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**33129F** | Vormittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 20.4.23, donnerstags  
9:15-10:15 Uhr  
7 Termine (9,33 UE)  
33,00 €/erm. 18,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loheide,  
Übungsleiterin Prävention und Rehabilitation  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**33133F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Kath. Grundschule  
Stukenbrock, Turnhalle  
ab 23.2.23, donnerstags  
20:00-21:00 Uhr  
12 Termine (16 UE)  
40,00 €/erm. 22,00 €  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Heide Oesterwinter-Suckow, Übungsleiterin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**33137F** | Nachmittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 31.1.23, dienstags  
16:45-17:45 Uhr  
18 Termine (24 UE)  
80,00 €/erm. 42,00 €  
max. 11 Teilnehmer:innen  
Estera Witte, Fitness-Trainerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**33141F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Pollhansschule,  
Turnhalle  
ab 31.1.23, dienstags  
20:15-21:15 Uhr  
18 Termine (24 UE)  
51,00 €/erm. 27,00 €  
max. 23 Teilnehmer:innen  
Estera Witte, Fitness-Trainerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Body-Fit

**33153F** | Abendkurs  
Verl, Sporthalle, Gymnastik/Ballettraum  
ab 31.1.23, dienstags  
18:00-19:00 Uhr  
14 Termine (18,67 UE)  
45,00 €/erm. 24,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Marion Szych-Ortjohann, Physiotherapeutin  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## 60+ Body Fit SPEZIAL für Ältere

**33165F** | Vormittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 12.1.23, donnerstags  
10:30-12:00 Uhr  
10 Termine (20 UE)  
67,00 €/erm. 35,00 €  
max. 9 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loheide,  
Übungsleiterin Prävention und Rehabilitation  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**33167F** | Vormittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
ab 20.4.23, donnerstags  
10:30-12:00 Uhr  
7 Termine (14 UE)  
48,00 €/erm. 26,00 €  
max. 8 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loheide,  
Übungsleiterin Prävention und Rehabilitation  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**33171F** | Vormittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 13.1.23, freitags  
 9:30-11:00 Uhr  
 11 Termine (22 UE)  
 74,00 €/erm. 39,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Petra Große-Loheide, Übungsleiterin  
 Prävention und Rehabilitation  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**33173F** | Vormittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 21.4.23, freitags  
 9:30-11:00 Uhr  
 8 Termine (16 UE)  
 55,00 €/erm. 29,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Petra Große-Loheide, Übungsleiterin  
 Prävention und Rehabilitation  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### Piloxing®

Ein trendiger Mix aus Pilates, Boxen und Tanz

**33197F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 25.1.23, mittwochs  
 17:45-18:45 Uhr  
 10 Termine (13,33 UE)  
 47,00 €/erm. 25,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Laura Ponta, Piloxing® Instructor  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

**33199F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 19.4.23, mittwochs  
 17:45-18:45 Uhr  
 10 Termine (13,33 UE)  
 47,00 €/erm. 25,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Laura Ponta, Piloxing® Instructor  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

**33203F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 27.1.23, freitags  
 17:30-18:30 Uhr  
 10 Termine (13,33 UE)  
 47,00 €/erm. 25,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Laura Ponta, Piloxing® Instructor  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**33205F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 21.4.23, freitags  
 17:30-18:30 Uhr  
 7 Termine (9,33 UE)  
 34,00 €/erm. 19,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Laura Ponta, Piloxing® Instructor  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### Barre Workout

**33215F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 30.1.23, montags  
 17:45-18:45 Uhr  
 8 Termine (10,67 UE)  
 38,00 €/erm. 21,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Vivien Richter, Barre Trainerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**33216F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 17.4.23, montags  
 17:45-18:45 Uhr  
 8 Termine (10,67 UE)  
 38,00 €/erm. 21,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Vivien Richter, Barre Trainerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0



**33219F** | Nachmittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 1.2.23, mittwochs  
 17:00-18:00 Uhr  
 8 Termine (10,67 UE)  
 38,00 €/erm. 21,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Vivien Richter, Barre Trainerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**33220F** | Nachmittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
 ab 19.4.23, mittwochs  
 17:00-18:00 Uhr  
 8 Termine (10,67 UE)  
 38,00 €/erm. 21,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Vivien Richter, Barre Trainerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

## Salsation®

**33223F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Gesamtschule, Gymnastikhalle  
 in Dreifachturnhalle  
 ab 24.2.23, freitags  
 19:30-20:30 Uhr  
 14 Termine (18,67 UE)  
 58,00 €/erm. 32,00 €  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Sylvia Mattes, Salsation® Basic Instructor,  
 Joelle Bremehr, Salsation® Basic Instructor  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

## Zumba®-Fitness

**33227F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
 ab 9.2.23, donnerstags  
 9:00-10:00 Uhr  
 12 Termine (16 UE)  
 63,00 €/erm. 33,00 €  
 max. 8 Teilnehmer:innen  
 Elena Butov, Zumba®-Fitness Instructor  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

## Dance-Fitness

**33233F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Pollhansschule,  
 Turnhalle  
 ab 31.1.23, dienstags  
 19:00-20:00 Uhr  
 16 Termine (21,33 UE)  
 65,00 €/erm. 34,00 €  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Jolanta Lukasiewicz,  
 Salsation® Basic Trainerin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Tanz

### FRAUEN World Dances: Oriental and Latino Dance Basics

**34003F** | Abendkurs  
 Verl, Kita Abenteuerland Sende-Brisse,  
 Turnhalle  
 ab 30.1.23, montags  
 19:30-20:45 Uhr  
 8 Termine (13,33 UE)  
 51,00 €/erm. 27,00 €  
 max. 15 Teilnehmer:innen  
 Vera Rietzsch, Tänzerin, Dipl.-Pädagogin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**34005F** | Abendkurs  
 Verl, Kita Abenteuerland Sende-Brisse,  
 Turnhalle  
 ab 17.4.23, montags  
 19:30-20:45 Uhr  
 7 Termine (11,67 UE)  
 46,00 €/erm. 25,00 €  
 max. 15 Teilnehmer:innen  
 Vera Rietzsch, Tänzerin, Tanzpädagogin  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Line Dance für Anfänger

**34009F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Kath. Grundschule  
 Stukenbrock, Sporthalle  
 ab 30.1.23, montags  
 18:00-19:00 Uhr  
 14 Termine (18,67 UE)  
 51,00 €/erm. 28,00 €  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Anja Weidemann, Line Dance Leiterin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Line Dance für Fortgeschrittene

**34013F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Kath. Grundschule  
 Stukenbrock, Sporthalle  
 ab 30.1.23, montags  
 19:00-20:00 Uhr  
 14 Termine (18,67 UE)  
 51,00 €/erm. 28,00 €  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Anja Weidemann, Line Dance Leiterin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## 50+ Seniorentanz

### Bleib fit – tanz mit

Die Veranstaltung führen wir in Zusammen-  
 arbeit mit der Katholischen Kirchengemeinde  
 durch.

**34023F** | Vormittagskurs  
 Verl, Kath. Kirchengemeinde  
 St. Anna Pfarrzentrum  
 ab 30.1.23, montags  
 10:00-11:30 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 61,00 €/keine Ermäßigung  
 max. 20 Teilnehmer:innen  
 Irene Biermann, Übungsleiterin Seniorentanz  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---



## Bewegung | Sport

### Nordic Walking

**35004F** | Vormittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock,  
Treffpunkt: vhs (Ursulaschule), Schulhof  
ab 16.1.23, montags  
9:00-10:15 Uhr  
10 Termine (16,67 UE)  
56,00 €/erm. 29,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Petra Große-Loheide,  
Übungsleiterin Prävention und Rehabilitation  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Fachkraft Psychomotorik

**Berufsbegleitender Zertifikatslehrgang  
in Zusammenarbeit mit vhsConcept**

In diesem berufsbegleitenden Lehrgang erhalten Mitarbeiter:innen aus pädagogischen, sozialpädagogischen oder therapeutischen Bereichen eine ergänzende fachliche Qualifikation im Bereich Psychomotorik.

#### **59001H** | Lehrgang

Verl. St.-Georg-Schule Grundschule  
Sürenheide, Turnhalle, Klassenraum  
Lehrgangsbeginn am Samstag, 16.09.23  
Lehrgangsende am Samstag, 24.08.24  
21 Termine (190 UE)  
1.550,00 €/keine Ermäßigung  
(inkl. Prüfungsgebühr)  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Lehrgangsführer: Jörn Kentzler,  
Dipl. Sportlehrer, Psychomotoriker

---

**59003F** | Informationsabend  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
Montag, 12.6.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Jörn Kentzler, Dipl. Sportlehrer,  
Psychomotoriker  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**59005H** | Informationsabend  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Mittwoch, 23.8.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Jörn Kentzler,  
Dipl. Sportlehrer, Psychomotoriker  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Psychologie | Persönlichkeit

### Mobbing und Konflikte stoppen – eine praktische Hilfe

**36001F** | Workshop  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum V (104)  
Mittwoch, 8.3.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Marcel Frers, Wirtschaftspsychologe (M.Sc),  
Trainer für soziale und emotionale  
Kompetenzen  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### Achtsamkeit und Gesundheit?

Den Vortrag bieten wir in Zusammenarbeit mit der Stadt Verl an.

**36002F** | Vortrag  
Verl, Gymnasium, Multifunktionsraum  
Mittwoch, 15.2.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
Claus-Peter Ullitzner, Diplom Psychologe,  
Unternehmensberater  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

### Resilienz – die Kunst der inneren Widerstandskraft

**36009F** | Workshop  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
Samstag, 25.2.23, 10:00-13:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
22,00 €/erm. 12,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Linda Menge, Psychologische Beraterin,  
Coach, Mentaltrainerin  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

**36011F** | Workshop  
Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden,  
1. OG  
Samstag, 29.4.23, 10:00-13:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
22,00 €/erm. 12,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Linda Menge, Psychologische Beraterin,  
Coach, Mentaltrainerin  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

**36013F** | Workshop  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
Samstag, 22.4.23, 10:00-13:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)  
22,00 €/erm. 12,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Linda Menge, Psychologische Beraterin,  
Coach, Mentaltrainerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0



© Claus-Peter Ullitzner

## Achtsam sein im Alltag

Bei Stress und Hektik das Bewusstsein für die Selbstfürsorge behalten

**36023F** | Workshop

Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG

Samstag, 22.4.23, 10:00-13:15 Uhr

1 Termin (4 UE)

23,00 €/erm. 13,00 €

max. 8 Teilnehmer:innen

Julia Goldbecker, Achtsamkeitstrainerin, Trainerin Stressmanagement, Meditationslehrerin

Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Achtsame Eltern

Einführung und Inspiration für mehr Achtsamkeit und Ausgeglichenheit im Erziehungsalltag

**36027F** | Workshop

Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG

Samstag, 18.3.23, 10:00-13:15 Uhr

1 Termin (4 UE)

23,00 €/erm. 13,00 €

max. 8 Teilnehmer:innen

Julia Goldbecker, Achtsamkeitstrainerin, Trainerin Stressmanagement, Meditationslehrerin

Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Die Kunst des Fragenstellens

**36035F** | Interaktiver Online-Vortrag

Montag, 20.3.23, 18:00-19:30 Uhr

1 Termin (2 UE)

10,00 €/erm. 6,00 €

max. 12 Teilnehmer:innen

Carina Münsterkötter, Betriebswirtin B.A., Wirtschaftspsychologin M.Sc., Personalentwicklerin (IHK)

Anmeldung: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)

---

## Glück und ein erfülltes Leben

**36037H** | Interaktiver Online-Vortrag

Montag, 23.1.23, 19:00-20:30 Uhr

1 Termin (2 UE)

6,00 €/erm. 3,00 €

max. 20 Teilnehmer:innen

Evelyne Müller, Psychologin, Coach, Lebensberaterin

---

## Glücklich, zufrieden und erfolgreich leben durch ein starkes Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen

**36043F** | Workshop

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Seminarraum

Samstag, 11.2.23, 9:30-12:45 Uhr

1 Termin (4 UE)

29,00 €/erm. 19,00 €

max. 8 Teilnehmer:innen

Anna Dobbe, Personal und Business Coach

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---



## Umgang mit Energievampiren

Ein Weg zum Umgang mit anstrengenden Mitmenschen

**36047F** | Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum V (104)

Samstag, 11.3.23, 9:30-12:45 Uhr

1 Termin (4 UE)

29,00 €/erm. 19,00 €

max. 10 Teilnehmer:innen

Anna Dobbe, Personal und Business Coach

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## In der Sprache liegt die Kraft

Mit bewusster Sprache einfach mehr erreichen

**36061F** | Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum V (104)

Freitag, 10.3.23, 18:00-21:00 Uhr

1 Termin (4 UE)

23,00 €/erm. 13,00 €

max. 10 Teilnehmer:innen

Ulrike Schalk,

Lingva Eterna Dozentin und Coach

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## JUNGE VHS Prüfungsangst vermeiden – was können Schüler:innen tun, damit die Aufregung nicht in Prüfungsstress und Prüfungsangst umschlägt?

**Ab 14 Jahren**

Die vhs ist Leistungsanbieterin nach dem Bildungs- und Teilhabepaket. Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus Familien mit geringem Einkommen können ihre Bildungskarte des Kreises Gütersloh für diese Veranstaltung einsetzen.

**36064F** | Ferienworkshop

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Seminarraum

Dienstag, 11.4.23, 10:00-12:15 Uhr

1 Termin (3 UE)

20,00 €/keine Ermäßigung

Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen

Linda Menge, Psychologische Beraterin,

Coach, Mentaltrainerin

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**36066F** | Ferienworkshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Kreativraum (212)

Donnerstag, 13.4.23, 10:00-12:15 Uhr

1 Termin (3 UE)

20,00 €/keine Ermäßigung

Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen

Linda Menge, Psychologische Beraterin,

Coach, Mentaltrainerin

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

Ausführliche  
Informationen zu  
Ihrer Veranstaltung  
und vieles mehr  
finden Sie auf  
[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)





## Essen & Trinken

### Essbare Wildpflanzen

Erkennen – Ernten – Essen

In dem Kurs wird nicht gekocht.

**38000F** | Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Donnerstag, 27.4.23, 18:00-21:15 Uhr

1 Termin (4 UE)

23,00 €/erm. 15,00 €

max. 10 Teilnehmer:innen

Roswitha Gebauer,

Fachberaterin Essbare Wildpflanzen

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Vegane Superfoods

**38037H** | Kochkurs

Harsewinkel, Gesamtschule, Küche  
(Untergeschoss), Eingang N8

Donnerstag, 26.1.23, 18:00-21:45 Uhr

1 Termin (5 UE)

32,00 €/erm. 25,00 €

max. 10 Teilnehmer:innen

Ulrike Sprick

Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### Kochen für Paare

**38026H** | Kochkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Küche

Freitag, 27.1.23, 18:00-21:45 Uhr

1 Termin (5 UE)

27,00 €/erm. 13,00 €

max. 8 Teilnehmer:innen

Gabriele Konrad

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Die Gourmet-Wildkräuterküche

**38038F** | Kochkurs

Harsewinkel, Gesamtschule, Küche  
(Untergeschoss), Eingang N8

Donnerstag, 4.5.23, 18:00-21:45 Uhr

1 Termin (5 UE)

32,00 €/erm. 25,00 €

max. 10 Teilnehmer:innen

Ulrike Sprick

Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### Köstliches für die Grillparty

**38030F** | Kochkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
 Am Hallenbad, Küche  
 Freitag, 2.6.23, 18:00-21:45 Uhr  
 1 Termin (5 UE)  
 28,00 €/erm. 21,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Gabriele Konrad  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Leichte Sommerküche

**NEU! 38039F** | Kochkurs  
 Harsewinkel, Gesamtschule, Küche  
 (Untergeschoss), Eingang N8  
 Donnerstag, 15.6.23, 18:00-21:45 Uhr  
 1 Termin (5 UE)  
 32,00 €/erm. 25,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Ulrike Sprick  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### Internationale Küche

#### Türkische Gerichte ohne Fleisch

**38020F** | Kochkurs  
 Harsewinkel, Gesamtschule, Küche  
 (Untergeschoss), Eingang N8  
 Montag, 13.2.23, 18:00-21:45 Uhr  
 1 Termin (5 UE)  
 33,00 €/erm. 19,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Figen Altunbüken  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

#### Persische Küche

**38005F** | Kochkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
 Am Hallenbad, Küche  
 Dienstag, 21.2.23, 18:00-21:45 Uhr  
 1 Termin (5 UE)  
 31,00 €/erm. 24,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Mehri Goodarzani  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

#### Ayurvedische Küche

**38006F** | Kochkurs  
 Verl, Gesamtschule, Küche  
 Dienstag, 14.3.23, 18:00-21:45 Uhr  
 1 Termin (5 UE)  
 32,00 €/erm. 25,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Mehri Goodarzani  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

#### Türkische Gerichte für ein offenes Buffet

**38021F** | Kochkurs  
 Harsewinkel, Gesamtschule, Küche  
 (Untergeschoss), Eingang N8  
 Mittwoch, 22.3.23, 18:00-21:45 Uhr  
 1 Termin (5 UE)  
 33,00 €/erm. 26,00 €  
 max. 10 Teilnehmer:innen  
 Figen Altunbüken  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**Hinweis:**  
 Um eine Anmeldung zu  
 Kochkursen bitten wir  
 bis eine Woche vor  
 Kursbeginn.



### Chinesisch vegetarisch

**38028F** | Kochkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Küche  
Dienstag, 18.4.23, 18:00-21:45 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
28,00 €/erm. 14,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Gabriele Konrad  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Orientalische vegane Küche

**38007F** | Kochkurs  
Verl, Schloß Holte-Stukenbrock,  
Gesamtschule, Am Hallenbad, Küche  
Montag, 8.5.23, 18:00-21:45 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
31,00 €/erm. 24,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Mehri Goodarzani  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Indische Küche mit edlen Gewürzen

**38029F** | Kochkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Küche  
Mittwoch, 3.5.23, 18:00-21:45 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
28,00 €/erm. 21,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Gabriele Konrad  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Türkisch Kochen mit Lamm

**38022F** | Kochkurs  
Harsewinkel, Gesamtschule, Küche  
(Untergeschoss), Eingang N8  
Montag, 15.5.23, 18:00-21:45 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
33,00 €/erm. 19,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Figen Altunbüken  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## La Cucina della Nonna

**44027F** | Kochkurs auf Italienisch  
(auch für Anfänger)  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Küche  
02.05.2023 und 09.05.2023  
2 Termine (8 UE)  
44,00 €/erm. 31,00 €  
min. 6 Teilnehmer:innen  
Iolanda Palmieri, Rosalba Caputo Pieper  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Desserts

### Macarons – kleines Gebäck für große Genießer

**38012H** | Kochkurs  
Verl, Gesamtschule, Küche  
Mittwoch, 18.1.23, 17:45-21:30 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
31,00 €/erm. 25,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Dirk Gerdau, Koch und Konditormeister  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Pralinen, Trüffel & Co. zum Osterfest

**38013F** | Kochkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Küche  
Mittwoch, 29.3.23, 17:45-21:45 Uhr  
1 Termin (5,33 UE)  
34,00 €/erm. 27,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Dirk Gerdau, Koch und Konditormeister  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Waffeln, Crêpes und Pfannkuchen – wer kann da widerstehen?

**38014F** | Kochkurs  
Verl, Gesamtschule, Küche  
Samstag, 29.4.23, 11:00-15:00 Uhr  
1 Termin (5,33 UE)  
33,00 €/erm. 18,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Dirk Gerdau, Koch und Konditormeister  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Pralinen & Trüffel zum Muttertag

**38015F** | Kochkurs  
Verl, Gesamtschule, Küche  
Mittwoch, 10.5.23, 17:45-21:45 Uhr  
1 Termin (5,33 UE)  
34,00 €/erm. 27,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Dirk Gerdau, Koch und Konditormeister  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Kreative Cupcakes – Kleine Kuchen ganz groß!

**38016F** | Kochkurs  
Verl, Gesamtschule, Küche  
Mittwoch, 7.6.23, 17:45-21:30 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
31,00 €/erm. 17,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Dirk Gerdau, Koch und Konditormeister  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Trinkgenuss

### Wein schmecken, Wein beurteilen

**38103F** | Abendkurs  
Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
ab 9.1.23, montags  
19:30-21:45 Uhr  
14 Termine (48 UE)  
100,00 €/erm. 50,00 €  
max. 16 Teilnehmer:innen  
Heinz Kummernuß  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

**Hinweis:**  
Um eine Anmeldung zu  
Kochkursen bitten wir  
bis eine Woche vor  
Kursbeginn.

# Sprachen

Deutsch als Fremdsprache

Englisch | Französisch

Spanisch | Italienisch

Portugiesisch | Russisch

Flämisch/Niederländisch



**Ihre Fachbereichsleitung:**  
**Anke Priepke**  
**Tel.: 05207/9174-23**  
**[anke.priepke@gt-net.de](mailto:anke.priepke@gt-net.de)**



## Integrations- und Berufssprachkurse

### Integrationskurs

Das Lernziel des **Integrationskurses ist das Sprachniveau B1**. Am Ende der 700 Unterrichtseinheiten (UE) im Integrations- bzw. 1000 UE im Alphabetisierungskurs steht der **„Deutsch-Test für Zuwanderer“**. Diese Prüfung kann mit dem Sprachniveau A2 oder B1 bestanden werden. Neben dem reinen Spracherwerb beinhalten die Integrations- und Alphabetisierungskurse auch Wissen zur deutschen Gesellschaft und Geschichte. Hier findet ebenfalls eine Lernkontrolle, der **„Test Leben in Deutschland“** statt.

### Berufssprachkurse

Nach dem Integrationskurs bzw. Alphabetisierungskurs beginnt die zweite Phase des Sprachlernens für die Teilnehmenden. Das BSK-Programm besteht aus 500 Unterrichtsstunden und einer Zertifikatsprüfung. Die Berechtigungen für die Teilnahme an berufsbezogenen Sprachkursen erhalten die Interessenten von drei Behörden: Jobcenter, Arbeitsagentur für Arbeit und BAMF. In unserer vhs-Beratung vor Ort erfahren die Interessenten, welche Behörde für ihren Antrag zuständig ist. Weitere Details sind unter **www.bamf.de** zu finden.

### Beratung

#### Die vier Schritte zu Ihrem Deutschkurs

##### 1 Persönliche Beratung

Damit Sie den für Sie passenden Kurs finden und sich über die Kursgebühren informieren können, bieten wir Ihnen in Verl, Harsewinkel und Schloß Holte-Stukenbrock eine persönliche und individuelle Beratung an. Folgende Unterlagen werden hierfür benötigt:

- Pass/Personalausweis bzw. eine Kopie Ihres Passes/Personalausweises.

- der Schein zur „Bestätigung über die Berechtigung zur Teilnahme am Integrationskurs“ („Berechtigungsschein“). Erhältlich ist dieser Schein bei der Ausländerbehörde, wenn Sie kein EU-Bürger sind. Interessenten aus EU-Staaten können ihn über uns beantragen. Durch den „Berechtigungsschein“ verringern sich die Kosten für den Kurs.
- falls vorhanden: der SGB-II-Nachweis und/oder eine Wohngeldbescheinigung sowie sonstige Nachweise.

Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Beratungstermin unter 05207/9174-0. Die Beratung findet an folgenden Orten statt:

### Verl

**mittwochs 14:00 – 17:00 Uhr**

vhs, Bahnhofstr. 11a

Tel.: 05246/5030-240

**Ihre Beraterin: Marion Nacke**



### Harsewinkel

**dienstags, 14:00-16:00 Uhr**

**freitags, 09:00-12:00 Uhr**

Rathaus Harsewinkel,

Münsterstr. 14, R 159

Tel.: 05247/935-147

**Ihre Beraterin: Anna Böhner**



### Schloß Holte-Stukenbrock

**mittwochs, 10:00-12:00 Uhr**

**donnerstags, 14:00-17:00 Uhr**

vhs (Ursulaschule),

Kirchstraße 2

Tel.: 05207/9174-17

**Ihre Beraterin-**

**nen: Annette**

**Klos-Stuedel und**

**Anna Böhner**



Während der Beratung erhalten Sie von uns einen Termin für den Einstufungstest. Über die Beratungstermine in den Schulferien informieren Sie sich bitte im Internet.

## 2 Einstufungstest

Im zweiten Schritt absolvieren Sie bei uns den vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) vorgegebenen Einstufungstest. Danach legen wir den für Sie passenden Kurs und das passende Modul fest.

## 3 Anmeldung

Wenn alle Formalitäten erfüllt sind, melden wir Sie zu einem unserer vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderten Kurse an. Wenn Sie Selbstzahler sind, ist die Anmeldung formlos möglich. Voraussetzung hierfür ist, dass in dem gewünschten Kurs Plätze frei sind.

## 4 Kursbesuch

Im letzten Schritt besuchen Sie Ihren Sprach- und Integrationskurs. Viel Erfolg!



## Prüfungen & Tests

### Zertifikat A2|B1

#### Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

Nach 600 Unterrichtseinheiten bzw. nach dem 6. Modul erfolgt die vom BAMF verbindlich vorgeschriebene Abschlussprüfung. Geprüft wird die Sprachkompetenz auf den Niveaustufen A2 und B1. Der Test besteht aus einem schriftlichen Teil (Hörverständnis, Leseverständnis, schriftlicher Ausdruck) sowie einer mündlichen Paarprüfung.

Mit dem Bestehen der Prüfung auf dem Niveau B1 sind die Sprachkenntnisse ausreichend für eine Einbürgerung nachgewiesen. Für den DTZ ist eine persönliche Anmeldung erforderlich. Bringen Sie bitte Ihren Pass/ Personalausweis (ggf. auch als Kopie) sowie die Nachweise der von Ihnen besuchten Sprachkurse und Prüfungen mit.

### Zertifikat Deutsch-Test für den Beruf (DTB)

Nach dem Deutschsprachkurs findet die Prüfung telc Deutsch-Test für den Beruf (DTB) statt. Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen Teil (Hörverstehen, Leseverstehen, Wortschatz & Grammatik, schriftlicher Ausdruck) und einer mündlichen Paarprüfung. Das Zertifikat bescheinigt den Absolventen fortgeschrittene Sprachkenntnisse auf dem Niveau B2.

Das Zertifikat B2 dient zum Nachweis der Sprachkenntnisse im Rahmen der Anerkennung eines nicht-deutschen Berufs- oder Studienabschlusses.

### Einbürgerungstest/Orientierungskurstest: „Leben in Deutschland“

Bei der Einbürgerung wird verlangt, dass die Interessenten ausreichend „Kenntnisse zur Rechts- und Gesellschaftsordnung und zu den Lebensverhältnissen in Deutschland“ nachweisen. Der Nachweis wird in der Regel durch einen bestandenen Einbürgerungstest erbracht.

Der Test fordert auf hohem Niveau ausreichende Kenntnisse aus den Bereichen Geschichte, Politik und Gesellschaft.

Die vhs Verl, Harsewinkel, Schloß Holte-Stukenbrock ist ein vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) zugelassener Prüfungsträger für den Einbürgerungstest und den Test „Leben in Deutschland“. Die Tests dauern eine Stunde, es müssen mindestens 17 von 33 Aufgaben richtig gelöst werden. Die Tests stammen aus einem Pool von 300 bundesweit einheitlichen und 10 bundesland-spezifischen Aufgaben. Diese können mithilfe verschiedener Internetseiten geübt werden, z.B. auf [www.bamf.de](http://www.bamf.de) („Interaktiver Fragenkatalog“).

Die Anmeldung erfolgt persönlich bei der vhs. Alle unsere Deutschkurse finden Sie auf unserer Internetseite [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de).



## Verl

### 165. Deutsch-Integrationskurs

#### 5. Modul (Aufbaukurs 2. B1.1)

#### 40325F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, DLRG-Raum  
ab 9.2.23, montags - donnerstags  
9:00-12:30 Uhr  
25 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Gabriele Höne  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich,  
mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den  
Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

### 165. Deutsch-Integrationskurs

#### 6. Modul (Aufbaukurs 3. B1.2)

#### 40326F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, DLRG-Raum  
ab 27.3.23, montags - donnerstags  
9:00-12:30 Uhr  
25 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Gabriele Höne  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich,  
mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den  
Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

### 165. Deutsch-Integrationskurs

#### Orientierungskurs

#### 40327F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, DLRG-Raum  
ab 25.5.23, montags - donnerstags  
9:00-12:30 Uhr  
25 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
min. 12 Teilnehmer/innen  
Gabriele Höne, DaF-Lehrerin  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich,  
mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den  
Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

### 167. Deutsch-Integrationskurs

#### 5. Modul (Aufbaukurs 2. B1.1)

#### 40335F | Nachmittagskurs

Verl, Gesamtschule, DLRG-Raum  
ab 9.2.23, montags - donnerstags  
14:30-18:00 Uhr  
25 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Gabriele Höne  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich,  
mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den  
Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

### 167. Deutsch-Integrationskurs

#### 6. Modul (Aufbaukurs 3. B1.2)

#### 40336F | Nachmittagskurs

Verl, Gesamtschule, DLRG-Raum  
ab 27.3.23, montags - donnerstags  
14:30-18:00 Uhr  
25 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Gabriele Höne  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich,  
mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den  
Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

### 167. Deutsch-Integrationskurs

#### Orientierungskurs

#### 40337F | Nachmittagskurs

Verl, Gesamtschule, DLRG-Raum  
ab 25.5.23, montags - donnerstags  
14:30-18:00 Uhr  
25 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Gabriele Höne  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich,  
mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den  
Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

# Deutsch als Fremdsprache

## 168. Deutsch-Integrationskurs

### 6. Modul (Aufbaukurs 3, B1.2)

#### 40346F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, Klassenraum 2

(Pavillon Nr. 109)

ab 3.3.23, montags, dienstags,

mittwochs und freitags

9:00-13:15 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Friederike Zurmühlen

Persönliche Anmeldung ist erforderlich,

mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den

Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

## 168. Deutsch-Integrationskurs

### Orientierungskurs

#### 40347F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, Klassenraum 2

(Pavillon Nr. 109)

ab 21.4.23, montags, dienstags,

mittwochs und freitags

9:00-13:15 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Friederike Zurmühlen

Persönliche Anmeldung ist erforderlich,

mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den

Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

## 172. Deutsch-Integrationskurs

### 5. Modul (Aufbaukurs 2, B1.1)

#### 40355F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, Klassenraum 1

(Pavillon Nr. 110)

ab 23.2.23, montags - donnerstags

8:45-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Lavderie Shoshi

Persönliche Anmeldung ist erforderlich,

mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den

Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

## 172. Deutsch-Integrationskurs

### 6. Modul (Aufbaukurs 3, B1.2)

#### 40356F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, Klassenraum 1

(Pavillon Nr. 110)

ab 30.3.23, montags - donnerstags

8:45-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Lavderie Shoshi

Persönliche Anmeldung ist erforderlich,

mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den

Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

## 172. Deutsch-Integrationskurs

### Orientierungskurs

#### 40358F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, Klassenraum 1

(Pavillon Nr. 110)

ab 23.5.23, montags - donnerstags

8:45-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Lavderie Shoshi

Persönliche Anmeldung ist erforderlich,

mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den

Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

Ausführliche  
Informationen zu  
Ihrer Veranstaltung  
und weitere nach Bedarf  
organisierte Kurse  
finden Sie auf  
[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)



## 181. Deutsch-Integrationskurs Verl

### 1. Modul (Basiskurs 1, A1.1)

#### 40311F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, Klassenraum 3

(Pavillon Nr. 036)

ab 6.2.23, montags - donnerstags

8:30-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €

Kofi N´sougan

Persönliche Anmeldung ist erforderlich,

mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

## 181. Deutsch-Integrationskurs

### 2. Modul (Basiskurs 2, A1.2)

#### I40312F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, Klassenraum 3

(Pavillon Nr. 036)

ab 14.3.23, montags - donnerstags

8:30-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Kofi N´sougan

Persönliche Anmeldung ist erforderlich,

mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

## 181. Deutsch-Integrationskurs

### 3. Modul (Basiskurs 3, A2.1)

#### 40313F | Vormittagskurs

Verl, Gesamtschule, Klassenraum 3

(Pavillon Nr. 036)

ab 3.5.23, montags - donnerstags

8:30-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Kofi N´sougan

Persönliche Anmeldung ist erforderlich,

mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr (nicht in den Schulferien), vhs Verl, Bahnhofstraße 11a.

---

## Harsewinkel

## 146. Deutsch-Integrationskurs am Samstag 5. Modul

### 5. Modul (Aufbaukurs 2, B1.1)

#### 40515F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Gesamtschule, Klassenraum

ab 27.5.23, samstags

10:00-14:15 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Nikolay Dimitrov

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, diens-

tags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00

Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harse-

winkel, Münsterstr. 14.

---

## 175. Deutsch-Integrationskurs

### 3. Modul (Basiskurs 3, A2.1)

#### 40523F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Kaminzimmer

ab 10.2.23, montags, mittwochs, freitags

8:00-12:15 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Claudia Schoebe

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, diens-

tags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00

Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harse-

winkel, Münsterstr. 14.

---

## 175. Deutsch-Integrationskurs

### 4. Modul (Aufbaukurs 1, A2.2)

#### 40524F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Kaminzimmer

ab 31.3.23, montags, mittwochs, freitags

8:00-12:15 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Claudia Schoebe

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, diens-

tags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00

Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harse-

winkel, Münsterstr. 14.

---

## 175. Deutsch-Integrationskurs

### 5. Modul (Aufbaukurs 2, B1.1)

#### 40525F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Kaminzimmer

ab 7.6.23, montags, mittwochs, freitags

8:00-12:15 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Claudia Schoebe

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 176. Deutsch-Integrationskurs

### 4. Modul (Aufbaukurs 1, A2.2)

#### 40534F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum I

ab 16.3.23, montags, mittwochs,

donnerstags, freitags

8:30-11:45 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Carola Henke, Brigitte Herlemann

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 176. Deutsch-Integrationskurs

### 5. Modul (Aufbaukurs 2, B1.1)

#### 40535F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum I

ab 15.5.23, montags, mittwochs,

donnerstags, freitags

8:30-11:45 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Brigitte Herlemann, Carola Henke

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 177. Deutsch-Integrationskurs

### 4. Modul (Aufbaukurs 1, A2.2)

#### 40544F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Gemeinschaftshaus Dammanns

Hof, Seminarraum II

ab 15.2.23, montags - freitags

8:00-12:15 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Jakleen Gerges

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 177. Deutsch-Integrationskurs

### 5. Modul (Aufbaukurs 2, B1.1)

#### 40545F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Gemeinschaftshaus Dammanns

Hof, Seminarraum II

ab 16.3.23, montags - freitags

8:00-12:15 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Jakleen Gerges

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 157. Deutsch-Integrationskurs

### Orientierungskurs

#### 40661F | Vormittagskurs

Harsewinkel, DRK-Ortsverein, Ausbildungssaal

ab 27.2.23, montags - donnerstags

8:30-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

440,00 €/erm. 220,00 €

Inna Nickel

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 163. Deutsch-Integrationskurs

### 6. Modul (Aufbaukurs 3, B1.2)

#### 40676F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Tenne (Haupthaus)

ab 13.2.23, montags - donnerstags

8:30-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Feiyun Long

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 163. Deutsch-Integrationskurs

### Orientierungskurs

#### 40677F | Vormittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Tenne (Haupthaus)

ab 20.3.23, montags - donnerstags

8:30-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Feiyun Long

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 166. Deutsch-Integrationskurs

### 4. Modul (Aufbaukurs 1, A2.2)

#### 40684F | Nachmittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Raum Kornboden,

1. OG

ab 27.2.23, montags, dienstags, freitags

14:00-17:30 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Eleonore Vdovkin

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 166. Deutsch-Integrationskurs

### 5. Modul (Aufbaukurs 2, B1.1)

#### 40685F | Nachmittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG

ab 12.5.23, montags, dienstags, freitags

14:00-17:30 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Eleonore Vdovkin

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 169. Deutsch-Integrationskurs

### 4. Modul (Aufbaukurs 1, A2.2)

#### 40694F | Nachmittagskurs

Harsewinkel, DRK-Ortsverein, Ausbildungerraum

ab 17.2.23, montags, mittwochs, freitags

13:30-17:00 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Inna Nickel

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 169. Deutsch-Integrationskurs

### 5. Modul (Aufbaukurs 2, B1.1)

#### 40695F | Nachmittagskurs

Harsewinkel, DRK-Ortsverein, Ausbildungerraum

ab 5.5.23, montags, mittwochs, freitags

13:30-17:00 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Inna Nickel

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---



## 178. Deutsch-Integrationskurs

### 1. Modul (Basiskurs 1, A1.1)

**40671F** | Vormittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG

ab 7.2.23, montags - donnerstags

8:30-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Carola Henke, Anna Sukhorukova

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 178. Deutsch-Integrationskurs

### 3. Modul (Basiskurs 3, A2.1)

**40673F** | Vormittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG

ab 4.5.23, montags - donnerstags

8:30-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Carola Henke, Anna Sukhorukova

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## 178. Deutsch-Integrationskurs

### 2. Modul (Basiskurs 2, A1.2)

**40672F** | Vormittagskurs

Harsewinkel, Heimathaus, Kornboden, 1. OG

ab 15.3.23, montags - donnerstags

8:30-12:45 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Carola Henke, Anna Sukhorukova

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, dienstags 14.00 - 16.00 Uhr, freitags, 09.00 - 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien), Rathaus Harsewinkel, Münsterstr. 14.

---

## Schloß Holte-Stukenbrock

### 160. Deutsch-Integrationskurs

#### 6. Modul (Aufbaukurs 3, B1.2)

#### 40826F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum III (102)  
ab 6.2.23, montags - donnerstags  
8:30-12:45 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Edita Sammel  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

### 160. Deutsch-Integrationskurs SHS

#### Orientierungskurs

#### 40828F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum III (102)  
ab 9.3.23, montags - donnerstags  
8:30-12:45 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Edita Sammel  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

### 164. Deutsch-Integrationskurs

#### 6. Modul (Aufbaukurs 3, B1.2)

#### 40886F | Nachmittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
ab 13.2.23, montags - donnerstags  
13:15-17:30 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Larisa Aboeva  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

### 164. Deutsch-Integrationskurs

#### Orientierungskurs

#### 40887F | Nachmittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
ab 20.3.23, montags - donnerstags  
13:15-17:30 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Larisa Aboeva  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

### 170. Deutsch-Integrationskurs

#### 6. Modul (Aufbaukurs 3, B1.2)

#### 40896F | Nachmittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum V (104)  
ab 10.2.23, dienstags - freitags  
13:15-17:30 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Nikolay Dimitrov, Edita Sammel  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

### 170. Deutsch-Integrationskurs

#### Orientierungskurs

#### 40897F | Nachmittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum V (104)  
ab 17.3.23, dienstags - freitags  
13:15-17:30 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Nikolay Dimitrov, Edita Sammel  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

## 174. Deutsch-Alphabetisierungskurs

### 3. Modul (Alphabetisierung)

#### 40913F | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum Sporthalle  
ab 9.3.23, montags, dienstags, donnerstags  
18:15-21:30 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Ramona Eweler

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mittwochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schulferien).

---

## 174. Deutsch-Alphabetisierungskurs

### 4. Modul (A1)

#### 40914 | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum Sporthalle  
ab 25.5.23, montags, dienstags, donnerstags  
18:15-21:30 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Ramona Eweler

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mittwochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schulferien).

---

## 145. Deutschkurs am Abend (2 x pro Woche)

### Orientierungskurs

#### 40947F | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum V (104)

ab 8.5.23, montags und donnerstags

18:15-21:30 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Nikolay Dimitrov

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mittwochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schulferien).

---

## 171. Deutsch-Integrationskurs

### 4. Modul (Aufbaukurs 1, A2.2)

#### 40994H | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
ab 14.2.23, dienstags, donnerstags, freitags  
8:45-12:15 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Edita Sammel, Ulrike Schröder-Poggenklaß

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mittwochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schulferien).

---

## 171. Deutsch-Integrationskurs

### 5. Modul (Aufbaukurs 2, B1.1)

#### 40995F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
ab 27.4.23, dienstags, donnerstags, freitags  
8:45-12:15 Uhr

25 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Edita Sammel, Ulrike Schröder-Poggenklaß

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mittwochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schulferien).

---

## 173. Deutsch-Integrationskurs

### 3. Modul (Basiskurs 3, A2.1)

#### 40363H | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum Sporthalle  
ab 1.2.23, montags, mittwochs, donnerstags,  
freitags

9:15-13:30 Uhr

20 Termine (100 UE)

458,00 €/erm. 229,00 €

Andreas Klumbys, Friederike Zurmühlen

Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mittwochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schulferien).

---

## 173. Deutsch-Integrationskurs

### 4. Modul (Aufbaukurs 1, A2.2)

#### 40364F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum Sporthalle  
ab 16.3.23, montags, mittwochs,  
donnerstags, freitags  
9:15-13:30 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Friederike Zurmühlen, Andreas Klumbys  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

## 173. Deutsch-Integrationskurs

### 5. Modul (Aufbaukurs 2, B1.1)

#### 40365F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum Sporthalle  
ab 11.5.23, montags, mittwochs,  
donnerstags, freitags  
9:15-13:30 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Andreas Klumbys, Friederike Zurmühlen  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

## 179. Deutsch-Integrationskurs

### 1. Modul (Basiskurs 1, A1.1)

#### 40811F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum V (104)  
ab 27.2.23, montags - donnerstags  
8:45-13:00 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Anke Rosin  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

## 179. Deutsch-Integrationskurs

### 2. Modul (Basiskurs 2, A1.2)

#### 40812F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum V (104)  
ab 17.4.23, montags - donnerstags  
8:45-13:00 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Anke Rosin  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

## 179. Deutsch-Integrationskurs

### 3. Modul (Basiskurs 3, A2.1)

#### 40813F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum V (104)  
ab 24.5.23, montags - donnerstags  
8:45-13:00 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Anke Rosin  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

## 180. Deutsch-Integrationskurs

### SHS 1. Modul (Basiskurs 1, A1.1)

#### 40821F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, VHS  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
ab 23.5.23, montags - donnerstags  
8:15-12:30 Uhr  
20 Termine (100 UE)  
458,00 €/erm. 229,00 €  
Larisa Aboeva  
Persönliche Anmeldung ist erforderlich, mitt-  
wochs 10:00-12:00 Uhr, donnerstags, 14:00-  
17:00 Uhr, Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kirchstr. 2 (nicht in den Schul-  
ferien).

---

## Europäischer Referenzrahmen

Unsere Sprachkurse vermitteln in einem aufeinander aufbauendem System Kenntnisse der jeweiligen Sprache. Die Gliederung erfolgt nach dem Europäischen Referenzrahmen, von Kursen für Anfänger (A1) bis zu beinahe muttersprachlichem Niveau (C2). Bei allen Sprachkursen steht die Kommunikation im Vordergrund. Aber auch das Hören, Lesen und Schreiben sind Teil des Unterrichts.

Wir empfehlen vor der Buchung einen **Einstufungstest** zu machen. Für die Sprachen Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch finden Sie einen online-Sprachtest unter: [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de).

Gerne beraten wir Sie auch persönlich. Vereinbaren Sie einen Termin mit uns: 05207 / 9174-0.

### Elementare Sprachverwendung

#### **A1** Am Ende dieser Stufe können Sie

**Hören:** einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen

**Sprechen:** sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen

**Lesen:** einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten

**Schreiben:** Formulare, z.B. im Hotel oder in Behörden, ausfüllen

#### **A2** Am Ende dieser Stufe können Sie

**Hören:** einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche in kurzen Mitteilungen verstehen

**Sprechen:** kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen

**Lesen:** kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen

**Schreiben:** kurze Notizen und Mitteilungen abfassen

### Selbstständige Sprachverwendung

#### **B1** Am Ende dieser Stufe können Sie

**Hören:** das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird

**Sprechen:** in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben

**Lesen:** Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen

**Schreiben:** persönliche Briefe schreiben

#### **B2** Am Ende dieser Stufe können Sie

**Hören:** im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird

**Sprechen:** sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten

**Lesen:** Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen

**Schreiben:** detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte, schreiben

### Kompetente Sprachverwendung

#### **C1** Am Ende dieser Stufe können Sie

**Hören:** Unterhaltungen, Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen

**Sprechen:** sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken

**Lesen:** komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen

**Schreiben:** sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben

#### **C2** Am Ende dieser Stufe können Sie

**Hören:** ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen

**Sprechen:** sich mühelos an allen Gesprächen sicher und angemessen beteiligen

**Lesen:** jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen

**Schreiben:** anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken

## Mindestteilnehmendenzahl

Die Mindestteilnehmendenzahl beträgt bei den meisten Kursen acht Teilnehmende. Kurse mit geringerer Teilnehmendenzahl können dann durchgeführt werden, wenn die Anzahl der Termine oder die Gebühren angepasst werden. Die Höhe der Gebühren richtet sich dann nach der Gruppengröße und der Anzahl der Unterrichtsstunden. Die Feststellung der tatsächlich zu entrichtenden Gebühr bzw. die Anpassung der Unterrichtsstunden erfolgt beim zweiten Kurstermin.

## Lehrwerke

Die benötigten Materialien und Lehrwerke werden Ihnen am ersten Kurstermin von Ihrer Kursleitung genannt. Bitte kaufen Sie sich daher vorher noch kein Lehrwerk.



## Standardkurse Fremdsprachen

Unterrichtsstunden / Kurs	30 U-Std. 15 Termine	28 U-Std. 14 Termine	26 U-Std. 13 Termine	24 U-Std. 12 Termine	22 U-Std. 11 Termine	20 U-Std. 10 Termine	18 U-Std. 9 Termine	16 U-Std. 8 Termine
8 Teilnehmende ermäßigt	73,00 € 38,00 €	68,00 € 35,00 €	64,00 € 33,00 €	59,00 € 31,00 €	54,00 € 28,00 €	49,00 € 26,00 €	45,00 € 24,00 €	40,00 € 21,00 €
7 Teilnehmende	83,00 €	78,00 €	73,00 €	67,00 €	62,00 €	56,00 €	51,00 €	46,00 €
6 Teilnehmende	98,00 €	92,00 €	86,00 €	79,00 €	73,00 €	66,00 €	60,00 €	54,00 €
5 Teilnehmende	116,00 €	109,00 €	101,00 €	94,00 €	86,00 €	78,00 €	71,00 €	64,00 €
4 Teilnehmende	143,00 €	134,00 €	124,00 €	116,00 €	106,00 €	96,00 €	87,00 €	78,00 €

## Englisch

### Englisch für Ältere **A1**

**60+ 41007F** | Nachmittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Seminarraum  
ab 7.2.23, dienstags  
17:00-18:30 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
98,00 €/erm. 50,00 €  
min. 6 Teilnehmer:innen  
Irene Gerdes  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Englisch für „falsche Anfänger“ **A1**

#### Kurs für Wiedereinsteiger

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit leichten Vorkenntnissen. Der Kurs ist hervorragend geeignet für Wiedereinsteiger, denen ein klassischer Anfängerkurs zu leicht erscheint, da erste Kenntnisse vorhanden, aber verschüttet sind. Das Lehrwerk wird zu Beginn des Kurses bekannt gegeben.

**60+ 41018F** | Vormittagskurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Spitzboden  
(Nebengebäude)  
ab 7.2.23, dienstags  
9:00-10:30 Uhr  
17 Termine (34 UE)  
83,00 €/erm. 43,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Bärbel Williams  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### Englisch für „falsche“ Anfänger

#### **A1|A2**

#### 2. Semester

**41020F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum III (102)  
ab 30.1.23, montags  
19:30-21:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
73,00 €/erm. 38,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Karsten Schulze  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Englisch für ältere Lernende

**60+ 41023F** | Nachmittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
ab 30.1.23, montags  
16:30-18:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
73,00 €/erm. 38,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Doris Ellen Nitzgen  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Englisch Revival **A2**

#### 2. Semester

**41026F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum III (102)  
ab 30.1.23, montags  
18:00-19:30 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
73,00 €/erm. 38,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Karsten Schulze  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Englisch für Ältere **A2.1**

#### 2. Semester

**60+ 41028F** | Nachmittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
ab 2.2.23, donnerstags  
16:30-18:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
73,00 €/erm. 38,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Iris Wübbenhorst  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Englisch ab 60 Jahren **A2|B1**

**60+ 41030F** | Vormittagskurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Kaminzimmer  
ab 2.2.23, donnerstags  
9:30-11:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
73,00 €/erm. 38,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Cecilia Pires-Yarlett  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Englisch für Ältere **B1**

**60+ 41032F** | Nachmittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Seminarraum  
 ab 6.2.23, montags  
 17:00-18:30 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 98,00 €/erm. 50,00 €  
 min. 6 Teilnehmer:innen  
 Irene Gerdes  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Let's talk – Einfache englische Konversation **B1**

**41034F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Heimathaus, Kaminzimmer  
 ab 2.2.23, donnerstags  
 17:45-19:15 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 73,00 €/erm. 38,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Regina Hussmann  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

**41036F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Heimathaus, Kaminzimmer  
 ab 2.2.23, donnerstags  
 19:45-21:15 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 73,00 €/erm. 33,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Regina Hussmann  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Together **B1** – Englisch für ältere Lernende

**60+ 41038F** | Vormittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
 ab 30.1.23, montags  
 10:00-11:30 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 73,00 €/erm. 38,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Doris Ellen Nitzgen  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Together **B1**

**41040F** | Nachmittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Raum IV (103)  
 ab 1.2.23, mittwochs  
 16:30-18:00 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 73,00 €/erm. 38,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Doris Ellen Nitzgen  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Englisch für Ältere **B1**

### 7. Semester

**60+ 41042F** | Vormittagskurs  
 Harsewinkel, Heimathaus, Spitzboden  
 ab 7.2.23, dienstags  
 10:30-12:00 Uhr  
 17 Termine (34 UE)  
 83,00 €/erm. 43,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Bärbel Williams  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Englisch für Ältere **B1**

### 12. Semester

**60+ 41044F** | Vormittagskurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Raum IV (103)  
 ab 13.02.2023, montags  
 10:00-11:30 Uhr  
 14 Termine (28 UE)  
 68,00 €/erm. 35,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Monika Mahon  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Englisch für Reise, Alltag & Beruf **B1**

**41048F** | Abendkurs  
Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
ab 1.2.23, mittwochs  
18:30-20:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
73,00 €/erm. 38,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Maria Lindner  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Together **B2|C1** Readers` Lounge and Speakers` Corner

**41053F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
ab 22.2.23, mittwochs  
18:15-19:45 Uhr  
12 Termine (16 UE)  
79,00 €/erm. 41,00 €  
min. 6 Teilnehmer:innen  
Doris Ellen Nitzgen  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Französisch

### Einfache Konversation mit französischen Gästen oder Gastgebern

In diesem Kurs lernen Sie eine einfache französische Konversation, die Sie darauf vorbereitet, französische Gäste aufzunehmen, oder in französischsprachigen Ländern zu Gast zu sein. Der Schwerpunkt liegt auf dem mündlichen Spracherwerb. Dieser Kurs eignet sich besonders für Eltern, Teilnehmende eines Schüleraustauschs oder Interessierte, die erste Konversationen auf Französisch führen möchten. Das Lehrwerk wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.

**42002F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Gesamtschule, Klassenraum  
ab 23.2.23, donnerstags  
18:00-19:30 Uhr  
12 Termine (24 UE)  
59,00 €/erm. 31,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Patricia Kopietz  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Französisch Anfängerkurs für Wiedereinsteiger

Wenn Sie nach einer längeren Pause Ihre Französischkenntnisse wiederauffrischen wollen, dann sind Sie hier richtig. Sie werden die Gelegenheit haben, Vokabeln und Grammatik gezielt zu wiederholen und zu festigen sowie das freie Sprechen zu trainieren. Das Lehrwerk wird zu Beginn des Kurses bekannt gegeben.

**42004F** | Abendkurs  
Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
ab 2.2.23, donnerstags  
17:30-19:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
73,00 €/erm. 38,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Dr. Herta Johansmeier  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Französisch **A2|B1**

**42006F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Gesamtschule, Klassenraum  
ab 31.1.23, dienstags  
17:30-19:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
73,00 €/erm. 38,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Patricia Kopietz  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Französisch **B1**

**42008F** | Abendkurs  
Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
ab 2.2.23, donnerstags  
19:00-20:30 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
73,00 €/erm. 38,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Dr. Herta Johansmeier  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---



## Spanisch

### Spanisch für Anfänger **A1**

#### 2. Semester – Hybridkurs

**43008F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Raum III (102)  
 ab 2.2.23, donnerstags  
 18:00-19:30 Uhr  
 16 Termine (30 UE)  
 81,00 €/erm. 41,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Maria Recolons  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### Spanisch für Anfänger **A1**

#### 3. Semester

Dieser Anfängerkurs eignet sich für Interessenten mit Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-2. Semester. Es werden weitere Grundlagen vermittelt.  
 Perspectivas contigo A1, ab Lektion 7,  
 Cornelsen, ISBN 978-3-06-120933-9

**43014F** | Abendkurs  
 Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
 ab 31.1.23, dienstags  
 19:30-21:00 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 81,00 €/erm. 41,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Maria Recolons  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

### Spanisch für Anfänger **A1**

#### 3. Semester

**43015F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Raum III (102)  
 ab 7.2.23, dienstags  
 18:00-19:30 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 81,00 €/erm. 41,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Mónica R. López de Pogatzki  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### Spanisch für Anfänger **A1**

#### 2. Semester

**43021F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum I  
 ab 8.2.23, mittwochs  
 18:00-19:30 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 81,00 €/erm. 41,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Mónica R. López de Pogatzki  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

## Spanisch für Anfänger **A1**

### 5. Semester - Hybridkurs

#### 43022F | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum III (102)  
ab 25.1.23, mittwochs, 14-tägig  
18:00-19:30 Uhr  
10 Termine (20 UE)  
54,00 €/erm. 27,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Maria Recolons  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Spanisch für Anfänger **A1**

### 5. Semester

#### 43023F | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
ab 2.2.23, donnerstags  
18:00-19:30 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
81,00 €/erm. 41,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Mónica R. López de Pogatzki  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Spanisch **A2**

### 2. Semester

#### 43027F | Abendkurs

Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
ab 31.1.23, dienstags  
18:00-19:30 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
81,00 €/erm. 41,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Maria Recolons  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## „Hablamos“ Spanisch **A1**

### Auffrischkurs

#### 43029F | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum III (102)  
ab 7.2.23, dienstags  
19:45-21:15 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
81,00 €/erm. 41,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Mónica R. López de Pogatzki  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Spanisch **A2**

### 2. Semester

#### 43030F | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
ab 7.2.23, dienstags  
9:30-11:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
81,00 €/erm. 41,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Mónica R. López de Pogatzki  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Spanisch **A2**

### 2. Semester

#### 43031F | Abendkurs

Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum I  
ab 8.2.23, mittwochs  
19:45-21:15 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
81,00 €/erm. 41,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Mónica R. López de Pogatzki  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Toma la palabra **A2**

### Intensivkurs

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen. Kompakt an einem Samstag werden die Spanisch-Kenntnisse vertieft. Das Programm in diesem Kurs ist ein Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Anhand einfacher und abwechslungsreicher Texte werden Wortschatz und Grammatik wieder aufgefrischt und das freie Sprechen in entspannter Atmosphäre geübt. Es wird mit verschiedenen Materialien gearbeitet, deren Kosten von der Kursleiterin eingesammelt werden.

### **43035F** | Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum III (102)  
Samstag, 11.2.23, 9:30-13:30 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
21,00 €/keine Ermäßigung  
min. 5 Teilnehmer:innen  
Mónica R. López de Pogatzki  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### **43036F** | Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum III (102)  
Samstag, 22.4.23, 9:30-13:30 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
21,00 €/keine Ermäßigung  
min. 5 Teilnehmer:innen  
Mónica R. López de Pogatzki  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### **43037F** | Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum III (102)  
Samstag, 6.5.23, 9:30-13:30 Uhr  
1 Termin (5 UE)  
21,00 €/keine Ermäßigung  
min. 5 Teilnehmer:innen  
Mónica R. López de Pogatzki  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

## Spanisch **B2**

### 3. Semester

### **43049F** | Vormittagskurs

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum III (102)  
ab 3.2.23, freitags  
9:30-11:00 Uhr  
15 Termine (30 UE)  
81,00 €/erm. 41,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Mónica R. López de Pogatzki  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

## Spanisch **B2**

### Konversationskurs

### **43057F** | Abendkurs

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Seminarraum  
ab 1.3.23, mittwochs  
20:00-21:30 Uhr  
11 Termine (22 UE)  
80,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
Maria Recolons  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

Ausführliche  
Informationen zu  
Ihrer Veranstaltung  
und vieles mehr  
finden Sie auf  
[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)

## Italienisch

### Italienisch für Anfänger **A1**

#### 4. Semester

**44004F** | Nachmittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
ab 9.2.23, donnerstags  
17:00-18:30 Uhr  
12 Termine (24 UE)  
79,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Rosalba Caputo Pieper  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Italienisch für die Reise **A1**

#### 2. Semester

**44006F** | Abendkurs  
Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
ab 7.2.23, dienstags  
18:00-19:30 Uhr  
10 Termine (20 UE)  
49,00 €/erm. 26,00 €  
min. 8 Teilnehmer:innen  
Rosalba Caputo Pieper  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Italienisch für Anfänger **A1**

#### 2. Semester

**44009F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
Am Hallenbad, Klassenraum  
ab 6.2.23, montags  
18:00-19:30 Uhr  
12 Termine (24 UE)  
79,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Rosalba Caputo Pieper  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Leichte italienische Konversation

#### **A2**

#### 2-wöchig

**44012F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Heimathaus, Kaminzimmer  
ab 1.2.23, mittwochs  
18:00-19:30 Uhr  
8 Termine (16 UE)  
78,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Carmen Capretti-Nikolov  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### Italienische Konversation **B1**

#### 1x monatlich

**44019F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum I  
ab 31.1.23, dienstags  
18:30-20:00 Uhr  
5 Termine (10 UE)  
50,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Carmen Capretti-Nikolov  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Italienische Konversation **B1**

**44023F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,  
 Am Hallenbad, Klassenraum  
 ab 9.2.23, donnerstags  
 18:30-20:00 Uhr  
 10 Termine (20 UE)  
 66,00 €/keine Ermäßigung  
 Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
 Rosalba Caputo Pieper  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## La Cucina della Nonna, Kochkurs auf Italienisch (auch für Anfänger)

Iolanda Palmieri ist eine original „Nonna“, wie man sie sich vorstellt. Die Italienerin hat 40 Jahre lang das Ristorante „La Lucerna“ in Neapel erfolgreich geleitet und gibt ihr Wissen der italienischen Küche gerne an Interessierte weiter. An zwei Abenden dürfen Teilnehmende mit Iolanda Palmieri ein komplettes italienisches Menü zaubern und nebenbei auf Italienisch plaudern.

Die Lebensmittelkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten. Bitte mitbringen: Papier, Schreibutensilien, Kochschürze, Getränk, verschleißbare Gefäße für Kostproben.

**44027F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule, Am Hallenbad, Küche  
 02.05.2023 und 09.05.2023  
 2 Termine (8 UE)  
 44,00 €/erm. 31,00 €  
 min. 6 Teilnehmer:innen  
 Iolanda Palmieri, Rosalba Caputo Pieper  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Portugiesisch

### Portugiesisch für die Reise

#### Schnupperkurs

**45005F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum I  
 ab 17.4.23, montags  
 18:00-19:30 Uhr  
 8 Termine (16 UE)  
 40,00 €/erm. 21,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Cecilia Pires-Yarlett  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### Portugiesisch für Anfänger **A1**

#### 1. Semester

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die gerne die portugiesische Sprache von Anfang an lernen möchten. Die Dozentin ist brasilianische Muttersprachlerin.

Das Lehrwerk wird zu Beginn des Kurses bekannt gegeben.

**45008F** | Abendkurs  
 Verl, Gesamtschule, Klassenraum  
 ab 31.1.23, dienstags  
 18:30-20:00 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 90,00 €/erm. 46,00 €  
 min. 8 Teilnehmer:innen  
 Jeanny Rodrigues-Pollmeier  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Portugiesisch **B1**

**45002F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum II  
 ab 1.2.23, mittwochs  
 18:45-20:15 Uhr  
 15 Termine (30 UE)  
 116,00 €/erm. 59,00 €  
 Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
 Cecilia Pires-Yarlett  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## Russisch

### Russisch für Anfänger **A1**

#### 3. Semester

#### **47004F** | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Raum IV (103)

ab 7.2.23, dienstags

18:30-20:00 Uhr

12 Termine (24 UE)

116,00 €/erm. 59,00 €

Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen

Tatjana Hergert

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Flämisch | Niederländisch

### Flämisch | Niederländisch für Anfänger **A1**

#### 2. Semester

#### **48014F** | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,

Am Hallenbad, Klassenraum

ab 1.2.23, mittwochs

19:15-20:45Uhr

14 Termine (28 UE)

68,00 €/erm. 35,00 €

min. 8 Teilnehmer:innen

Nina Dornheim

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

#### 3. Semester

#### **48012F** | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, Gesamtschule,

Am Hallenbad, Klassenraum

ab 1.02.2023, mittwochs

17:30-18:00Uhr

14 Termine (28 UE)

92,00 €/erm. 47,00 €

min. 6 Teilnehmer:innen

Nina Dornheim

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---



Mache dir  
Fremdes vertraut.



Verl – Harsewinkel  
Schloß Holte-Stukenbrock



Werde  
Kursleiter:in  
[vhs-vhs.de](https://www.vhs-vhs.de)

# IT & Digitales

vhsDigital | App des Monats  
Mit 60+ die digitale Welt entdecken  
Windows | Office-Programme  
Bild- & Videobearbeitung  
Internet, Social Media & mehr

## Beruf

Fortbildungen für Fachkräfte in  
pädagogischen & sozialen Berufen  
Wirtschaft & Rechnungswesen  
Kommunikation  
Berufliche Weiterbildung  
& Beratung



**Ihre Fachbereichsleitung:**  
**Christian Großekathöfer**  
Tel.: 05207/9174-15  
[christian.grossekatthoef@gt-net.de](mailto:christian.grossekatthoef@gt-net.de)

## vhsDigital

In der kostenlosen Online-Vortragsreihe **vhsDigital** stellen renommierte Wissenschaftler:innen zukunftsweisende Themen und ihre möglichen Auswirkungen auf unser Leben vor. Die Reihe findet in Kooperation mit der vhs.Böblingen-Sindelfingen e.V. statt. Zur Teilnahme benötigen Sie eine E-Mail-Adresse und einen Computer, ein Smartphone oder ein Tablet mit einer stabilen Internetverbindung und mit Lautsprechern. Die Zugangsdaten zur Veranstaltung erhalten Sie etwa einen Tag vorher per E-Mail.

### „Das Netz vergisst nichts?! Das World Wide Web als kulturelles Gedächtnis“

**50555H**  | Onlinevortrag  
Mittwoch, 1.2.23, 19:00-20:00 Uhr  
1 Termin (1,33 UE)  
gebührenfrei  
Jens Crueger, Freier Technologiehistoriker und Wissenschaftskommunikator

---

### Zwischen Kupfernetzen und Glasfaserausbau – Wie funktioniert Breitbandinternet?

**50559F**  | Onlinevortrag mit Diskussion  
Mittwoch, 15.2.23, 18:00-19:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
Jan Christoph Dübner, Breitbandkoordinator des Kreises Gütersloh

---

### „Einführung in Quantensensorik und Quantencomputer“

**50556F**  | Onlinevortrag  
Dienstag, 7.3.23, 19:00-20:00 Uhr  
1 Termin (1,33 UE)  
gebührenfrei  
Dr. Markus Krutzik Institut für Physik der Humboldt-Universität zu Berlin

---

### „Gesund arbeiten im Homeoffice“

**31039F**  | Onlinevortrag  
Montag, 13.3.23, 19:00-20:00 Uhr  
1 Termin (1,33 UE)  
gebührenfrei  
Prof. Dr. Sabine Rehmer, Professorin und Studiengangsleiterin Arbeits- und Organisationspsychologie (M.Sc.) SRH Hochschule

---

### „Der CO2-Fußabdruck unseres digitalen Lebensstils“

**50557F**  | Onlinevortrag  
Mittwoch, 22.3.23, 19:00-20:00 Uhr  
1 Termin (1,33 UE)  
gebührenfrei  
Dipl.-Ing. Jens Gröger Öko-Institut e.V. Berlin, Bereich Produkte und Stoffströme

---

### „Hacking – Wie digitale Angriffe ablaufen“

**50558F**  | Onlinevortrag  
Montag, 3.4.23, 19:00-20:00 Uhr  
1 Termin (1,33 UE)  
gebührenfrei  
Davide Bove und Jonas Röckl, IT-Sicherheitsforscher an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg und Joshua Schilling IT-Sicherheitsforscher am CISP Helmoltz-Zentrum für Informationssicherheit

---

## App des Monats

### Januar: WhatsApp

Nachrichten, Bilder, Dokumente und vieles Mehr mit Freunden und Bekannten austauschen

#### 50205H | Workshop

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum

Mittwoch, 25.1.23, 18:00-20:15 Uhr

1 Termin (3 UE)

17,00 €/erm. 10,00 €

max. 9 Teilnehmer:innen

Alexandra Wittke,

Content Creator und Mentorin

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Februar: Ebay Kleinanzeigen

Gebrauchtes privat kaufen und verkaufen mit Ebay Kleinanzeigen

#### 50206F | Workshop

Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum I

Donnerstag, 16.2.23, 18:00-20:15 Uhr

1 Termin (2 UE)

12,00 €/erm. 7,00 €

max. 9 Teilnehmer:innen

Alexandra Wittke,

Content Creator und Mentorin

Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### März: Canva

Kreative Bilder und Grafiken sowie Druckvorlagen im Handumdrehen erstellen

#### 50207F | Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Raum V (104)

Mittwoch, 15.3.23, 18:00-20:00 Uhr

1 Termin (2,67 UE)

17,00 €/erm. 10,00 €

max. 10 Teilnehmer:innen

Alexandra Wittke,

Content Creator und Mentorin

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### April: Komoot

Rad-, Wander oder Sport-Touren planen, entdecken und miteinander austauschen

#### 50208F | Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Kreativraum (212)

Donnerstag, 20.4.23, 18:00-19:30 Uhr

1 Termin (2 UE)

12,00 €/erm. 7,00 €

max. 10 Teilnehmer:innen

Brigitte Stockhecke, Brigitte Stockhecke,

EDV-Trainerin, DaZ Sprachlerncoach und Telc

Prüferin A1/B1

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

Ausführliche  
Informationen zu  
Ihrer Veranstaltung  
und vieles mehr  
finden Sie auf  
[www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)



## Mit 60+ die digitale Welt entdecken

Immer häufiger wird unser Alltag von digitalen Geräten und dem Internet bestimmt und bei manch einem Vorhaben führt kaum noch ein Weg am Smartphone vorbei. Gleichzeitig kann man mit Smartphone, Tablet oder Computer viele spannende Dinge machen und Neues entdecken: Mit Freunden in Kontakt bleiben und Nachrichten austauschen, nach Rezepten oder Hobbys recherchieren oder einfach nur die Öffnungszeiten von Geschäften und Freizeiteinrichtungen nachschauen: All das und vieles mehr lässt sich einfach und bequem online erledigen.

In den folgenden Kursen starten wir quasi bei null und fangen mit den grundlegenden Bedienungen und Einstellungen an. Bringen Sie Ihr Gerät mit und entdecken sie Schritt für Schritt die vielen Möglichkeiten der digitalen Welt.

### Mein Smartphone – Grundlagen der Bedienung und Anwendung

(Android-Geräte wie z.B. von Samsung)

**54041F** | Nachmittagskurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum V (104)  
ab 30.1.23, montags  
14:30-16:00 Uhr

6 Termine (12 UE)  
64,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
Brigitte Stockhecke, Brigitte Stockhecke,  
EDV-Trainerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### Apple iPhone und iPad für Einsteiger

**54020F** | Nachmittagskurs  
Harsewinkel, Wilhelm, Seminarraum I  
ab 6.2.23, montags  
15:00-16:30 Uhr  
5 Termine (10 UE)  
66,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Ina-Alex. Dünkeloh  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

### Smartphone für Einsteiger

(Android-Geräte wie z.B. von Samsung)  
**54002F** | Nachmittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
ab 25.4.23, dienstags  
15:00-17:15 Uhr  
5 Termine (15 UE)  
77,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
Doris Ellen Nitzgen  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

### Mit Zoom im Gespräch bleiben

**53402F** | Onlinekurs  
Freitag, 3.2.23, 16:30-18:00 Uhr  
Samstag, 4.2.23, 10:00-15:00 Uhr  
2 Termine (8 UE)  
44,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Udo Strauß, Dipl. Betriebswirt

### Alltägliches im Internet erledigen

**53403F** | Nachmittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
Donnerstag, 2.3.23, 16:30-18:00 Uhr  
Freitag, 3.3.23, 16:30-18:00 Uhr  
Donnerstag, 9.3.23, 16:30-18:00 Uhr  
Freitag, 10.3.23, 16:30-18:00 Uhr  
4 Termine (8 UE)  
44,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Udo Strauß, Dipl. Betriebswirt  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196



## vhsIndividuell

### Einzelberatung bei Smartphone- und Computer-Problemen

Sie haben Fragen oder Probleme im Umgang mit Ihrem Smartphone oder Computer oder möchten mit fachkundlicher Begleitung die grundlegenden Einstellungen durchgehen? In unserer Einzelberatung finden Sie gezielt Hilfe. Hier buchen Sie keinen Kurs, sondern einen individuellen, 45-minütigen Beratungstermin.

### vhsIndividuell für Apple iPhone, iPad und Windows Notebooks

**50121F** | Beratungstermin  
Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum II  
Montag, 13.3.23, zwischen 14:00 und 18:00 Uhr

1 Termin (5 UE)  
28,00 €/keine Ermäßigung  
max. 5 Teilnehmer:innen  
Ina-Alex. Dünkeloh  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### vhsIndividuell für Android Smartphones & Tablets (z.B. von Samsung) oder Windows Notebooks

**50103F** | Beratungstermin  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Mittwoch, 22.3.23, zwischen 9:00 und 13:00 Uhr

1 Termin (5 UE)  
25,00 €/keine Ermäßigung  
Brigitte Stockhecke, Brigitte Stockhecke,  
EDV-Trainerin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Windows

### Dateimanagement mit Windows 10 – Ordnung halten auf dem PC

**53005H** | Nachmittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
Freitag, 27.1.23, 16:00-18:15 Uhr  
Samstag, 28.1.23, 10:00-15:00 Uhr  
2 Termine (9 UE)  
49,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Udo Strauß, Dipl. Betriebswirt  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Tipps und Tricks für Windows Nutzer: Der Computer, das unbekannte Wesen

**53006F** | Nachmittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
Freitag, 17.3.23, 16:30-18:45 Uhr  
Samstag, 18.3.23, 10:00-15:00 Uhr  
2 Termine (9 UE)  
49,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Udo Strauß, Dipl. Betriebswirt  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Office

### PowerPoint Grundlagen – Bildschirmpräsentationen leicht gemacht

**52302F** | Abendkurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
ab 7.2.23, dienstags  
18:15-20:45 Uhr  
4 Termine (12 UE)  
64,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Brigitte Stockhecke, Brigitte Stockhecke,  
EDV-Trainerin  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---



### Textverarbeitung mit Microsoft Word für Einsteiger:innen

**52101F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
 Dienstag, 21.3.23, 18:15-21:30 Uhr  
 Mittwoch, 22.3.23, 18:15-21:30 Uhr  
 2 Termine (8 UE)  
 44,00 €/keine Ermäßigung  
 Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
 Stefan Pott, EDV-Trainer  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Präsentationen mit Microsoft PowerPoint für Einsteiger:innen

**52301F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
 Montag, 27.3.23, 18:15-21:30 Uhr  
 Dienstag, 28.3.23, 18:15-21:30 Uhr  
 2 Termine (8 UE)  
 44,00 €/keine Ermäßigung  
 Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
 Stefan Pott, EDV-Trainer  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### E-Mails, Termine und Kalender im Griff mit Microsoft Outlook

**52501F** | Workshop  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
 Mittwoch, 29.3.23, 18:15-20:45 Uhr  
 1 Termin (3 UE)  
 17,00 €/keine Ermäßigung  
 Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
 Stefan Pott, EDV-Trainer  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel für Einsteiger:innen

**52201F** | Abendkurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
 Montag, 24.4.23, 18:15-21:30 Uhr  
 Dienstag, 25.4.23, 18:15-21:30 Uhr  
 Mittwoch, 26.4.23, 18:15-21:30 Uhr  
 3 Termine (12 UE)  
 64,00 €/keine Ermäßigung  
 Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
 Stefan Pott, EDV-Trainer  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Sicherer Umgang mit Word & Co. – Modulare Kursreihe für Tageseltern

Office-Kurse speziell für Tageseltern finden Sie im Kapitel „Fortbildungen für Fachkräfte in pädagogischen & sozialen Berufen“ ab Seite 105.

## 10-Finger-Tastschreiben

### 10-Finger Tastschreiben in 10 Stunden

**55901F** | Nachmittagskurs  
 Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
 ab 27.4.23, donnerstags  
 17:00-18:30 Uhr  
 5 Termine (10 UE)  
 54,00 €/keine Ermäßigung  
 Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
 Irene Gerdes  
 Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Onlinekurse zur Bild- und Medienbearbeitung

in Kooperation mit dem fotoforum

Entdecken Sie spannende Möglichkeiten der Bild- und Medienbearbeitung in unseren Onlinekursen, die wir in Kooperation mit dem fotoforum anbieten. Dabei lernen Sie ganz entspannt von zu Hause aus an Ihrem eigenen Gerät und in gewohnter Umgebung. Zur Teilnahme benötigen Sie eine E-Mail-Adresse und einen Computer, ein Smartphone oder ein Tablet mit einer stabilen Internetverbindung und mit Lautsprechern. Die Zugangsdaten zur Veranstaltung erhalten Sie etwa einen Tag vor Kursbeginn per E-Mail.

Kreative Fotokurse und Workshops finden Sie auch im Fachbereich 2, Kultur & Gestalten ab Seite 38.

### Ebenen, Auswahlen und Masken in der Bildbearbeitung

Grundlagen und Workflow mit Bildbearbeitungsprogrammen wie Adobe Photoshop oder Affinity Photo

**51162F**  | Onlinekurs  
ab 2.2.23, donnerstags - freitags  
18:30-20:30 Uhr  
2 Termine (5,33 UE)  
59,00 €/keine Ermäßigung  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Peter Hoffmann, Autor, Fotograf  
und IT-Trainer

---

### Datensicherung für Fotografen: Strategien zum Erhalt von Bilddaten

**51164F**  | Onlinekurs  
Donnerstag, 2.3.23, 18:30-20:30 Uhr  
1 Termin (2,67 UE)  
34,00 €/keine Ermäßigung  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Peter Hoffmann,  
Autor, Fotograf und IT-Trainer

---

### Schwarz-Weiß: Analog fotografieren, Digital bearbeiten

**51167F**  | Onlinekurs  
Montag, 24.4.23, 18:30-20:30 Uhr  
1 Termin (2,67 UE)  
34,00 €/keine Ermäßigung  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Peter Hoffmann,  
Autor, Fotograf und IT-Trainer

---

### NIK Collection – Kreativtools als Ergänzung für die Bildbearbeitung in Photoshop, Affinity & mehr

**51168F**  | Onlinekurs  
Mittwoch, 26.4.23, 18:30-20:30 Uhr  
1 Termin (2,67 UE)  
34,00 €/keine Ermäßigung  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Peter Hoffmann,  
Autor, Fotograf und IT-Trainer

---

### FILMic Pro: Professionell filmen mit dem Smartphone

**51169F**  | Onlinekurs  
Montag, 12.6.23, 18:30-20:30 Uhr  
1 Termin (2,67 UE)  
34,00 €/keine Ermäßigung  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Peter Hoffmann,  
Autor, Fotograf und IT-Trainer

---

### Bildbearbeitung auf dem iPad mit Affinity Photo mobil

**51170F**  | Onlinekurs  
Montag, 19.6.23, 18:30-20:30 Uhr  
1 Termin (2,67 UE)  
34,00 €/keine Ermäßigung  
max. 7 Teilnehmer:innen  
Peter Hoffmann,  
Autor, Fotograf und IT-Trainer

---



### Wie können Tablet oder Smartphone bei der Planung von Fototouren genutzt werden?

**51171F** | Onlinekurs  
 Montag, 3.7.23, 18:30-20:30 Uhr  
 1 Termin (2,67 UE)  
 34,00 €/keine Ermäßigung  
 max. 7 Teilnehmer:innen  
 Peter Hoffmann,  
 Autor, Fotograf und IT-Trainer

---

## Internet, Social Media & mehr

### 50+ Mit Zoom im Gespräch bleiben

**53402F** | Onlinekurs  
 Freitag, 3.2.23, 16:30-18:00 Uhr  
 Samstag, 4.2.23, 10:00-15:00 Uhr  
 2 Termine (8 UE)  
 44,00 €/keine Ermäßigung  
 Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
 Udo Strauß, Dipl. Betriebswirt

---

### NEU! Visual Storytelling – erkunden Sie die Techniken für authentisches Storytelling

**53503F** | Abendkurs  
 Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum II  
 ab 6.2.23, montags  
 18:00-19:30 Uhr  
 5 Termine (10 UE)  
 66,00 €/keine Ermäßigung  
 Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
 Ina-Alex. Dünkeloh  
 Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### NEU! WordPress: Konzeption und Aufbau einer eigenen Internetseite

**53902F** | Abendkurs  
 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
 (Ursulaschule), Raum V (104)  
 ab 8.2.23, mittwochs  
 18:00-20:00 Uhr  
 4 Termine (10,67 UE)  
 59,00 €/erm. 29,00 €  
 max. 12 Teilnehmer:innen  
 Alexandra Wittke,  
 Content Creator und Mentorin  
 Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Zwischen Kupfernetzen und Glasfaserausbaue – Wie funktioniert Breitbandinternet?

**50559F** |  | Onlinevortrag mit Diskussion  
Mittwoch, 15.2.23, 18:00-19:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
Jan Christoph Dübner,  
Breitbandkoordinator des Kreises Gütersloh

---

## 60+ Alltägliches im Internet erledigen

**53403F** | Nachmittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
Donnerstag, 2.3.23, 16:30-18:00 Uhr  
Freitag, 3.3.23, 16:30-18:00 Uhr  
Donnerstag, 9.3.23, 16:30-18:00 Uhr  
Freitag, 10.3.23, 16:30-18:00 Uhr  
4 Termine (8 UE)  
44,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Udo Strauß, Dipl. Betriebswirt  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## NEU! Smart Home – technische Ausstattung und intelligente Steuerung für Ihr Zuhause

Dieser Hybridkurs findet in Kooperation mit der vhs Gütersloh statt.

**53702F** | Hybridkurs  
Samstag, 11.3.23, 10:00-14:00 Uhr  
1 Termin (5,33 UE)  
28,00 €/keine Ermäßigung  
max. 9 Teilnehmer:innen  
Stefan Pott, EDV-Trainer

---

## NEU! Einstieg ins Online-Marketing

Keyword-Recherche, Content-Erstellung, Suchmaschinen-Optimierung und Online-Kampagnen

**53903F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs ( Ursulaschule), Raum V (104)  
ab 19.4.23, mittwochs  
18:00-20:15 Uhr  
4 Termine (12 UE)  
64,00 €/erm. 33,00 €  
max. 11 Teilnehmer:innen  
Alexandra Wittke,  
Content Creator und Mentorin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## NEU! Bildungsurlaub Social Media

**53590F** | Bildungsurlaub  
Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum II  
Montag, 24.4.23, 9:00-16:15 Uhr  
Dienstag, 25.4.23, 9:00-16:15 Uhr  
Mittwoch, 26.4.23, 9:00-16:15 Uhr  
3 Termine (24 UE)  
159,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
Ina-Alex. Dünkeloh  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

## 3D-Druck für Tüftler, Erfinder und Kreative

**53803F** | Tagesworkshop  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs ( Ursulaschule), Raum V (104)  
Samstag, 29.4.23, 9:30-14:30 Uhr  
1 Termin (6 UE)  
35,00 €/erm. 19,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Stefan Pott, EDV-Trainer  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## In sechs Wochen zum eigenen Podcast

**53701H** | Abendkurs

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule)

6 Abendtermine, 18:00-21:00 Uhr

Termine werden noch bekannt gegeben.

Bei Interesse melden Sie sich unter Tel. 05207/9174-0

[www.vhs-vhs.de/podcasts-machen/](http://www.vhs-vhs.de/podcasts-machen/)

119,00 €/erm. 61,00 €

max. 12 Teilnehmer:innen

Alexandra Wittke,

Content Creator und Mentorin

---

## Osterferienkurs für Schülerinnen und Schüler ab 12 Jahren

Einführung in die Welt der Computer-Hardware und Betriebssysteme.

Wie baut man einen (Windows-) Computer von Grund auf zusammen?

**53806F** | Vormittagskurs

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum

Mittwoch, 12.4.23, 10:00-13:15 Uhr

Donnerstag, 13.4.23, 10:00-13:15 Uhr

2 Termine (8 UE)

29,00 €/keine Ermäßigung

max. 12 Teilnehmer:innen

Marius John Knop, IT Specialist Windows.

Master of Science M.Sc. Wirtschaftsingenieurwesen Elektrotechnik

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Raspberry Pi

Der Raspberry Pi ist ein kleiner, günstiger Computer im Scheckkartenformat. Durch seine Vielfalt an Schnittstellen bietet er umfangreiche Möglichkeiten: Es lassen sich Module wie z.B. Kameras oder Sensoren ergänzen, die Werte dieser Sensoren können erfasst und mit Aktoren zur Schaltung und Steuerung anderer Geräte genutzt werden. In einer Workshopreihe stellen wir die unzähligen Einsatzmöglichkeiten vor und begleiten Sie auf dem Weg zur Umsetzung Ihres eigenen Projekts.

## Infoabend – Raspberry Pi

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, auch Jugendliche ab etwa 14 Jahren sind herzlich willkommen!

**53810F** | Infoabend

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Raum III (102)

Montag, 23.1.23, 20:00-21:00 Uhr

1 Termin (1 UE)

gebührenfrei

Georg Keller

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## Raspberry Pi für Einsteiger:innen

Einstieg in die Welt des Raspberry Pi. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, auch Jugendliche ab etwa 14 Jahren sind herzlich willkommen!

**53811F** | Tagesworkshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Raum V (104)

Samstag, 28.1.23, 10:00-17:00 Uhr

1 Termin (8 UE)

49,00 €/erm. 26,00 €

max. 15 Teilnehmer:innen

Georg Keller

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

## NEU! Raspberry Pi – Projekt-Workshop

Vorkenntnisse erforderlich, Materialien zur Vorbereitung können zur Verfügung gestellt werden!

**53812F** | Wochenend-Workshop

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Raum V (104)

Samstag, 11.2.23, 10:00-17:00 Uhr

Samstag, 18.2.23, 10:00-17:00 Uhr

2 Termine (16 UE)

84,00 €/erm. 44,00 €

max. 15 Teilnehmer:innen

Georg Keller

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---



## NEU! IT-Stammtisch

Der IT-Stammtisch richtet sich an alle Menschen, die sich für Technik, Computer und Internet interessieren. Der Stammtisch findet in der Regel am ersten Donnerstag im Monat zu einem speziellen Thema statt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, auch Jugendliche ab etwa 14 Jahren sind herzlich willkommen! Eine Vorab-Anmeldung ist notwendig.

## 53833F | Thema: „Cloud“

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Donnerstag, 2.2.23, 20:00-21:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
12,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Georg Keller  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

## 53834F | Thema: N.N.

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Donnerstag, 2.3.23, 20:00-21:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
12,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Georg Keller  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**vhsDigital**

Aktuelle Infos und Termine finden Sie auf unserer Internetseite unter [www.vhs-vhs.de/vhsdigital](http://www.vhs-vhs.de/vhsdigital)

## Beruf

Bei Vorliegen der entsprechenden Voraussetzungen können Kursgebühren und Lehrgangskosten mit 500 € über den Bildungsscheck NRW bezuschusst werden. Weitere Infos auf Seite 109, >Beratung Seite 110 >Bildungsscheck

## Fachkräfte in pädagogischen & sozialen Berufen

### Systemische Beratung

**Was ist Systemische Beratung?**  
**Kennenlern-Workshop**

Einen ersten fundierten Einblick in die Systemische Beratung und Methodik vermittelt Ihnen unser Tagesworkshop. Sie bekommen die Möglichkeit, die systemische Grundhaltung kennenzulernen und ihre Beratungskompetenz durch systemische Interventionen zu erweitern. Unser Workshop richtet sich vorrangig an Fachkräfte in pädagogischen, sozialen und Gesundheitsberufen. Selbstverständlich steht er aber auch anderen Interessierten offen, die mehr über die systemische Grundhaltung erfahren möchten.

Wer nach dem Besuch unseres Tagesworkshops noch tiefer in die Systemische Beratung eintauchen möchte, dem empfehlen wir die Teilnahme an unserer einjährigen, berufs begleitenden Ausbildung zum/zur Systemischen Berater:in (Kurs-Nr. 59056H).

**59054F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum V (104)  
Samstag, 13.5.23, 10:00-16:30 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
78,00 €/keine Ermäßigung  
max. 16 Teilnehmer:innen  
Kirsten Borgstedt, Dipl. Psychologin  
Alenka Dembowski, Dipl.-Sozialpädagogin,  
Systemische Beraterin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### Systemische:r Berater:in

**Der neue vhsConcept-Lehrgang startet im Herbst 2023**

Unser Lehrgang richtet sich an Personen, die im weiten Feld sozialer, pädagogischer und/oder beraterischer Arbeit mit Familien, Teilfamilien, Paaren, Einzelpersonen, Gruppen oder Organisationen arbeiten und deren Hauptaufgabe Beratung, Hilfe und Unterstützung ist. Ziel dieses Lehrgangs ist die Professionalisierung im jeweiligen Arbeitsbereich durch die Erarbeitung einer systemischen Sichtweise und deren Integration in die eigenen Arbeitszusammenhänge. Im Vordergrund steht die Erweiterung der Handlungskompetenzen der Teilnehmenden in ihrer Arbeit mit Systemen. Schwerpunkte sind dabei die Vertiefung und Stärkung sozialer, kommunikativer, methodischer und beraterischer Kompetenzen. Der Lehrgang schließt mit einem Kolloquium ab. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. bescheinigt.

Informationsabend

Schloß Holte-Stukenbrock

**59072F** | Mittwoch, 1.6.23, 18:00-19:30 Uhr  
vhs (Ursulaschule), Kreativraum (212)

**59073H** | Mittwoch, 7.9.23, 18:00-19:30 Uhr  
vhs (Ursulaschule), Raum IV (103)

1 Termin (2 UE)

gebührenfrei

Philip Krüger, Lehrgangsleitung

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**59056H** | Lehrgang

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Raum III (102)

ab Freitag, 22.9.23 bis Samstag, 15.6.24

28 Termine Präsenzunterricht (168 UE) &

20 UE Gruppensupervision

1.650,00 €/keine Ermäßigung

(zzgl. 150 € Prüfungsgebühr)

max. 16 Teilnehmer:innen

Lehrgangsleitung Philip Krüger, M.A. Dipl.-Sozialarbeiter/Dipl.-Sozialpäd., Supervisor GSv)

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

## vhsCONCEPT

### Fachkraft Psychomotorik

In diesem berufsbegleitenden Lehrgang erhalten Mitarbeiter:innen aus pädagogischen, sozialpädagogischen oder therapeutischen Bereichen eine ergänzende fachliche Qualifikation im Bereich Psychomotorik.

Der Lehrgang stützt sich dabei auf ein systemisches Verständnis von Entwicklung und Psychomotorik. Ziel ist die Integration von Psychomotorik als eigenständige Methode in den Alltag von Kindern. Neben der theoretischen Vermittlung steht daher die praktische Auseinandersetzung von Bewegung und Wahrnehmung sowohl mit der eigenen Person als auch später mit Kindern während des Lehrgangs im Mittelpunkt.

Der Lehrgang umfasst 190 Unterrichtsstunden, hinzu kommt ein 16-stündiges Praktikum, in dem die Teilnehmer:innen ihre erworbenen Fähigkeiten umsetzen und erproben. Bei erfolgreicher Teilnahme kann ein Zertifikat von vhsConcept (Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e.V.) erworben werden, dafür ist eine Prüfung abzulegen. Bei Vorliegen der entsprechenden Voraussetzungen können die Lehrgangskosten mit max. 500,-€ über den Bildungsscheck bezuschusst werden.

**59003F** | Informationsabend  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum IV (103)  
Montag, 12.6.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
max. 20 Teilnehmer:innen  
Jörn Kentzler, Dipl. Sportlehrer,  
Psychomotoriker  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

**59005F** | Informationsabend  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Mittwoch, 23.8.23, 19:00-20:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
gebührenfrei  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Jörn Kentzler, Dipl. Sportlehrer,  
Psychomotoriker  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### 59001H | Lehrgang

Verl, St.-Georg-Schule Grundschule Sürenheide, Turnhalle

Lehrgangsbeginn am Samstag, 16.09.23

Lehrgangsende am Samstag, 24.08.24

21 Termine (190 UE)

1.550,00 €/keine Ermäßigung (inkl. Prüfungsgebühr)

max. 12 Teilnehmer:innen

Lehrgangsleiter: Jörn Kentzler, Dipl. Sportlehrer, Psychomotoriker; Britta Karanjuloff, Diplom Heilpädagogin (FH), Weiterbildung zur Systemischen Beratung und Heilpädagogische Diagnostik; Beverly Evans, Staatlich anerkannte Heilpädagogin B.A.; Nicole Kwasnik, Dipl.-Sprachheilpädagogin, Schwerpunkt Psychomotorik.

Eine schriftliche Anmeldung ist erforderlich.

Auskunft zu dem Lehrgang unter Tel. 05207-9174-0





## Fortbildungen für Tageseltern und Erzieher:innen

### U3 – Bildung, Betreuung und Erziehung von Kindern im Alter von 0-3 Jahren

#### Zertifikatslehrgang für Erzieher:innen

**Modul 1:** Qualitätsmerkmale für Bildung, Erziehung und Betreuung von Kindern von 0-3 Jahren

**Modul 2:** Entwicklung der Kinder von 0-3 Jahren

**Modul 3:** Bindungstheoretische Grundlagen für die Arbeit mit Kindern von 0-3 Jahren

**Modul 4:** Gestaltung einer bildungsorientierten Umgebung nach Emmi Pikler

**Modul 5:** Beobachtung und Dokumentation

**Modul 6:** Abschlussmodul – Qualitätsmerkmale für Bildung, Erziehung und Betreuung von U3-Kindern Den Lehrgangsflyer finden Sie auf unserer Website unter [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de). Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem vhs-Zertifikat bescheinigt.

#### 59060H | Lehrgang

Verl, Kindergarten St.-Judas-Thaddäus

Freitag, 3.11.23 bis Freitag, 21.6.24

8 Termine, jeweils 9:00-16:30 Uhr (72 UE)

960,00 €/keine Ermäßigung

max. 18 Teilnehmer:innen

Anja Cantzler, Dipl. Soz.-Päd., Mastercoach

(DGfC), Supervisorin (DGSv)

Anja Klostermann, Dipl.-Pädagogin, Supervisorin DGSv, MasterCoach isp/DGfC, Tanz- und

Theaterpädagogin

Britta Bartoldus, Dipl. Sportwissenschaftlerin, Entspannungspädagogin, Fachkraft Psycho-

motorik

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

## NEU! Das Schutzkonzept in der Kindertagespflege

### Fortbildung für Tageseltern

Nach dem Landesschutzgesetz müssen neue Tageseltern ab dem 1. April 2022 dem zuständigen Jugendamt ein eigenes Schutzkonzept vorlegen, bevor sie ihre Tätigkeit aufnehmen. Aber auch Tageseltern, die schon vorher tätig waren, müssen dieses Schutzkonzept jetzt erarbeiten und dem Jugendamt vorweisen. Unser Seminar unterstützt Sie dabei, ein eigenes Schutzkonzept zu erarbeiten.

Folgende Themen werden behandelt:

- Formen der Kindeswohlgefährdungen (körperliche/seelische Misshandlungen und Vernachlässigungen, sexueller Missbrauch, häusliche Gewalt)
- Erweiterter Kinderschutz in der Kindertagespflege: Vorgehensweise nach § 8a, SGB VIII und Meldepflichten sowie Rolle der Kinderschutzfachkraft (INSOFA)
- Thema Schutzkonzept: Potenzial und Risikoanalyse, Einführung eines Risikoeinschätzungsbogens
- Sexualpädagogisches Konzept innerhalb des Schutzkonzeptes
- Vorgehensweise und Ablauf bei Übergriffen unter den Kindern
- Umsetzung der Partizipation im Kindertagespflegealltag

Die Fortbildungskosten für Tageseltern werden von den Jugendämtern bezuschusst. Bitte fragen Sie bei Ihrem zuständigen Jugendamt nach.

### 59901F | Kurs

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum

Samstag, 7.1.23, 9:00-16:00 Uhr

Samstag, 4.2.23, 9:00-16:00 Uhr

2 Termine (16 UE)

185,00 €/keine Ermäßigung

max. 12 Teilnehmer:innen

Marco Lehmann, B.A. soziale Arbeit, Staatl. geprüfter Kinderpfleger und Erzieher

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

## NEU! Kinderernährung

### Für Tageseltern und Erzieher:innen

Die Fortbildungskosten für Tageseltern werden von den Jugendämtern bezuschusst. Bitte fragen Sie bei Ihrem zuständigen Jugendamt nach.

### 59904F | Workshop

Verl, Gesamtschule, Klassenraum

Samstag, 22.4.23, 9:30-13:00 Uhr

1 Termin (4 UE)

45,00 €/keine Ermäßigung

max. 24 Teilnehmer:innen

Nora Karrasch, Ernährungsberaterin/DGE,

Dipl. Oecotrophologin (FH)

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

## Der Weg zu einer gesunden, tragfähigen Stimme

### Verstimmt – Heiser – Atemlos?

Wer häufig spricht, muss und will sich auf seine Stimme verlassen können. Dieses Seminar lädt dazu ein, die eigene Stimmgebung kennen zu lernen. Die Wahrnehmung des Atem- und Sprechablaufs gehört genauso dazu wie das nötige Basiswissen zu Stimmgebrauch und Stimmbildung.

Walburga Brügge kommt aus Hamm und arbeitet als Lehrlogopädin für Stimme im Institut für Logopädie in Dortmund und in einer logopädischen Praxis in Werl. Als Autorin hat sie anerkannte Fachbücher zum Thema „Sprechen lernen“ und „Stimmbildung“ veröffentlicht (u.a. „So lernen Kinder sprechen“, „Verstimmt – Mit klangvoller Stimme gut ankommen“, „Therapie funktioneller Stimmstörungen“). Sie gibt Seminare zu den Themen Sprachentwicklung, Sprecherziehung und Stimmbildung.

### 58501F | Tagesseminar

Schloß Holte-Stukenbrock, vhs

(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)

Samstag, 18.3.23, 9:00-16:00 Uhr

1 Termin (8 UE)

74,00 €/erm. 35,00 €

max. 12 Teilnehmer:innen

Walburga Brügge, Logopädin, Fachautorin

Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

## Sicherer Umgang mit Word & Co. – Modulare Kursreihe für Tageseltern

Neben der grundlegenden Aufgabe eine kleine Gruppe von Kindern unter 6 Jahren zu betreuen und zu fördern, gehört der Umgang mit DV-Programmen inzwischen zu den Anforderungen einer Tagesmutter in der Kindertagespflege: Nicht selten müssen Texte und Dokumente ausgefüllt und verfasst oder neu erstellt werden; beispielsweise die Belegungsmeldung, Beobachtungsberichte oder ein Einladungsschreiben oder Elternbrief. Dabei wird häufig über ein Mailprogramm kommuniziert; verwendete Dokumente werden darüber ausgetauscht.

An insgesamt zwei Ganztagsterminen können Sie den sicheren Umgang mit dem Programm Word erlernen, um zukünftig effizient notwendige Dokumente zu erstellen, zu bearbeiten und mittels Mailprogramm zu verschicken, zu empfangen und ggfs. zu verwalten. Die Kursreihe ist modular aufgebaut. So haben Sie die Möglichkeit, sich nur zu einem Teil der Kursreihe anzumelden, wenn Sie Inhalte aus einem Modul bereits sicher beherrschen.

Die Fortbildungskosten für Tageseltern werden von den Jugendämtern bezuschusst. Bitte fragen Sie bei Ihrem zuständigen Jugendamt nach.

### Modul 1: Word-Grundlagen und Texterstellung und -gestaltung

#### 55210F | Tagesseminar

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum

Samstag, 11.2.23, 9:00-15:30 Uhr

1 Termin (7 UE)

40,00 €/keine Ermäßigung

Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen

Dimitra Vovoli

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

#### 55215F | Tagesseminar

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum

Samstag, 25.2.23, 9:00-15:30 Uhr

1 Termin (7 UE)

40,00 €/keine Ermäßigung

Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen

Dimitra Vovoli

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Modul 2: Mail-Grundlagen (Outlook)

#### 55211F | Workshop

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum

Samstag, 18.2.23, 9:00-11:30 Uhr

1 Termin (3 UE)

17,00 €/keine Ermäßigung

Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen

Dimitra Vovoli

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

#### 55216F | Workshop

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum

Samstag, 4.3.23, 9:00-11:30 Uhr

1 Termin (3 UE)

17,00 €/keine Ermäßigung

Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen

Dimitra Vovoli

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Modul 3: Mail (Outlook): Anhänge

#### 55212F | Workshop

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum

Samstag, 18.2.23, 12:15-15:30 Uhr

1 Termin (4 UE)

23,00 €/keine Ermäßigung

Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen

Dimitra Vovoli

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

#### 55217F | Workshop

Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum

Samstag, 4.3.23, 12:15-15:30 Uhr

1 Termin (4 UE)

23,00 €/keine Ermäßigung

Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen

Dimitra Vovoli

Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

## Wirtschaft, Rechnungswesen, Controlling

### Xpert Business-Onlinekurse

Xpert Business ist das bundesweite System für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung der Volkshochschulen. In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu bundesweit anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt.

Das standardisierte XB-Lehrgangs- und Prüfungssystem bietet Ihnen die Möglichkeit, Kenntnisse für den Bürobereich, Buchhaltung und für den kaufmännischen Tätigkeitsbereich zu erwerben. Die Kurse finden Online über das Lernnetz statt, in der Kursgebühr sind zudem passgenaue Unterrichtsmaterialien des Edumedia-Verlags enthalten. Der Einstieg ist ohne fachliche Vorkenntnisse möglich. Weitere Infos unter [www.vhs-vhs.de/xpert](http://www.vhs-vhs.de/xpert)

Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft									
	Gepfährte 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 Kompetenz	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirkkreis vortragen								●



### Finanzbuchführung 1 – Xpert Business

**56721F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
289,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

### Finanzbuchführung 2 – Xpert Business

**56722F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
289,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

### Finanzbuchführung 3 DATEV – Xpert Business

**56723F** | Onlineseminar  
ab 21.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
16 Termine (42,67 UE)  
259,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

### Finanzbuchführung 3 Lexware – Xpert Business

**56724F** | Onlineseminar  
ab 21.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
16 Termine (42,67 UE)  
259,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

### Bilanzierung – Xpert Business

**56725F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
289,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

### Finanzwirtschaft – Xpert Business

**56726F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
289,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

### Kosten- und Leistungsrechnung – Xpert Business

**56727F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
289,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

### Controlling – Xpert Business

**56728F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
289,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---



## Betriebliche Steuerpraxis – Xpert Business

**56729F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
259,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

## Lohn und Gehalt 1 – Xpert Business

**56730F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
289,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

## Lohn und Gehalt 2 – Xpert Business

**56731F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
289,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

## Lohn und Gehalt 3 DATEV – Xpert Business

**56732F** | Onlineseminar  
ab 21.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
16 Termine (42,67 UE)  
259,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

## Lohn und Gehalt 3 Lexware – Xpert Business

**56733F** | Onlineseminar  
ab 21.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
16 Termine (42,67 UE)  
259,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

## Personalwirtschaft – Xpert Business

**56734F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
20 Termine (53,33 UE)  
289,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

## Einnahmen-Überschussrechnung (EÜR) – Xpert Business

**56735F** | Onlineseminar  
ab 7.3.23, dienstags & donnerstags  
18:30-20:30 Uhr  
11 Termine (29,33 UE)  
199,00 €/keine Ermäßigung  
max. 10 Teilnehmer:innen

---

## Zertifikatsprüfung – Xpert Business

Sie haben an unserer Volkshochschule einen Xpert Business Kurs absolviert? Dann schließen Sie diesen mit einer Zertifikatsprüfung ab! Zertifikate, die Sie einmal erworben haben, verfallen nicht. Sie dienen als Grundlage für hochwertige Abschlüsse, die Sie vielleicht erst später anstreben. Die Zertifikate werden im Xpert Business System bundesweit anerkannt, sodass Sie z.B. nach einem Umzug an einer anderen Volkshochschule weitere Kurse belegen und Abschlüsse erreichen können.

**56789F** | Prüfung  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum III (102)  
Samstag, 4.3.23, 9:00-12:00 Uhr  
1 Termine (4 UE)  
97,50 €/erm. 97,50 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

**56799F** | Prüfung  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Raum III (102)  
Samstag, 10.6.23, 9:00-12:00 Uhr  
1 Termine (4 UE)  
99,00 €/erm. 99,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---



## Weitere Angebote im Bereich Arbeit & Beruf

### NEU! Visual Storytelling – erkunden sie die Techniken für authentisches Storytelling

**53503F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum II  
ab 6.2.23, montags  
18:00-19:30 Uhr  
5 Termine (10 UE)  
66,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
Ina-Alex. Dünkeloh  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

### WordPress: Konzeption und Aufbau einer eigenen Internetseite

**53902F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum V (104)  
ab 8.2.23, mittwochs  
18:00-20:00 Uhr  
4 Termine (10,67 UE)  
59,00 €/erm. 29,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Alexandra Wittke,  
Content Creator und Mentorin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### NEU! Einstieg ins Online-Marketing

Keyword-Recherche, Content-Erstellung, Suchmaschinen-Optimierung und Online-Kampagnen

**53903F** | Abendkurs  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum V (104)  
ab 19.4.23, mittwochs  
18:00-20:15 Uhr  
4 Termine (12 UE)  
64,00 €/erm. 33,00 €  
max. 11 Teilnehmer:innen  
Alexandra Wittke,  
Content Creator und Mentorin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### NEU! Einführung in Agiles Projektmanagement

**55301F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs (Ursulaschule), Raum V (104)  
Samstag, 22.4.23, 9:00-17:00 Uhr  
1 Termin (9 UE)  
49,00 €/erm. 26,00 €  
max. 15 Teilnehmer:innen  
Georg Keller  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

### 10-Finger Tastschreiben in 10 Stunden

**55901F** | Nachmittagskurs  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, EDV-Raum  
ab 27.4.23, donnerstags  
17:00-18:30 Uhr  
5 Termine (10 UE)  
54,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 8 Teilnehmer:innen  
Irene Gerdes  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

### NEU! Bildungsurlaub Social Media

**53590F** | Bildungsurlaub  
Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum II  
Montag, 24.4.23, 9:00-16:15 Uhr  
Dienstag, 25.4.23, 9:00-16:15 Uhr  
Mittwoch, 26.4.23, 9:00-16:15 Uhr  
3 Termine (24 UE)  
159,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
Ina-Alex. Dünkeloh  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

Abonnieren Sie  
unseren E-Mail-Newsletter unter  
[www.vhs-vhs.de/  
newsletter](http://www.vhs-vhs.de/newsletter)

## Kommunikation

### Visual Storytelling – erkunden Sie die Techniken für authentisches Storytelling

In diesem Kurs lernen Sie, Geschichten aufzuspüren und sie so zu entwickeln, dass sie gezielt beim Publikum ankommen.

**53503F** | Abendkurs  
Harsewinkel, Wilhalm, Seminarraum II  
ab 6.2.23, montags  
18:00-19:30 Uhr  
5 Termine (10 UE)  
66,00 €/keine Ermäßigung  
Kleingruppenkurs, max. 6 Teilnehmer:innen  
Ina-Alex. Dünkeloh  
Anmeldung: Tel. 05247/935-200

---

### Rhetorik- und Präsentationstraining Basis

**58900F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock,  
vhs (Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Samstag, 22.4.23, 9:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
62,00 €/erm. 32,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Diemut Döninghaus, Tanz- und Theaterpädagogin (BuT), Coach (DGfC)  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Rhetorik- und Präsentationstraining Vertiefung

Dieses Seminar kann als Vertiefung unseres Basis-Rhetorik- und Präsentationstraining genutzt werden.

**58908F** | Tagesseminar  
Verl, vhs, Bahnhofstr. 11a, Gesundheitsraum  
Samstag, 4.3.23, 9:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
62,00 €/erm. 32,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Diemut Döninghaus, Tanz- und Theaterpädagogin (BuT), Coach (DGfC)  
Anmeldung: Tel. 05246/961-196

---

### Rhetorik- und Präsentationstraining Vertiefung

Dieses Seminar kann als Vertiefung unseres Basis-Rhetorik- und Präsentationstraining genutzt werden

**58901F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock,  
vhs (Ursulaschule), Kreativraum (212)  
Samstag, 6.5.23, 9:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
62,00 €/erm. 32,00 €  
max. 10 Teilnehmer:innen  
Diemut Döninghaus, Tanz- und Theaterpädagogin (BuT), Coach (DGfC)  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Der Weg zu einer gesunden, tragfähigen Stimme

**Verstimmt – Heiser – Atemlos?**

Wer häufig spricht, muss und will sich auf seine Stimme verlassen können. Dieses Seminar lädt dazu ein, die eigene Stimmgebung kennen zu lernen.

**58501F** | Tagesseminar  
Schloß Holte-Stukenbrock, vhs  
(Ursulaschule), Gesundheitsraum (105)  
Samstag, 18.3.23, 9:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
74,00 €/erm. 35,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Walburga Brügge, Logopädin, Fachautorin  
Anmeldung: Tel. 05207/9174-0

---

### Die Kunst des Fragenstellens

In diesem interaktiven Onlinevortrag widmen wir uns dem Thema und klären, wie diese Effekte hervorgerufen werden und welche Fragen wozu geeignet sind. beruflichen und privaten Umfeld anwenden.

**36035F**  | Interaktiver Online-Vortrag  
Online, Raum Digital  
Montag, 20.3.23, 18:00-19:30 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
10,00 €/erm. 6,00 €  
max. 12 Teilnehmer:innen  
Carina Münsterkötter, Betriebswirtin B.A.,  
Wirtschaftspsychologin M.Sc.,  
Personalentwicklerin (IHK)

---



## Beratung

### Perspektiven im Erwerbsleben

Perspektiven im Erwerbsleben Berufliche Veränderungsprozesse sind heutzutage für die meisten Menschen selbstverständlich. Sie wechseln freiwillig oder erzwungen ihren Arbeitgeber, müssen aufgrund betrieblicher Umstrukturierungen oder infolge eigener Berufsplanung neue Aufgaben übernehmen, sind gefordert, ihre Kompetenzen ständig zu aktualisieren und zu erweitern. Die aktuellen Entwicklungen und Veränderungen in der Arbeitswelt, wie Digitalisierung, Mobilitäts- und Energiewende und Klimaschutz bringen neue Herausforderungen mit sich.

In solchen Umbruchsituationen stehen Arbeitnehmer:innen, aber auch Berufsrückkehrende oft vor vielen Fragen:

- Wie kann ich mich berufliche neuorientieren oder verbessern?
- Wie kann nach einer längeren Pause ins Arbeitsleben wiedereinsteigen?
- Können meine im Ausland erworbenen Berufsqualifikationen anerkannt werden und wie?
- Wie sieht der Arbeitsmarkt in einer bestimmten Branche und Region zukünftig aus?
- Wo genau will ich beruflich in einigen Jahren stehen?
- Wo kann ich eine für mich passende Weiterbildung absolvieren und wie kann ich sie finanzieren?

Das Unsicherheitspotential und damit der Informations- und Beratungsbedarf kann vielfältig sein. Eine professionelle Laufbahnberatung kann bei der beruflichen (Neu-) Orientierung Hilfe leisten. Dafür steht das Beratungsangebot „Perspektiven im Erwerbsleben (PiE)“, welches Personen in beruflichen Veränderungsprozessen, die in Nordrhein-Westfalen wohnen und arbeiten, unterstützt. Das Angebot richtet sich ebenso an alle, die ihre im Ausland erworbenen Berufsqualifikationen anerkennen lassen und für ihre berufliche Laufbahn nutzen wollen.

Quelle: [www.gib.nrw.de/themen/arbeitsgestaltung-und-sicherung/perspektiven-im-erwerbsleben](http://www.gib.nrw.de/themen/arbeitsgestaltung-und-sicherung/perspektiven-im-erwerbsleben)

**PERSPEKTIVEN IM**  
**ERWERBSLEBEN**

## Bildungsscheck NRW

Mit dem Bildungsscheck NRW fördert das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales NRW (MAGS) 50 % der Gesamtausgaben einer beruflichen Weiterbildungsmaßnahme entsprechend der durch den/die Weiterbildungsanbieter:in übersandten Rechnung (maximal 500 Euro).

Der Bildungsscheck richtet sich im individuellen Zugang an alle Einzelpersonen mit Wohnsitz in NRW und hier insbesondere an Beschäftigte, Berufsrückkehrende und Selbständige, die die Fördervoraussetzungen erfüllen.

Für das Förderprogramm stehen Mittel des Europäischen Sozialfonds (ESF) zur Verfügung.

### Förderberechtigte:

Im individuellen Zugang können alle Personen mit Wohnsitz in NRW, insbesondere

- Beschäftigte
- Berufsrückkehrende und
- Selbständige

innerhalb eines Kalenderjahres einen Bildungsscheck für eine Weiterbildung erhalten, die in einem individuellen beruflichen Zusammenhang steht, sofern das zu versteuernde Einkommen bei Einzelveranlagung nachweislich weniger als 40.000 Euro beträgt (weniger als 80.000 Euro bei gemeinsamer Veranlagung).

Innerhalb eines Kalenderjahres kann ein Bildungsscheck im individuellen Zugang in Anspruch genommen werden.

Im betrieblichen Zugang können kleine und mittlere Betriebe (KMU) mit Sitz oder Arbeitsstätte in NRW und weniger als 50 Beschäftigten (Vollzeitäquivalente) innerhalb eines Kalenderjahres bis zu zehn Bildungsschecks für ihre Beschäftigten erhalten (max. ein betrieblicher Bildungsscheck pro Mitarbeiter:in). Für die vorgesehene Weiterbildung darf keine gesetzliche Verpflichtung zur Kostenübernahme durch den/die Arbeitgeber:in bestehen (z. B. Sicherheitsingenieur:in, Datenschutzbeauftragte:r, Beauftragte:r für Immissionsschutz oder bei Fortbildungen zur Ladungssicherung, Betriebsratsseminare).

Sofern für die vorgesehene Weiterbildungsmaßnahme ein individueller Anspruch auf eine andere Förderung aus Bundes- oder sonstigen Landesprogrammen oder aufgrund von Rechtsvorschriften besteht, ist eine Förderung über den Bildungsscheck NRW nicht möglich. Von einer Förderung ausgenommen sind Gemeinden, Kreise, kreisfreie Städte und Landesbehörden.

Quelle: [www.gib.nrw.de/service/foerderprogramme/bildungsschecks](http://www.gib.nrw.de/service/foerderprogramme/bildungsschecks)

Informationen und Terminvereinbarung:

Anke Pripcke

Tel.: 05207/ 9174-23

E-Mail: [anke.pripcke@gt-net.de](mailto:anke.pripcke@gt-net.de).

# BILDUNGSSCH~~EC~~K

Liken und abonnieren  
Sie unsere Seite auf  
Facebook oder Instagram



[www.facebook.com/  
vhsvhs.de](http://www.facebook.com/vhsvhs.de)

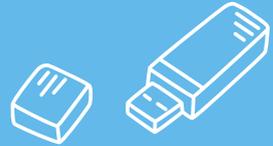


[www.instagram.com/  
vhsvhs\\_de](http://www.instagram.com/vhsvhs_de)

Begib dich auf  
fremdes Terrain.

**vhs**

Verl – Harsewinkel  
Schloß Holte-Stukenbrock



Werde  
Kursleiter:in  
[vhs-vhs.de](https://www.vhs-vhs.de)





## dies & das

Das vhsTeam – so erreichen Sie uns  
Anmelde- & Teilnahmehinweise  
Leitbild | Qualitätsmanagement  
vhs für Schüler:innen/Unternehmen  
Verbandsversammlung  
Partnerschaft für Demokratie  
Datenschutzbestimmungen  
Coronaschutz | Dankeschön  
Veranstaltungsfreie Tage  
Impressum

## Das vhsTeam – so erreichen Sie uns

### Anmeldung, Information

#### Annette Klos-Steudel

Verwaltungsangestellte

Tel.: 05207/9174-17

E-Mail: Annette.Klos-Steudel@gt-net.de

---

#### Sabine Krümmel

Verwaltungsangestellte

Tel.: 05207/9174-11

E-Mail: Sabine.Kruemmel@gt-net.de

---

#### Monika Lührmann

Verwaltungsangestellte

Tel.: 05207/9174-0

E-Mail: Monika.Luehrmann@gt-net.de

---

#### Marion Nacke

Verwaltungsangestellte

Tel.: 05207/9174-24

E-Mail: Marion.Nacke@gt-net.de

---

#### Martina Stroink-Nüst

Verwaltungsfach-  
angestellte

Tel.: 05207/9174-13

E-Mail: Martina.Stroink@gt-net.de

---

#### Katrin Stückerjürgen

Verwaltungsangestellte

Tel.: 05207/9174-10

E-Mail: Katrin.Stueckerjuergen@gt-net.de

---

### Deutsch lernen – Integrationsberatung

#### Anna Böhner

Verwaltungsangestellte

Integrationskurse in Harsewinkel,

Außenstelle Harsewinkel

Tel.: 05207/9174-0 oder Tel.: 05247/935-147

E-Mail: Anna.Boehner@gt-net.de

---

#### Annette Klos-Steudel

Verwaltungsangestellte

Integrationskurse in Schloß Holte-Stukenbrock

Tel.: 05207/9174-17

E-Mail: Annette.Klos-Steudel@gt-net.de

---

#### Marion Nacke

Verwaltungsangestellte

Integrationskurse in Verl

Außenstelle Verl

Tel.: 05207/9174-24 oder

Tel.: 05246/50 30 240

---

### Finanzen

#### Sabine Krümmel

Verwaltungsangestellte

Dozenten honorare

(A-O, Integrationskurse)

Tel.: 05207/9174-11

E-Mail: Sabine.Kruemmel@gt-net.de

---

#### Martina Stroink-Nüst

Verwaltungsfachangestellte

Dozenten honorare (P-Z), Teilnehmergebühren

Tel.: 05207/9174-13

E-Mail: Martina.Stroink@gt-net.de

---

#### Katrin Stückerjürgen

Verwaltungsangestellte

Teilnehmergebühren Studienfahrten,

Ausgangsrechnungen

Tel.: 05207/9174-10

E-Mail: Katrin.Stueckerjuergen@gt-net.de

---

#### Birgit Rotzsch

Verwaltungsfachangestellte

Verwaltungsleitung

Tel.: 05207/9174-16

E-Mail: Birgit.Rotzsch@gt-net.de

---

### PIE, Bildungsscheckberatung

#### Anke Pripke

Dipl. Pädagogin

Tel.: 05207/91 74-23

E-Mail: Anke.Pripke@gt-net.de

---

### Programmplanung, Konzeption

#### Christian Großekathöfer

Dipl. Pädagoge

IT & Digitales, Digitales Lehren & Lernen

Wirtschaft, Rechnungswesen, Controlling |

Büro- und Arbeitsorganisation

Tel.: 05207/9174-15

E-Mail: Christian.Grossekatthoefer@gt-net.de

---

### **Jelena Jaissle**

M. A. Politikwissenschaftlerin  
 Gesellschaft & Politik | Heimatkunde & Erinnerungskultur | Natur & Umwelt | Recht & Finanzen | Kommunikation | Kultur & Kreativität | Essen & Trinken  
 Tel.: 05207/9174-14  
 E-Mail: Jelena.Jaissle@gt-net.de

---

### **Josef Lieneke**

M.A. Supervisor (DGSv)  
 vhsForum | Fortbildungen für Fachkräfte in pädagogischen und sozialen Berufen | Firmenschulungen | vhs geht zur Schule | vhsUnterwegs  
 Tel.: 05207/9174-11  
 E-Mail: Josef.Lieneke@gt-net.de

---

### **Anke Priepeke**

Dipl. Pädagogin  
 Deutsch als Zweitsprache | Fremdsprachen  
 Tel.: 05207/9174-23  
 E-Mail: Anke.Priepeke@gt-net.de

---

### **Dr. Anke Reinisch**

Gesundheitswissenschaftlerin  
 Gesundheit | Pädagogik & Erziehung  
 Tel.: 05207/9174-18  
 E-Mail: Anke.Reinisch@gt-net.de

---

### **Marc Jacobsen**

Koordinierungs- und Fachstelle „Demokratie leben!“  
 Tel.: 05207/9174-22  
 E-Mail: Marc.Jacobsen@gt-net.de

---

## **Marketing**

### **Christian Großekathöfer**

Dipl. Pädagoge  
 Webseite | Newsletter | Social Media  
 Tel.: 05207/9174-15  
 E-Mail: Christian.Grossekathoefer@gt-net.de

---

### **Sabine Krümmel**

Verwaltungsangestellte  
 Werbegestaltung | Organisation  
 Tel.: 05207/9174-11  
 E-Mail: Sabine.Kruemmel@gt-net.de

---

### **Josef Lieneke**

M.A. Supervisor (DGSv)  
 Presse- und Öffentlichkeitsarbeit | vhs-Publikationen  
 Tel.: 05207/9174-11  
 E-Mail: Josef.Lieneke@gt-net.de

---

## **Qualitätsmanagement**

### **Christian Großekathöfer**

Qualitätsmanagementbeauftragter  
 Webseite | Newsletter | Social Media  
 Tel.: 05207/9174-15  
 E-Mail: Christian.Grossekathoefer@gt-net.de

---

## **Leitung**

### **Josef Lieneke**

M.A. Supervisor (DGSv)  
 Leitung  
 Tel.: 05207/9174-11  
 E-Mail: Josef.Lieneke@gt-net.de

---

### **Anke Priepeke**

Dipl. Pädagogin  
 Stellv. Leitung  
 Tel.: 05207/9174-23  
 E-Mail: Anke.Priepeke@gt-net.de

---

### **Birgit Rotzsch**

Verwaltungsfachangestellte  
 Verwaltungsleitung  
 Tel.: 05207/9174-16  
 E-Mail: Birgit.Rotzsch@gt-net.de

---

### **Katrin Stückerjürgen**

Verwaltungsangestellte  
 Stellv. Verwaltungsleitung  
 Tel.: 05207/9174-10  
 E-Mail: Katrin.Stueckerjuergen@gt-net.de

---

## vhs – Bildung in öffentlicher Verantwortung

Alle kennen die Volkshochschule. Jährlich besuchen in Deutschland gut 9 Millionen Menschen mehr als 700.000 Veranstaltungen in der allgemeinen, beruflichen, kulturellen und politischen Bildung. Mit ihren Angeboten unterstützt die vhs den Prozess des lebenslangen Lernens.

Volkshochschule ist überall. In Städten, Gemeinden und Landkreisen. Die vhs ist Lernort, Gestaltungsort und sozialer wie kultureller Treffpunkt für alle.

Mit fast 1.000 eigenständigen Einrichtungen mit weiteren 3.000 Außenstellen bilden die Volkshochschulen ein einmaliges Netz wohnortnaher Weiterbildungs- und Kultureinrichtungen in Deutschland – eine davon ist die vhs Verl, Harsewinkel, Schloß Holte-Stukenbrock.

### vhs-Leitbild (Auszug)

Die vhs ist die **öffentlich-rechtliche Weiterbildungseinrichtung der Städte Verl, Harsewinkel und Schloß Holte-Stukenbrock** und übernimmt auf der Grundlage des Weiterbildungsgesetzes des Landes NRW sowie orientiert am Bildungsmarkt der Region Verantwortung gegenüber dem Einzelnen und der Gesellschaft.

Die vhs arbeitet weltanschaulich, parteipolitisch und religiös neutral. Sie erfüllt den öffentlichen Bildungsauftrag kundenorientiert und qualitätsbewusst und unterstützt die persönliche und berufliche Weiterbildung der Menschen in Verl, Harsewinkel, Schloß Holte-Stukenbrock und der Region.

Ihre wichtigste Aufgabe ist es, ein **qualitativ hochwertiges, bedarfsgerechtes und bezahlbares Bildungsangebot** vorzuhalten. **Die Zufriedenheit der Kunden** steht im Mittelpunkt der Arbeit der vhs. Die Beteiligung auch bildungsferner Schichten ist ihr eine Verpflichtung.

**Das ausführliche Leitbild der vhs finden Sie im Internet unter [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de) („Ihre vhs“).**

## Qualitätsmanagement

Ihre vhs ist ein moderner Dienstleister, der sich zur Einhaltung von nachprüfbar und angemessenen Qualitätsstandards im Rahmen eines Qualitätsmanagementsystems verpflichtet hat. Wir arbeiten beständig daran, unsere Dienstleistungen zu verbessern.

Ihre vhs ist zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015 (ISO = International Organization for Standardization) und zugelassener Träger nach AZAV.



## Weiter-Lernen fürs Leben: Die vhs als Partnerin der Schulen

Wir arbeiten mit in der Initiative „Bildungspartner NRW – vhs und Schule“ ([www.vhs.schulministerium.nrw.de](http://www.vhs.schulministerium.nrw.de)). Dazu bringen wir als Weiterbildungseinrichtung unsere Erfahrungen und Kompetenzen in verschiedene Handlungsfelder ein und bieten vor Ort pädagogische Dienstleistungen für Schüler:innen, Lehrer:innen und Eltern an.

Im Kern zielt die Bildungspartnerschaft darauf ab, Schülerinnen und Schülern weiterführender Schulen zusätzliche Qualifikationen zu vermitteln und ihnen den Erwerb europäisch anerkannter Zertifikate zu ermöglichen, die auf die komplexen Anforderungen der Berufswelt zugeschnitten sind und somit eine optimale Vorbereitung für den Übergang in den Beruf oder das Studium darstellen. Das Angebotsspektrum ist dabei breit gefächert – angeboten werden Projekte aus den Kompetenzbereichen IT-Kompetenz, Wirtschaftskompetenz, Sozialkompetenz, interkulturelle Kompetenzen und Fremdsprachen, darunter auch Deutsch als Zweitsprache.

Für Lehrer:innen und Eltern bieten wir Qualifizierungen aus den Bereichen Pädagogik, Kommunikation, Teambuilding, Gesundheitsfürsorge im Beruf an.

## vhs für Unternehmen

Sie suchen kompetente Trainings für Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter? Die Volkshochschule ist seit Jahren ein zuverlässiger Weiterbildungsanbieter für die örtliche Wirtschaft. Unsere Dozent:innen führen in Ihrem Unternehmen Inhouse-Schulungen durch, die Ihrem Team lange Wege ersparen. Gerne heißen wir Sie auch in unseren Kursräumen in Schloß Holte-Stukenbrock und unserem EDV-Raum in Verl willkommen.

An Ihren Bedürfnissen und Wünschen orientieren sich unsere Konzepte. So entsteht ein bedarfsgerechtes und passgenaues Bildungsangebot für Ihr Unternehmen. Die Themen bestimmen Sie!

## vhs-Verbandsversammlung

Die vhs wird gemeinsam von den Städten Verl, Harsewinkel und Schloß Holte-Stukenbrock als Zweckverband betrieben. Organe des Zweckverbandes sind die Verbandsversammlung und der Verbandsvorsteher. Von jeder Stadt werden Verbandsmitglieder in die Verbandsversammlung entsendet.

Die Verbandsversammlung entscheidet über alle Angelegenheiten des Zweckverbandes, soweit sie nicht dem Verbandsvorsteher oder dem Leiter der vhs übertragen sind.

Vorsitzende der Verbandsversammlung:

Gabriele Nitsch

1. Stellvertreter: Reinhard Hemkemeyer  
Verbandsvorsteher: Hubert Erichlandwehr  
Stellvertreter: Olaf Junker

### Stadt Harsewinkel

Sabine Amsbeck-Dopheide, Reinhard Hemkemeyer, Rainer Kuhlmann, Juan-Carlos Palmier, Pamela Westmeyer

### Stadt Schloß Holte-Stukenbrock

Olaf Junker, Bernd Eickelmann, Metin Eser, Annegret Jürgenliemke, Jörg Schlafhorst

### Stadt Verl

Martina Heitvogt, Luca Junkern, Dr. Ulrich Klotz, Rebecca Mohnke, Gabriele Nitsch

## Partnerschaft für Demokratie Schloß Holte-Stukenbrock

Als Volkshochschule verstehen wir uns als Ort der demokratischen Bildung und Teilhabe. Seit 2019 sind wir deshalb Koordinierungs- und Fachstelle der Partnerschaft für Demokratie Schloß Holte-Stukenbrock. In dieser Funktion initiieren, beraten und unterstützen wir Projekte zur Förderung von Demokratie, Teilhabe und Vielfalt. Dafür stehen Fördermittel bereit, die von gemeinnützigen Einrichtungen und engagierten Bürger:innen beantragt werden können. Wir arbeiten eng zusammen mit dem Fachbereich Soziales der Stadt Schloß-Holte-Stukenbrock sowie mit einer Vielzahl zivilgesellschaftlicher Akteure aus der Region. Daraus ist ein Netzwerk entstanden, dass sich aktiv für ein demokratisches und diversitätsorientiertes Zusammenleben einsetzt.

Zu unseren Förder- und Arbeitsschwerpunkten gehören Demokratiebildung, Partizipation und Teilhabe, Sensibilisierung für Freiheit, Vielfalt und Menschenwürde sowie interkulturelles und interreligiöses Zusammenleben. Zu diesen Themen bieten wir Ihnen auch Vorträge, Workshops und Qualifizierungsmaßnahmen an.

Unsere Koordinierungs- und Fachstelle berät Sie gerne zu Fördermöglichkeiten Ihrer Projekte:

Marc Jacobsen

Tel: 05207/91 74-22

E-Mail: Marc.Jacobsen@gt-net.de

Internet: [www.vhs-vhs.de/demokratie-leben/](http://www.vhs-vhs.de/demokratie-leben/)

Instagram: @pfd\_shs



**PARTNERSCHAFT FÜR DEMOKRATIE**  
SCHLOSS HOLTE-STUKENBROCK

Gefördert vom

im Rahmen des Bundesprogramms



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

Demokratie **leben!**

## Anmelde- & Teilnahmehinweise

### Wer kann teilnehmen?

Die vhs als öffentliche Einrichtung der Städte Harsewinkel, Schloß Holte-Stukenbrock und Verl dient der Weiterbildung Erwachsener. Teilnehmen kann, wer mindestens 16 Jahre alt ist. Ausnahmen gelten für besonders gekennzeichnete Kinder- und Jugendkurse. Bei einzelnen Seminarangeboten gibt es darüber hinaus spezielle Zugangsvoraussetzungen (Vorkenntnisse und dgl.) oder sie richten sich an besondere Zielgruppen (Senioren:innen, Frauen etc.).

### Wer berät mich?

Falls Sie eine Beratung zur Einstufung in bestimmte Kurse/Lehrgänge oder auch allgemeine Informationen wünschen, wenden Sie sich bitte unter 05207/9174-0 an uns. Sie können jederzeit telefonisch einen Termin vereinbaren.

### Wie melde ich mich an?

Sie können sich bei Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats telefonisch direkt unter 05207/9174-0 anmelden. Wenn Sie sich schriftlich anmelden möchten, richten Sie bitte Ihre Anmeldung formlos per Post oder eMail mit Angabe der Kursnummer an die Volkshochschule, Kirchstraße 2, 33758 Schloß Holte-Stukenbrock, vhs-vhs@gt-net.de oder an die Bürger-/Servicebüros in den Rathäusern von Verl und Harsewinkel. Selbstverständlich können Sie sich auch per Internet anmelden. Rufen Sie auf unserer Homepage [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de) Ihren gewünschten Kurs auf. Sie finden dort den Button „Anmeldung“, den Sie bitte anklicken. Durch alles Weitere führt Sie dann das Programm.

### Gebühren- und Benutzungsordnung

Die Gebühren- und Benutzungsatzung der Volkshochschule vom 01.08.2015 können Sie gerne auf unserer Internetseite unter [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de) oder in der vhs-Geschäftsstelle in Schloß Holte-Stukenbrock einsehen. Bitte beachten Sie, dass die Kursgebühr auf volle Euro gerundet wird.

### Anmeldungen sind verbindlich

... und Voraussetzung für die Teilnahme. Für Vorträge ist, wenn nicht ausdrücklich im Programm ausgewiesen, keine Anmeldung erforderlich. Für Wochenendveranstaltungen und Kurzkurse ist in der Regel im Programm eine Voranmeldungsfrist ausgewiesen.

### Wie bezahle ich?

Mit Ihrer fernmündlichen oder digitalen Anmeldung erteilen Sie uns gleichzeitig folgendes Lastschriftmandat: Zahlungsempfänger vhs Verl – Harsewinkel – Schloß Holte-Stukenbrock, Kirchstr. 2, 33758 Schloß Holte-Stukenbrock: Unsere Gläubiger-Ident-Nr. lautet DE83vhs00000332834.

Hiermit ermächtige ich den Zahlungsempfänger vhs Verl, Harsewinkel, Schloß Holte-Stukenbrock einmalig die zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem Konto einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

**Hinweis:** Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Ansonsten überweisen Sie die Gebühr zu Beginn des Kurses unter Angabe der Kursnummer auf das Konto der Volkshochschule, Kontonr. IBAN DE63 4785 3520 0016 0058 11, BIC WELADED1WDB.

### Bekomme ich eine Anmeldebestätigung?

Sie erhalten von uns eine schriftliche Anmeldebestätigung per eMail oder postalisch. Wir informieren Sie aber auch, wenn eine Veranstaltung belegt ist, verschoben wird oder gar ausfallen muss.

### Ermäßigung

Der Ermäßigungssatz für Gebühren bei Veranstaltungen, bei denen eine Gebührenermäßigung nicht ausgeschlossen ist, beträgt bei Vorlage eines entsprechenden Nachweises bei Anmeldung (spätestens jedoch 7 Tage nach Kursbeginn) 50 % für Schüler:innen, Student:innen sowie Praktikanten bis zur Vollendung des 30. Lebensjahres, Auszubildende nach den Bestimmungen des Berufsausbildungsgesetzes, Arbeitslose, Schwerbehinderte mit einem Grad der Behinderung von mindestens 50 %, Inhaber:innen einer Ehrenamtskarte NRW, Empfänger:innen von Sozialhilfe nach SGB II, SGB XII oder dem Asylbewerberleistungsgesetz sowie Dienstleistende nach dem Bundesfreiwilligendienst. Wenn aus einer Familie bei einem Kinderkurs mehrere Kinder teilnehmen, wird für das 2. Kind und jedes weitere Kind 50 % Ermäßigung gewährt. Für Inhaber:innen von Familienpässen, die von den Mitgliedsstädten des Zweckverbandes ausgestellt

sind, wird eine Ermäßigung von 50 % gewährt. Eine Vergünstigung wird nur gewährt, soweit kein Anspruch auf Bezuschussung durch Dritte, insbesondere durch Leistungen aus dem Bildungs- und Teilhabepaket nach SGB II und SGB XII besteht.

Ausgenommen von den Gebührenermäßigungen bzw. -befreiungen sind Kurse mit dem Vermerk im vhs-Programm „keine Ermäßigung“, Exkursionen und Studienfahrten sowie Nebenkosten für Unterrichtsmittel.

### **Kurs belegt**

Falls der von Ihnen ausgewählte Kurs belegt sein sollte, setzen wir uns mit Ihnen in Verbindung. Wo immer es geht, bieten wir Ihnen einen Parallelkurs oder eine ähnliche Veranstaltung an.

### **Einzelveranstaltungen**

Eine vorherige Anmeldung für Einzelveranstaltungen ist ebenfalls erforderlich. Sofern eine Abendkasse eingerichtet ist, kann die Gebühr gegen Barzahlung am Veranstaltungsort entrichtet werden.

### **Kursausfall**

Bei überraschendem Unterrichtsausfall werden Sie von uns – soweit möglich – telefonisch oder per SMS verständigt.

### **Teilnehmerzahl**

Veranstaltungen können in der Regel nur dann stattfinden, wenn die erforderliche Mindestteilnehmerzahl erreicht ist. Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl besteht die Möglichkeit, die Veranstaltung trotzdem durchzuführen. Die Volkshochschule legt dann das erhöhte Entgelt fest.

### **Teilnahmebescheinigung**

Auf Wunsch stellen wir Ihnen bei regelmäßiger Teilnahme (mind. 80 %) an Kursen und Seminaren eine Teilnahmebescheinigung aus. Die Teilnahmebescheinigungen müssen rechtzeitig vor Beendigung des Kurses beim Kursleiter bzw. der Kursleiterin angefordert werden. Die Verteilung erfolgt im Kurs. Wenn Sie außerhalb der vorgenannten Regelung eine Teilnahmebescheinigung wünschen, berechnen wir Ihnen 3 €.

### **Bildungsurlaub**

Für unsere Bildungsurlaubs-Angebote kann beim Arbeitgeber Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwBG) beantragt werden. Eine Mitteilung für Ihren Arbeitgeber erhalten Sie auf Wunsch nach Ihrer Anmeldung.

### **Haftung**

Für Unfälle und Schäden, die nicht nachweislich auf das Verschulden der vhs zurückzuführen sind, sowie für mitgebrachte persönliche Dinge besteht keine Haftung. Die Volkshochschule haftet im Rahmen der gesetzlichen Haftpflichtversicherung.

### **Hausordnung**

Die vhs ist neben ihren eigenen Räumen überwiegend auf die Nutzung von Schulräumen und angemieteten Räumen angewiesen. Bitte behandeln Sie die Räume und Einrichtungen schonend und beachten Sie die jeweilige Hausordnung.

### **Widerrufsrecht**

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gem. Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 321e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an: vhs Verl | Harsewinkel | Schloß Holte-Stukenbrock, Kirchstr. 2, 33758 Schloß Holte-Stukenbrock, Fax 05207/9174-20, E-Mail: vhs-vhs@gt-net.de.

### **Widerrufsfolgen**

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden.

Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

### **Besondere Hinweise**

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

## Datenschutzbestimmungen

### 1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Der Zweckverband Volkshochschule Verl – Harsewinkel – Schloß Holte-Stukenbrock, eine Körperschaft öffentlichen Rechts, gesetzlich vertreten durch den Vorstandsvorsteher Hubert Erichlandwehr, Kirchstr. 2, 33758 Schloß Holte-Stukenbrock (nachfolgend „vhs“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

### 2. Kursanmeldung

Die bei Anmeldung für einen Kurs abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen.

Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister (Kubus Software GmbH, Lanos Computer GmbH & Co. KG sowie die regioIT Gesellschaft für Informationstechnologie mbH) betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### 3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten (Name, Vorname, Geburtsdatum, Geburtsland und –ort, Muttersprache und Geschlecht) an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an die Stadtkasse Schloß Holte-Stukenbrock zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

#### 4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

#### 5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht. Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

#### 6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unserer Datenschutzbeauftragten lauten:

Birgit.Rotzsch@gt-net.de | 05207/9174-16.

---

#### Coronaschutz

Alle wichtigen Informationen rund um das Thema Corona finden Sie auf unserer Homepage unter [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de). Dazu gehören die Coronaschutzverordnung des Landes NRW sowie unsere jeweils aktuellen Coronaschutzhinweise für Dozent:innen und Teilnehmer:innen.

## **Kooperationspartner:innen**

Ambulante Hospizgruppe Verl  
 AWO Jugendzentrum Lifeline  
 AWO-MBE Migrationsberatung Schloß  
 Holte-Stukenbrock  
 AWO-MBE, Migrationsberatung Harsewinkel  
 Bildungspartner NRW – vhs und Schule  
 Bildungsscheck NRW  
 Biologische Station Gütersloh/Bielefeld  
 Biologische Station Kreis Paderborn-Senne  
 Buchhandlung Jürgensmeier in Harsewinkel  
 Buchhandlung Pegasus in Verl  
 Buchhandlung Strathmann in Schloß Holte-  
 Stukenbrock  
 Bundesamt für Migration und Flüchtlinge  
 (BAMF)  
 Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfe-  
 kontaktstelle des Kreises Gütersloh (BIGS)  
 Bürgerschützenverein Verl-Bornholte-Sende  
 e.V.  
 Caritasverband für den Kreis Gütersloh  
 Certqua GmbH  
 Deutsche Montessori Gesellschaft  
 Deutscher Volkshochschulverband (DVV)  
 Deutsches Rotes Kreuz (DRK) Ortsverein  
 Harsewinkel  
 Diakonie in Halle  
 Dokumentationsstätte Stalag 326 (VI K) Senne  
 DRK-Gütersloh-MBE, Migrationsberatung Verl  
 Drostehaus-Stiftung Verl  
 Europäischer Sozialfonds in NRW (ESF)  
 Evangelische Friedenskirche, Schloß Holte-  
 Stukenbrock  
 Familienzentren und Kitas in Harsewinkel  
 („WIE – Wir informieren Eltern“)  
 Familienzentren und Kreisfamilienzentrum in  
 Schloß Holte-Stukenbrock („elternsein  
 kinderleicht?!“)  
 Familienzentrum Verl-Sürenheide  
 („Familien stärken“)  
 fotoforum-Verlag e. K.  
 Gemeinwesenarbeit am Dammanshof in  
 Harsewinkel  
 Gesamtschule Harsewinkel  
 Gesamtschule Verl  
 Gesamtschule, Am Hallenbad, Schloß  
 Holte-Stukenbrock  
 Gesellschaft für Bild und Vortrag e. V. (GBV)  
 Gymnasium Harsewinkel  
 Gymnasium Schloß Holte-Stukenbrock  
 Gymnasium Verl  
 Jobcenter Gütersloh  
 Jugendamt des Kreises Gütersloh  
 Katholische Kirchengemeinde St. Anna, Verl  
 Klinikum Gütersloh gGmbH  
 Kreissparkasse Wiedenbrück  
 Landesverband der Volkshochschulen von  
 Nordrhein Westfalen e.V.  
 Libelle Verl  
 Mütter- und Familienzentrum miniMAXI  
 Harsewinkel  
 Natur- und Kulturführer Verl  
 Partnerschaft für Demokratie Schloß Holte-  
 Stukenbrock  
 Perspektiven im Erwerbsleben NRW (PIE)  
 Polnische Gemeinde Harsewinkel  
 Projekt Pflegewegweiser NRW  
 Rhythmus Filmtheater SHS  
 Sankt Elisabeth Hospital Gütersloh  
 Sparkasse Gütersloh-Rietberg-Versmold  
 Sportfischerverein (S.F.V.) Verl-Sürenheide  
 Stadtarchiv Harsewinkel  
 Stadtbücherei St. Lucia Harsewinkel  
 Stadtführer Harsewinkel  
 telc GmbH  
 Telemedizinzentrum Hamm  
 TGK GmbH, Schloß Holte-Stukenbrock  
 Verbraucherberatung NRW  
 vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.  
 vhs. wissen live  
 vhsConcept – Landesverband der  
 Volkshochschulen in Niedersachsen  
 vhs-Stadtführer Schloß Holte-Stukenbrock  
 Volkshochschulen im Regierungsbezirk Detmold

## Dankeschön

Wir bedanken uns für die Unterstützung unserer Arbeit durch Veröffentlichung und Bekanntgabe unserer Veranstaltungshinweise bei

- den Lokalredaktionen des Westfalen-Blattes, der Neuen Westfälischen und der Glocke,
- den Magazinen: Verler Magazin, Verler Leben, Marktplatz Harsewinkel, Carl GT, Mein Spöggskenmarkt, der Stadt-Anzeiger, Senneforum, Sennekurier und Stadtjournal
- sowie Radio Bielefeld und Radio Gütersloh.

## Veranstaltungsfreie Tage

Weiberfastnacht (Donnerstag, 16.02.2023) Rosenmontag (Montag, 20.02.2023)  
 Osterferien (03.-15.04.2023.)  
 Maifeiertag (Montag, 01.05.2023)  
 Christi Himmelfahrt (Donnerstag, 18.05.2023),  
 Pfingsten (Montag, 29.05.2023)  
 Pfingstferien (30.05.2023)  
 Fronleichnam (Donnerstag, 08.06.2023)  
 Sommerferien (22.06.-04.08.2023)

## Semesterdaten 1 | 2023

Anmeldebeginn: ab Erscheinen des Programmes

**Beginn Frühjahrsemester: 30.01.2023**

Liken und abonnieren  
 Sie unsere Seite auf  
 Facebook oder Instagram



[www.facebook.com/  
vhsvhs.de](https://www.facebook.com/vhsvhs.de)



[www.instagram.com/  
vhsvhs\\_de](https://www.instagram.com/vhsvhs_de)

# WDR **2** PODCAST



8:27

29:00



# Pistor grätscht rein



**EINFACH FUSSBALL**

Der Podcast mit Leidenschaft.

Starke Gäste, verblüffende Einblicke.

JETZT IN DER  
WDR 2 APP HÖREN

## Impressum

Herausgeber:

Zweckverband der Volkshochschule

Verl – Harsewinkel – Schloß Holte-Stukenbrock

Kirchstr. 2 | 33758 Schloß Holte-Stukenbrock

Telefon: 05207/9174-0 | Fax: 05207/9174-20

E-Mail: vhs-vhs@gt-net.de

Internet: [www.vhs-vhs.de](http://www.vhs-vhs.de)

Verantwortlich für den Inhalt:

Josef Lieneke, Leiter der Volkshochschule

Druck: Parzeller print & media

GmbH & Co. KG

Layout & Satz: Blue Werbeagentur GmbH

Titelbild: DVV (Deutscher Volkshochschul-  
verband)

Fotos: Kursfotos von Gabriele Grund,

Uschi Mickley (© vhs-vhs)

Fotos der Fachbereichsleitungen von Juan

Zamalea (© vhs-vhs)

Auflage: 5.000

Dozentenportäts / © bei den jeweiligen

Dozent:innen

---

**Gestalte  
das bunte  
Angebot.**

**vhs** 

Verl – Harsewinkel  
Schloß Holte-Stukenbrock



Werde  
Kursleiter:in  
[vhs-vhs.de](https://www.vhs-vhs.de)



# „Nachbarschafts- Helfer.“

Ganz in Ihrer Nähe, wenn es darauf ankommt.



## **Wöstheinrich & Solemé**

Poststraße 6  
33415 Verl  
Tel. 05246 92360  
woestheinrich-soleme  
@provinzial.de



## **Karl G. Redemann e. K.**

Dr.-Pieke-Straße 6  
33428 Harsewinkel  
Tel. 05247 927190  
redemann@provinzial.de



## **Bredenbals, Kreyer & Menke**

Kirchstraße 11  
33758 Schloß Holte-Stuckenbrock  
Tel. 05207 1880

Hauptstraße 9-11  
33758 Schloß Holte-Stuckenbrock  
Tel. 05207 2511  
bkm@provinzial.de



# Durchblick deine Finanzen.

**Finanzplaner, Kontowecker  
und Multibanking – mit  
unseren digitalen Banking-  
Funktionen immer den Über-  
blick behalten. Und den Kopf  
frei für das, was wichtig ist.**

Jetzt freischalten auf [www.sparkasse.de](http://www.sparkasse.de)



**Weil's um mehr als Geld geht.**